

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Penelitian**

Pembinaan dan pengembangan ilmu olahraga telah menjadi prioritas dalam ranah keilmuan, hal ini disebabkan oleh salah satu indikator dan faktor manusia yang berkualitas, manusia yang berkualitas adalah manusia yang memiliki tingkat kesehatan dan kebugaran jasmani yang tinggi, baik secara fisik maupun psikologis. Untuk memenuhi kualitas sumber daya manusia, olahraga diarahkan pada peningkatan kualitas jasmani, mental dan rohani ditunjukkan untuk membentuk watak dan kepribadian, disiplin, sportivitas yang tinggi, dan peningkatan prestasi, serta meningkatkan moral bangsa. Hal ini juga sesuai Undang – Undang Nomor 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional . Tujuan pemerintah dalam bidang olahraga terdapat dalam BAB 2 Pasal 4 yang berbunyi: “Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkokoh ketahanan nasional, serta meningkatkan harkat, martabat dan kehormatan bangsa.”

Tercapainya tujuan keolahragaan nasional akan terlihat dari tumbuh dan berkembangnya generasi yang sehat jasmani dan rohani, bugar, berkualitas, bermoral dan berakhlak mulia, sportif, disiplin yang nantinya akan berdampak

terhadap pembangunan nasional bangsa ( *national character building*). Sehingga olahraga merupakan bagian yang tidak terpisahkan dalam kehidupan sehari-hari, olahraga menjadi sarana strategis untuk membangun kepercayaan diri, identitas bangsa, dan menjadi kebanggaan nasional.

Menurut Undang – Undang No.20 tahun 2003 tentang sistem Pendidikan Nasional bahwa Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan bagian *integral* dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan Pendidikan Nasional.

Undang – Undang Sistem Keolahragaan Nasional tahun 2005 pada pasal 17 tentang ruang lingkup keolahragaan yang dikenal dengan tiga pilar sistem keolahragaan nasional mengamanatkan bahwa:

1. Olahraga Pendidikan. Olahraga pendidikan adalah olahraga dengan tujuan untuk pendidikan maka semua aktivitas gerak diarahkan untuk memenuhi tujuan pendidikan. Oleh karena itu, olahraga yang bertujuan untuk pendidikan identik dengan aktivitas pendidikan jasmani yang ditemukan di sekolah - sekolah dengan implikasinya.
2. Olahraga Rekreasi. Olahraga Rekreasi adalah jenis kegiatan olahraga yang dilakukan pada waktu senggang atau waktu luang, berdasarkan keinginan atau kehendak yang timbul karena memberi kepuasan atau kesenangan.

3. Olahraga Prestasi. Olahraga prestasi adalah cabang olahraga dengan tujuan untuk meraih suatu prestasi. Olahraga prestasi dilakukan oleh setiap orang yang memiliki minat, bakat, motivasi, kemampuan dan prestasi. Pengembangan dan peningkatan prestasi olahraga perlu dilakukan pembinaan sejak dini melalui pembentukan minat, bakat, motivasi, pendidikan dan pelatihan olahraga.

Pada zaman modern ini, olahraga tidak lagi sebagai aktivitas rutin yang dilakukan kebanyakan orang untuk mendapatkan kesehatan dan kebugaran, mengingat ada kecenderungan dalam kehidupan manusia dewasa ini, minat untuk beraktivitas fisik atau berolahraga makin berkurang, karena perkembangan dan kemajuan teknologi, hampir segala aktivitas dilakukan dengan teknologi sehingga fungsi gerak tubuh semakin berkurang. Untuk dapat menumbuhkan kegemaran berolahraga peserta didik menjadi bagian penting dan tantangan tersendiri bagi para guru pendidikan jasmani di sekolah.

Menyikapi perkembangan teknologi khususnya perkembangan *gadget* dan atau *smartphone* yang semakin canggih sehingga cenderung anak usia remaja dewasa bahkan orang tua seakan terlena dengan sebuah aplikasi seperti permainan *game online* dan *social media*. Implikasinya bagi mereka yang kecanduan *game online* dan media sosial tentunya akan semakin sering melupakan aktivitas fisik diantaranya berolahraga.

