

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Olahraga pada dasarnya merupakan kebutuhan setiap manusia di dalam kehidupan pada umumnya, agar koordinasi fisik dan kesehatan tetap terjaga dengan baik. Olahraga dapat meningkatkan kesehatan dan mencegah timbulnya penyakit termasuk penyakit jantung, diabetes, osteoporosis, bentuk kanker, obesitas, dan cedera. Partisipasi dalam olahraga juga dikenal untuk mengurangi depresi, stres dan kecemasan, meningkatkan kepercayaan diri, tingkat energi, kualitas tidur, dan kemampuan untuk berkonsentrasi. Dalam kehidupan sehari-hari untuk dapat menunjukkan kesehatan, perlu adanya tindakan atau upaya yang dilakukan. Upaya kesehatan adalah setiap kegiatan untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan yang bertujuan untuk mewujudkan derajat kesehatan yang optimal bagi masyarakat. Menurut Janpurba (2011), jika seseorang melakukan olahraga secara rutin maka akan dapat meningkatkan masa otot atau daya tahan tubuh, karena latihan tersebut dapat merangsang sel otot untuk tumbuh menjadi lebih besar dan sel-sel otot yang semula istirahat akan menjadi aktif kembali.

Olahraga merupakan hal yang sangat dekat dengan manusia kapan pun dan dimana pun mereka berada. Sebab olahraga merupakan salah satu kebutuhan hidup yang harus dipenuhi oleh setiap manusia. Olahraga menempati salah satu kedudukan

terpenting dalam kehidupan manusia. Dalam kehidupan moderen sekarang ini manusia tidak bisa dipisahkan dari kegiatan olahraga baik sebagai salah satu pekerjaan khusus, sebagai tontonan, rekreasi, mata pencaharian, kesehatan maupun budaya.

Pendidikan adalah suatu proses pembelajaran yang dilakukan secara sadar untuk kelangsungan kehidupan manusia yang bertujuan untuk mengembangkan potensi yang dimiliki. Belajar mengajar pada dasarnya merupakan proses interaksi edukatif antara guru dan peserta didik yang meliputi tiga aspek, yakni aspek kognitif, afektif dan psikomotorik.

Seperti pendapat Dwi Siswoyo (2007: 25) pendidikan adalah suatu gejala manusiawi dan sekaligus upaya sadar, di dalamnya tidak terlepas dari keterbatasan-keterbatasan yang dapat melekat pada peserta didik, pendidik, interaksi pendidikan, serta pada lingkungan dan saran pendidikan. Tujuan umum peserta didik berolahraga di SMP Negeri Satu Atap 1 Gerokgak pada dasarnya adalah membantu peserta didik untuk perbaikan imun dan drajad kesehatan di masa pandemi covid-19 yang melanda dunia melalui pengertian dan pembahasan sikap positif tentang manfaat berolahraga. Akan tetapi di masa pandemi covid-19 ini peserta didik lebih banyak meluangkan waktunya dengan bermain gedget atau gime artinya peserta didik kurang melakukan aktivitas berolahraga di rumah tentu ini akan mengakibatkan tingkat kesehatan atau imun tubuh peserta didik menurun di tambah lagi dengan peserta didik lebih sering mengerjakan tugas mata pelajaran lain yang di berikan guru, membuat peserta didik kurang tertarik lagi untuk melakukan aktivitas berolahraga.

Peran guru dan orang tua sangat dibutuhkan pada peserta didik untuk tetap melakukan aktivitas berolahraga. Peran sekolah sangat minim mengingat pembatasan

waktu pelajaran secara online maka peran orang tua dan guru sangat dibutuhkan di luar sekolah dalam menjaga kesehatan dan imun tubuh peserta didik di masa pandemi covid-19. Kendala berikutnya adalah ketertarikan motivasi peserta didik dalam melakukan aktivitas berolahraga juga sangat di perlukan mengingat peserta didik lebih akrab dengan gadget ketimbang berolahraga, bukan berarti melarang peserta didik untuk tidak menggunakan gadget. Di sini peran gadget sangat diperlukan karena banyak kegiatan atau aktivitas berolahraga yang dapat diakses oleh peserta didik. Namun kembali lagi ke peran orang tua dan guru untuk mengarahkan peserta didik untuk melakukan aktivitas berolahraga

