

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dewasa ini bangsa Indonesia sedang giat membangun, di mana pembangunan dilakukan di segala bidang, berbagai kebijaksanaan telah dilakukan untuk lebih meningkatkan usaha-usaha secara terpadu dalam pelaksanaan pembangunan. Kegiatan pembangunan yang semakin cepat dipacu oleh semakin meningkatnya kebutuhan hidup, sementara sumber daya alam yang dapat diolah semakin menipis. Hal ini menyebabkan manusia berupaya sekuat tenaga untuk dapat meningkatkan penghasilannya demi memenuhi kebutuhan hidupnya. Persaingan hidup terjadi disana-sini, terkadang persaingan tersebut dapat menimbulkan konflik.

Manusia yang bijak, akan terus bekerja keras dan belajar keras memanfaatkan waktu dan ruang secara lebih efektif dan efisien, agar mereka dapat memenuhi kebutuhan hidup yang semakin susah diperoleh. Namun keadaan ini menyebabkan seseorang atau sekelompok orang tidak atau kurang menyadari keadaan kesehatan dan kesegaran jasmani mereka.

Pendidikan pada dasarnya berperan mencerdaskan kehidupan bangsa, yang sasarannya adalah peningkatan kualitas manusia Indonesia baik itu sosial, spiritual, dan intelektual, serta kemampuan yang professional. Untuk itu pembangunan keolahragaan perlu dikembangkan dan ditingkatkan diseluruh tanah

air terutama disekolah-sekolah yang nantinya dapat menunjang proses belajar siswa.

Pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, kemampuan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktifitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di sekolah adalah membantu siswa dalam peningkatan kesegaran jasmani melalui pengenalan dan penanaman sikap positif serta kemampuan gerak dari berbagai aktivitas jasmani, sedangkan fungsi dari Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang disajikan di sekolah memiliki fungsi dalam pengembangan berbagai aspek, seperti (a) organic, (b) neuro muscular, (c) perceptual, (d) social, (e) organic.

Kesegaran jasmani adalah suatu keadaan dimana tubuh memiliki kemampuan melakukan suatu aktivitas dengan baik tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti. Kesegaran jasmani merupakan suatu dasar untuk dapat melakukan aktivitas hidup termasuk aktifitas belajar. Semakin tinggi kesegaran jasmani seorang siswa biasanya akan semakin mudah pula siswa dalam menerima pelajaran. Dapat pula ditambahkan, kesegaran jasmani merupakan kemampuan untuk menunaikan tugas-tugas dengan baik walaupun dalam keadaan sukar,

dimana orang yang kesegaran jasmaninya kurang, tidak akan dapat melakukannya.

<http://digilib.upi.edu/pasca/available>

Pada anak usia SMP, anak diharapkan bergerak dengan aktivitas fisik yang teratur.

Rangsangan sensoris pada usia dini penting untuk mengembangkan kemampuan, kemampuan menganalisis dan bahkan menjadi factor perantara yang memungkinkan tercapainya proses belajar yang cepat pada tahap dewasa.

SMP Swasta Almaksum merupakan sekolah yang sudah berdiri sejak tahun 1983 dan beralamat di jalan Satria Desa Cinta Rakyat Kecamatan Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang. Pada kenyataannya masih ditemukan permasalahannya berupa rendahnya efektifitas belajar mengajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Hal ini berkaitan dengan masih ditemukannya keragaman masalah dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, seperti: 1) keaktifan siswa dalam mengikuti pembelajaran masih belum nampak, 2) para siswa jarang mengajukan pertanyaan, walaupun guru sering meminta agar siswa bertanya jika ada hal-hal yang kurang dipahami, 3) system pembelajaran yang monoton, 4) kurangnya kreatifitas guru dalam mengajar.