Menurut (R.R.Eiferman dalam Gunarsa.S.D, 1996) pada hasil penelitiannya bahwa:

Usia anak menaruh minat terhadap aktivitas olahraga, dimulai pada umur 8-11 tahun memiliki minat olahraga yang besar. Mulai pada umur 12-14 tahun minat berolahraga anak tersebut menurun. Lalu untuk mengembangkan dan menjaga pembentukan minat, bakat dan motivasi aktivitas berolahraga, peran orang tua sebagai pendukung dalam pengadaan fasilitas, menciptakan suasana kondusif, dan penguatan positif. Selain itu lebih menitik beratkan pada motivasi intrinsik, untuk memupuk minat dan kesenangan untuk berolahraga. Peranan orang lain hanyalah sebagai pemacu dalam mendorong minat untuk mencapai prestasi, karena olahraga prestasi merupakan muara dari seluruh hasil berbagai pembinaan yang dilakukan secara terus menerus dengan acuan program pelatihan yang terpadu, terarah dan berkesinambungan berdasarkan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan yang modern.

Menurut (Sekretaris Kemenpora dalam Prasetyo, 2013) bahwa partisipasi penduduk yang berumur 10 tahun ke atas terjadi penurunan aktivitas olahraga dari waktu ke waktu. Peningkatan partisipasi olahraga hanya terjadi dari tahun 2000 sebesar 22,6 % menuju tahun 2003 menjadi sebesar 25,4 %. Dalam kurun waktu tahun 2003, ke tahun 2006, menurun 23,2 % dan pada tahun 2009 partisipasi penduduk dalam melakukan olahraga terus menurun, menjadi 21,8%. Pola tersebut berlaku baik di daerah perkotaan maupun pedesaan. Hal tersebut tidak lepas dari kehadiran teknologi pada abad 21 yang dimulai pada tahun 2001, di era *milenial* yang semakin canggih ini, terjadi perubahan teknologi dan pertukaran informasi yang sangat cepat. Diperkirakan lebih dari 100 juta dari 250 juta orang warga Indonesia menjadi pengguna aktif ponsel pintar

pada tahun 2018, sehingga Indonesia termasuk berada pada peringkat keempat dunia setelah Cina, India dan Amerika, (KOMINFO dalam Lutfiwati, 2018). Melalui ponsel pintar ini, masyarakat Indonesia semakin dimudahkan terhubung dengan jaringan internet hingga ke pelosok-pelosok desa jaringan internet saat ini telah disediakan. Dengan demikian masyarakat sudah mulai mengubah gaya hidup mereka, sehingga mempengaruhi setiap aktivitas sisi kehidupan setiap orang saat ini. Perkembangan teknologi yang canggih dan sangat mudah diakses oleh siapa saja, telah dikemas dalam berbagai media diantaranya *smartphone* maupun komputer, dalam kemanfaatannya ada dua dampak yang ditimbulkan, dari sisi dampak positifnya, teknologi memudahkan seseorang untuk mengakses informasi, dalam hal ini dapat digunakan untuk kepentingan belajar maupun berolahraga, dan dilihat dari sisi dampak negatifnya, teknologi dapat memanjakan dan membuat malas orang untuk beraktivitas, contoh yang nyata jika seseorang kecanduan *game online* dan media sosial, dapat melupakan aktivitas fisik dalam kesehariannya.

Pemanfaatan internet di Indonesia era milenial ini di usia remaja pada anak sekolahan sudah dijadikan gaya hidup. Berdasarkan survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) dan *Teknopreneur* tahun 2017, sebanyak 54,13% memanfaatkan internet untuk bermain *game*. Lebih dari 106 juta orang di Indonesia menggunakan media sosial setiap bulannya. Di mana 85% di antaranya mengakses sosial media melalui perangkat seluler atau *Smartphone*. Perilaku seperti ini juga terjadi pada peserta didik di SMK N 3 Kintamani, ditunjukkan dengan beberapa kasus, cenderung peserta didik

menggunakan *smartphone* saat kegiatan belajar mengajar maupun saat istirahat daripada mereka berkunjung ke perpustakaan untuk membaca buku.

Pergeseran perilaku akibat teknologi telah memunculkan perilaku prokrastinasi akademik bagi peserta didik, yaitu perilaku sering menunda mengikuti pelajaran, menunda untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru, dan tidak siapnya presentasi karena belum diselesaikannya pekerjaan atau tugas yang diberikan, sehingga tidak efisiensinya penggunaan waktu atau jam pembelajaran di kelasnya.