Motivasi yang dimiliki seseorang bukan merupakan sesuatu yang bisa ditebak dan datang dengan begitu saja, karena motivasi yang ada dalam diri seseorang timbul tidak secara tiba-tiba atau spontan, melainkan timbul akibat dari partisipasi, pengalaman, kebiasaan pada waktu belajar atau bekerja. Oleh karena itu Motivasi akan selalu berkaitan dengan kebutuhan atau keinginan. Setelah melakukan observasi di SMP Negeri Satu Atap 1 Gerokgak dapat dilihat bahwa motivasi olahraga peserta didik di rumah ini sangat di perlukan. Namun dalam berolahraga di rumah terdapat beberapa kendala seperti sarana dan prasarana yang kurang memadai. Perkembangan yang sangat pesat dari berbagai aspek di era globalisasi menuntut setiap bangsa untuk meningkatkan potensi dan kualitas dari sumber daya manusia. Indonesia merupakan salah satu negara berkembang yang tidak terhindar dari arus globalisasi yang begitu deras. Cara yang tepat untuk menghadapi globalisasi adalah dengan meningkatkan kualitas pendidikan di Indonesia. Pendidikan memiliki peran penting untuk kemajuan suatu bangsa dan negara. Pendidikan mampu membentuk karakter seseorang individu.

Melalui pendidikan dapat membentuk manusia yang bertakwa, disiplin, jujur, bertanggung jawab, toleransi, kreatif, belajar mandiri dan mampu menganalisis berbagai fenomena sekitar dan mencari solusi dari pemecahan masalah. Hal ini sesuai dengan tujuan pendidikan menurut Undang-Undang No.20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional dalam menentukan karakter peserta didik agar memiliki kepribadian yang unggul dalam bersaing dan baik dalam bertindak.

Penyakit yang ditimbulkan oleh *Novel Corona Virus 2019 (Covid-19)* adalah penyakit menular yang disebabkan oleh *SARS-COV-2*, salah satu jenis koronavirus dimana penyakit ini telah menjadi pandemi ditahun 2019-2020. Infeksi menyebar dari satu orang ke orang lain melalui percikan (*droplet*) dari saluran pernapasan yang sering dihasilkan saat batuk atau bersin. Sejak mewabahnya pandemik yang disebabkan oleh virus corona di Indonesia, banyak cara yang dilakukan oleh pemerintah untuk mencegah penyebarannya. Dengan persebaran pandemi *covid-19* yang begitu cepat melanda dunia, hal ini menyebabkan guru dan peserta didik untuk berjuang dengan keadaan ini. Situasi yang sebelumnya dimana proses pembelajaran berlangsung dengan tatap muka, dengan bimbingan langsung, bertemu fisik dengan proses belajar dan mengajar dikelas menjadi suatu hal yang tidak bisa dilakukan lagi.

Di akibatkan pandemi *covid-19* ini sekolah di seluruh Indonesia pun terkena dampaknya. Sekolah sudah diliburkan oleh pemerintah sejak beberapa bulan lalu. Pembelajaran pun dilakukan dengan cara daring keseluruh peserta didik tidak terkecuali juga mahasiswa di perguruan tinggi swasta maupun negeri. Dalam menjaga kesehatan diri untuk meningkatkan imunitas tubuh dan memperkuat imunitas tubuh setiap peserta didik harus rajin dan rutin berolahraga dirumah maupun diluar rumah karena banyak

manfaat dalam berolahraga dimana dalam melakukan aktifitas fisik juga dikenal untuk mengurangi depresi, stres dan kecemasan, dan meningkatkan kepercayaan diri, tingkat energi, kualitas tidur dan kemampuan untuk berkonsentrasi, VicHealt, 2010: 1 (dalam Yudik Prasetyo, 2013:219-228).

Berdasarkan kecenderungan perilaku peserta didik tersebut, kemungkinan faktor motivasi merupakan salah satu faktor penyebab terhadap ketidak aktifan sebagian peserta didik dalam melakukan aktivitas berolahraga di SMP Negeri Satu Atap 1 Gerokgak pada masa pandemi covid-19 ini. Berdasarkan latar belakang di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Motivasi Peserta Didik Berolahraga Pada Masa Pandemi Covid-19 Di SMP Negeri Satu Atap 1 Gerokgak”.

