

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan salah satu upaya untuk mencapai manusia seutuhnya, dan sekolah mendidik dari tingkat dasar hingga menengah. Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan bagian integral dari keseluruhan pendidikan yang ditujukan untuk mengembangkan kebugaran jasmani, keterampilan motorik, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosi, perilaku etis, gaya hidup sehat dan pengakuan melalui pemilihan fisik, olahraga, dan kebugaran yang sistematis. Kegiatan program kesehatan untuk menciptakan lingkungan yang bersih untuk memenuhi tujuan pendidikan nasional.

Pendidikan adalah proses perkembangan manusia sepanjang hayat dan pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan yang diajarkan di sekolah mempunyai peranan yang sangat penting dalam memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk berpartisipasi secara langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui kegiatan jasmani, olahraga, dan kesehatan yang dipilih serta dilakukan secara sistematis. Pengalaman belajar disediakan dirancang untuk mendorong pertumbuhan fisik dan perkembangan mental yang lebih baik, serta gaya hidup sehat dan bugar seumur hidup. Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan juga berarti disiplin yang menggunakan aktivitas jasmani sebagai media untuk mencapai tujuan pembelajaran. Harapan untuk menjaga kesehatan peserta didik melalui pendidikan jasmani, olahraga dan pendidikan kesehatan. Salah satu faktor yang

menentukan keberhasilan seorang peserta didik dalam proses belajar mengajar adalah minat itu sendiri. Minat mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu guna mencapai apa yang ingin dicapai. Minat memegang peranan penting jika diterapkan pada proses pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Karena objek pembelajaran olahraga dan kesehatan adalah gerak tubuh manusia yaitu peserta didik itu sendiri.

Aktivitas jasmani sangat diperlukan bagi peserta didik untuk menjaga kebugaran tubuhnya sendiri atau kebugaran jasmaninya. Dalam melakukan aktivitas jasmani dianjurkan harus dilakukan dalam seminggu. Contohnya adalah melakukan lari jarak pendek atau *jogging*, bermain sepak bola, bermain bulutangkis, maupun aktivitas ringan seperti *push up*, *sit up*, *squad jump* yang dilakukan di rumah ataupun di luar rumah.

Aktivitas jasmani sangat bermanfaat bagi tubuh peserta didik di luar pembelajaran PJOK di sekolah. Minat itu sendiri muncul karena adanya suatu ketertarikan peserta didik sebelum mereka melakukan aktivitas olahraga. Aktivitas jasmani memiliki tiga tingkatan, yaitu mulai dari aktivitas ringan, aktivitas sedang, dan aktivitas berat. Aktivitas jasmani ini jika dilakukan oleh peserta didik akan memberikan dampak yang sangat positif dan sangat baik bagi tubuh peserta didik. Contoh dari aktivitas ringan, sedang, hingga berat yaitu berjalan, berlari, *push up*, *sit up*, dan bermain sepak bola. Dalam melakukan aktivitas jasmani ini ada faktor internal dan eksternal dari minat peserta didik untuk melakukannya.

Pendidikan adalah proses perkembangan manusia seumur hidup, dan pendidikan jasmani, olahraga, serta kesehatan di sekolah berperan penting dalam memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk berpartisipasi langsung dalam

berbagai pengalaman belajar melalui kegiatan jasmani, olahraga, dan kesehatan yang dipilih dan dilakukan secara sistematis. Pengalaman belajar ini dirancang untuk mendorong pertumbuhan fisik dan perkembangan mental yang lebih baik, serta gaya hidup sehat dan bugar seumur hidup. Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan juga merupakan disiplin yang menggunakan aktivitas jasmani sebagai media untuk mencapai tujuan pembelajaran. Tujuan utamanya adalah menjaga kesehatan peserta didik. Namun, berdasarkan pengamatan awal peneliti, tidak semua peserta didik menunjukkan ketertarikan yang sama terhadap aktivitas jasmani di luar jam PJOK. Ada peserta didik yang kurang terlibat atau bahkan tidak melakukan aktivitas jasmani sama sekali. Hal ini menimbulkan pertanyaan: bagaimana sebenarnya tingkat minat peserta didik dalam melakukan aktivitas jasmani di luar pembelajaran PJOK? Oleh karena itu, penelitian ini difokuskan pada peserta didik kelas VII Madrasah Tsanawiyah Negeri 3 Jembrana, karena sekolah ini memiliki keragaman latar belakang siswa dan fasilitas yang relatif memadai namun belum diketahui sejauh mana pengaruhnya terhadap minat siswa dalam beraktivitas jasmani secara mandiri.

Sangat diharapkan bagi peserta didik untuk berminat dan antusias dalam melakukan aktivitas jasmani diluar jam pembelajaran. Karena memberi dampak yang sangat baik bagi tubuh peserta didik itu sendiri. Baik dari kesehatan jasmani dan rohaninya. Sebab melakukan aktivitas jasmani sangatlah dianjurkan untuk peserta didik guna menjaga kesehatan, kebugaran jasmani, dan rohaninya.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti menyusun penelitian mengenai “Minat Peserta Didik Dalam Melakukan Aktivitas Jasmani Diluar Pembelajaran PJOK Di Kelas VII Madrasah Tsanawiyah Negeri 3 Jembrana”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut.

1. Jenis aktivitas jasmani yang dilakukan oleh peserta didik kelas VII Madrasah Tsanawiyah Negeri 3 Jemberana.
2. Jumlah peserta didik kelas VII Madrasah Tsanawiyah Negeri 3 Jemberana yang melakukan aktivitas jasmani diluar pembelajaran PJOK.
3. Ketersediaan Sarana dan Prasarana dalam melakukan aktivitas jasmani diluar pembelajaran PJOK.

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang dan identifikasi masalah yang telah diuraikan di atas, serta untuk menghindari salah penafsiran dalam penelitian ini, maka dibuat batasan permasalahan agar pengkajiannya lebih mendalam. Dalam penelitian ini hanya membatasi tentang minat peserta didik dalam melakukan aktivitas jasmani diluar pembelajaran PJOK Kelas VII Madrasah Tsanawiyah Negeri 3 Jemberana.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah yang telah dikemukakan di atas maka peneliti dapat merumuskan masalah sebagai berikut: “Bagaimana minat peserta didik dalam melakukan aktivitas jasmani diluar pembelajaran PJOK Kelas VII Madrasah Tsanawiyah Negeri 3 Jemberana?”.

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk memperoleh data empirik minat peserta didik dalam melakukan aktivitas jasmani diluar pembelajaran PJOK kelas VII Madrasah Tsanawiyah Negeri 3 Jembrana.

1.6 Manfaat Penelitian

Peneliti berharap agar hasil penelitian ini dapat bermanfaat sebagai berikut.

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat menunjukkan bukti-bukti secara ilmiah mengenai minat peserta didik dalam melakukan aktivitas jasmani diluar pembelajaran PJOK kelas VII Madrasah Tsanawiyah Negeri 3 Jembrana, sehingga dapat menambah kajian yang berkaitan dengan pembelajaran pendidikan jasmani.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan kajian teori bagi peserta didik dalam mendalami minat melakukan aktivitas jasmani diluar pembelajaran PJOK.