Berdasarkan observasi penulis selama dalam Proses Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan (PJOK) di SMK Negeri 3 Kintamani, terdapat variasi antusiasme peserta didik di kelas X pada tahun pelajaran 2020/2021 terhadap mata pelajaran PJOK, sebagian ditunjukkan dari sikapnya, seperti datang tepat waktu, selalu siap mengumpulkan tugas dan tidak terlambat dalam mengikuti pelajaran PJOK, serta terlihat semangat mereka melakukan aktivitas fisik.

Dari 288 jumlah peserta didik kelas X yang terdiri dari 8 rombel, masing-masing rombel 36 peserta didik, yang menunjukkan sikap antusiasme mengikuti kegiatan belajar PJOK sebesar 85% dari 36 jumlah peserta didik per kelasnya. Dan 15% sisanya menunjukkan sikap tidak antusiasnya terhadap kegiatan belajar PJOK. Dari rerata kelas berjumlah 36 orang yang antusias mengikuti materi termasuk kehadiran di kelas sekitar 31 orang dan sisanya lagi 6 orang menunjukkan perilaku malas belajar, malas mengerjakan tugas terkadang tidak hadir tanpa alasan yang jelas. Hal ini menunjukkan minat peserta didik terhadap

olahraga masih ada, sebaliknya sebagian peserta didik putra menunjukkan sikap dan perilaku sering terlambat, jarang mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru, dan tidak antusiasnya mengikuti pelajaran PJOK baik teori maupun praktek dilapangan.

Setelah ditelusuri lebih lanjut melalui wawancara langsung terhadap beberapa peserta didik, sebagian yang tidak berminat mengikuti pelajaran di sekolah khususnya PJOK, disebabkan oleh kecanduan sosial media, dan *game online*, hal ini ditunjukkan pula dengan sikap dan perilaku peserta didik yang suka menunda-nunda tugas atau pekerjaan dari guru mata pelajaran lainnya, dibuktikan dari seringnya beberapa peserta didik dipanggil guru Bimbingan Konseling (BK) terkait beberapa kasus proses belajar mereka. Begitupun seringnya peserta didik ditemukan memainkan *Smartphone* saat pelajaran sedang berlangsung. Sehingga dampak dari perilaku tersebut dapat mengganggu suasana belajar di kelas.

Hal ini juga didukung oleh beberapa kajian teori dari peneliti yang bernama (Chairunnisa dalam Hanafi, 2016) pada artikelnya menyebutkan bahwa ketika seseorang atau anak remaja pelajar yang sudah kecanduan media sosial *facebook* dan yang lainnya maka, 1) tidak peduli dengan lingkungan sekitarnya, 2) berkurangnya sosialisasi terhadap lingkungannya, 3) terganggunya kesehatan anak tersebut, 4) tidak adanya aktivitas fisik yang dilakukan apalagi untuk berolahraga, 5) segala aktivitas yang mesti dilakukan anak tersebut sering terlambat apakah seharusnya mandi, makan, dan tidur, 6) berkurangnya waktu belajar.

Berpijak dari uraian tersebut diatas penulis tertarik untuk mengetahui dan meneliti lebih lanjut permasalahan yang muncul dengan mengangkat penelitian dengan topik yaitu:

” Korelasi Prokrastinasi, *Game Online*, dan Media Sosial dengan Minat Berolahraga Peserta Didik Putra Kelas X SMK Negeri 3 Kintamani Tahun Pelajaran 2020/2021”.

## 1.2 Identifikasi Masalah

Dalam proses pembelajaran PJOK di sekolah, diharapkan peserta didik mampu mengikuti kegiatan belajar, berolahraga, disiplin dan bertanggung jawab selama kegiatan yang terjadwalkan. Namun kenyataannya di lapangan sebagian dari peserta didik teridentifikasi oleh guru mata pelajaran PJOK, masih terlihat ada yang tidak memenuhi kewajiban sebagai pelajar untuk datang tepat waktu sesuai aturan yang ditetapkan sekolah sebagaimana tertuang didalam tata tertib sekolah.

Berdasarkan gambaran tersebut, lebih lanjut dapat diidentifikasi permasalahannya antara lain;

1. Sebagian peserta didik putra ada indikasi mengalami prokrastinasi akademik.
2. Sebagian peserta didik putra ada indikasi adanya kebiasaan bermain *game online* hingga lupa waktu belajar maupun dalam aktivitas olahraga.
3. Ada indikasi bahwa kebiasaan peserta didik putra sering waktunya digunakan untuk bermedia sosial (*facebook*).