Berikut ini beberapa penelitian yang relevan yang pernah dilakukan secara umum penelitian-penelitian tersebut menunjukkan bahwa aktivitas jasmani yang dilakukan peserta didik saat pandemi *covid-19* : 1) Penelitian oleh Mohammad Sofyan Wirawan (2017) yang berjudul “Motivasi Masyarakat Terhadap Olahraga Futsal” menyatakan motivasi masyarakat terhadap olahraga futsal tergolong tinggi. Olahraga futsal tersebut banyak dipengaruhi oleh indikator hobi. 2) Penelitian oleh Moch Fahmi Abdulaziz, dkk (2016) yang berjudul “Motivasi Mahasiswa terhadap aktivitas olahraga pada sore hari di sekitar area taman sutera universitas negeri semarang” menyatakan bahwa motivasi mahasiswa melakukan aktivitas olahraga di sekitar taman sutera karena kebutuhan akan rasa aman, sehingga mahasiswa termotivasi melakukan aktivitas olahraga agar mempertahankan kondisi fisiknya. 3) Penelitian oleh Harianto Febri, Hartati Yuli (2016) yang berjudul “Perbandingan motivasi belajar siswa dalam

mengikuti pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan antara siswa kelas VII SMP Negeri 1 Gondang dengan MTS Miftahul Ulum Gondang, Kabupaten Gondang’’, menyatakan bahwa sama-sama memiliki motivasi belajar yang tinggi. 4) Penelitian oleh Munandar Aris (2016) yang berjudul “Perbandingan Motivasi Siswa Dalam Mengikuti Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Pada Siswa Kelas 3 dan Kelas 5 Di SDN Jatilangkung Mojokerto’’ mengkaji tentang perbandingan motivasi siswa dalam mengikuti pelajaran PJOK. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat suatu perbedaan motivasi siswa dalam belajar pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan pada siswa kelas 3 dan kelas 5 yang dibuktikan dari hasil uji-hitung $< (1,495 < 2,021)$ dengan taraf signifikan 0,05. 5) Penelitian oleh Mochamad Badrus Barnama (2020) yang berjudul “Survei Motivasi Terhadap Olahraga Rugby Di SMA Sekecamatan Jombang’’ tergolong motivasi tinggi saat melakukan kegiatan pengenalan teknik. Permainan dan survei dengan menunjukan hasil persentase sebesar 63.5% dari 136 peserta didik.

Berdasarkan latar belakang di atas maka ditunjukkan judul penelitian “Motivasi Peserta Didik Berolahraga Pada Masa Pandemi Covid-19 Di SMP Negeri Satu Atap 1 Gerokgak’’.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, dapat di identifikasikan permasalahan yang ditemukan yaitu:

1. Kurangnya motivasi peserta didik dalam berolahraga pada masa pandemi covid-19 di SMP Negeri Satu Atap 1 Gerokgak
2. Masih kurangnya antusias peserta didik dalam mengikuti aktivitas berolahraga

pada masa pandemi covid-19

3. Belum diketahui seberapa besar motivasi peserta didik dalam berolahraga
4. Pentingnya strategi guru dalam pengaplikasian proses berolahraga, mengingat kurangnya motivasi peserta didik

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas maka pengkajian penelitian ini hanya difokuskan pada survei motivasi peserta didik dalam berolahraga pada masa pandemi covid-19.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dan pembatasan masalah, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “bagaimanakah motivasi peserta didik SMP Negeri Satu Atap 1 Gerogkag untuk berolahraga pada masapandemi *covid-19*?”

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimanakah motivasi peserta didik SMP Negeri Satu Atap 1 Gerogkag dalam berolahraga pada masa pandemi *covid-19*.

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diperoleh dalam penelitian ini adalah:

- 1) Dengan adanya penelitian tentang motivasi peserta didik berolahraga pada masa pandemi *covid-19* di SMP Negeri Satu Atap 1 Gerokgak dapat mengetahui jumlah peserta didik yang berminat dalam berolahraga di masa pandemi *covid- 19* .
- 2) Dengan adanya penelitian tentang motivasi peserta didik berolahraga pada masa pandemi *covid-19* di SMP Negeri Satu Atap 1 Gerokgak dapat meningkatkan pengetahuan dan wawasan mengenai pola hidup seha dalam berolahraga yang tidak hanya di lakukan pada masa pandemi *covid-19* melainkan dapat di lakukan setelah pandemi usai oleh semua peserta didik, khususnya di SMP Negeri Satu Atap 1 Gerokgak.