4. Ada indikasi minat berolahraga peserta didik putra menurun.

### 1.3 Pembatasan Masalah

Menyadari sedemikian kompleksnya permasalahan korelasi antara prokrastinasi, *game online* dan penggunaan media sosial dengan minat berolahraga dalam mata pelajaran PJOK, maka penelitian ini akan difokuskan dan dilakukan pengujian korelasi antara prokrastinasi, *game online*, media sosial dan minat berolahraga pada peserta didik putra kelas X SMK Negeri 3 Kintamani tahun pelajaran 2020/2021.

Dalam penelitian ini, prokrastinasi, *game online* dan media sosial merupakan variabel bebas (*Independen*) dan minat berolahraga sebagai variabel terikat (*dependen*).

### 1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan studi pendahuluan, yang telah dilakukan, adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

- 1.4.1 Apakah terdapat korelasi antara prokrastinasi, *game online* dan media sosial dengan minat berolahraga pada peserta didik putra kelas X SMK Negeri 3 Kintamani tahun pelajaran 2020 / 2021?.
- 1.4.2 Apakah terdapat korelasi antara prokrastinasi dengan minat berolahraga pada peserta didik putra kelas X SMK Negeri 3 Kintamani tahun pelajaran 2020 / 2021?.

1.4.3 Apakah terdapat korelasi antara *game online* dengan minat berolahraga pada peserta didik putra kelas X SMK Negeri 3 Kintamani tahun pelajaran 2020 / 2021?.

1.4.4 Apakah terdapat korelasi antara media sosial dengan minat berolahraga pada peserta didik putra kelas X SMK Negeri 3 Kintamani tahun pelajaran 2020 / 2021?.

### 1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah dan rumusan masalah yang telah dikemukakan di atas, adapun tujuan dari penelitian ini adalah:

1.5.1 Untuk mengetahui apakah terdapat korelasi antara prokrastinasi, *game online* dan media sosial dengan minat berolahraga peserta didik putra kelas X SMK Negeri 3 Kintamani tahun pelajaran 2020 / 2021.

1.5.2 Untuk mengetahui apakah terdapat korelasi antara prokrastinasi dengan minat berolahraga peserta didik putra kelas X SMK Negeri 3 Kintamani tahun pelajaran 2020 / 2021.

1.5.3 Untuk mengetahui apakah terdapat korelasi antara *game online* dengan minat berolahraga peserta didik putra kelas X SMK Negeri 3 Kintamani tahun pelajaran 2020 / 2021.

1.5.4 Untuk mengetahui apakah terdapat korelasi antara media sosial dengan minat berolahraga peserta didik putra kelas X SMK Negeri 3 Kintamani tahun pelajaran 2020 / 2021.

## 1.6 Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan yang ingin dicapai, adapun manfaat yang diperoleh dari hasil penelitian ini dapat dibagi menjadi dua yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis adalah sebagai berikut:

### 1.6.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan pada umumnya dan ilmu keolahragaan pada khususnya serta memperkaya khasanah keilmuan di bidang pendidikan dan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK)

### 1.6.2 Manfaat Praktis

Adapun manfaat praktis yang diharapkan dalam penelitian ini adalah:

- 1) Bagi sekolah, diharapkan sebagai tambahan informasi perkembangan antusiasme peserta didik dalam mengikuti proses pembelajaran untuk menciptakan lulusan yang berkualitas, kreatif dan memiliki nilai – nilai yang berkarakter.
- 2) Bagi orang tua, diharapkan hasil dari penelitian ini sebagai masukan kepada orang tua siswa dalam mengasuh dan atau memantau aktivitas anaknya dalam proses pembelajaran di rumah.
- 3) Bagi guru, diharapkan dapat menjadi pedoman pembelajaran, sehingga kualitas pembelajaran menjadi acuan untuk mencapai tujuan yang diharapkan.

- 4) Bagi peserta didik, diharapkan hasil penelitian ini dapat dipergunakan sebagai perbandingan dan masukan sehingga mampu meningkatkan kemampuan belajarnya, khususnya belajar pendidikan jasmani olahraga kesehatan serta mampu meningkatkan minat berolahraga.
- 5) Bagi penulis selanjutnya, diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan masukan dan perbandingan untuk melakukan penelitian berikutnya terkait dengan korelasi antara prokrastinasi, *game online*, media sosial dengan minat berolahraga pada peserta didik di sekolah.