Namun dalam kenyataannya masih banyak guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang masih terbatas dalam mengajarkan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan praktek pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan karena berbagai macam keterbatasan dalam menyediakan sarana yang menunjang dalam mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan

kesehatan, sehingga kadang-kadang pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan hanya dilaksanakan secara teori saja dan tidak seperti apa yang diharapkan. Pendidikan jasmani disekolah harus mempunyai tujuan yang mengarah kepada tujuan pendidikan. Yaitu meningkatkan kebugaran jasmani dan daya tahan tubuh siswa, dengan bugarnya kondisi siswa akan mempengaruhi tingkat belajar siswa serta minat dalam mengikuti pembelajaran. Secara umum kegiatan pembelajaran penjas melibatkan aktivitas fisik, demikian juga dalam belajar bola voli. Salah satu masalah dalam pendidikan jasmani di indonesia hingga dewasa ini adalah belum efektifnya pengajaran pendidikan jasmani di sekolah – sekolah, kondisi rendahnya kualitas pengajaran pendidikan jasmani di sekolah lanjut telah dikemukakan didalam berbagai forum oleh beberapa pengamat. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya ialah terbatasnya sumber – sumber yang digunakan untuk mendukung proses pengajaran pendidikan jasmani. Guru kurang mampu dalam melaksanakan profesinya secara profesional, kurang berhasil melaksanakan tanggung jawab untuk mengajar dan mendidik siswa secara sistematis melalui gerakan pendidikan jasmani yang mengembangkan kemampuan dan keterampilan secara menyeluruh baik fisik, mental maupun intelektual.

Berdasarkan kenyataan diatas, guru perlu mencari solusi yang tepat, ia harus bisa menciptakan kondisi belajar yang dapat merangsang siswa agar belajar lebih aktif. Dengan adanya kondisi belajar yang baik, akan mampu menciptakan suasana pembelajaran yang efektif dan variatif serta menyenangkan.

Salah satu alternative dalam memecahkan masalah tersebut adalah dengan mengadakan aktivitas modifikasi pembelajaran bola voli yang dapat mendukung peningkatan hasil belajar siswa. Modifikasi adalah sebuah pendekatan yang menekankan pada kegembiraan kecakapan jasmani dan pengayaan gerak anak. Pengertian modifikasi pembelajaran olahraga dalam Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan tidak menunjuk kepada salah satu metodologi atau model pengajaran tertentu tetapi ia menunjuk pada berbagai keterampilan mengajar yang diadaptasikan secara tepat oleh guru selama proses pembelajaran. Dalam Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, modifikasi sama sekali tidak mengubah isi kurikulum yang telah ditetapkan, modifikasi juga diartikan sebagai perubahan dari yang asli ke yang sederhana.

Berdasarkan observasi perdahuluan di SMP Swasta Al maksum, diketahui banyak faktor yang menyebabkan rendahnya tingkat kesegaran jasmani siswa, disini salah satunya guru dinilai kurang kreatif dalam melakukan inovasi pembelajaran, kurang kreatif dalam memanfaatkan sarana dan prasarana yang terdapat disekolah tersebut, guru kurang kreatif dalam pemilihan materi ajar, metode pembelajaran, variasi tanpa diselingi dengan game, sehingga siswa cenderung pasif dan bosan dalam menghadapi pembelajaran dikelas maupun di lapangan.

Sehubungan dengan hal itu, maka peneliti merasa tertarik untuk mengkaji lebih jauh mengenai “Pengaruh Bermain Bola Voli Mini Terhadap Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Putri Kelas VII SMP Swasta Almaksum Kecamatan Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang Tahun Ajaran 2012/2013”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah diatas, maka peneliti dapat mengidentifikasi beberapa masalah yang timbul antara lain : Faktor apa saja yang dapat meningkatkan kesegaran Jasmani Siswa putri kelas VII SMP Swasta Almaksu Kecamatan Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang Tahun Ajaran 2012/2013? Apakah factor sarana dan prasarana olahraga mempengaruhi tingkat kesegaran jasmani? Bagaimanakah tingkat kesegaran jasmani siswa putri kelas VII SMP Swasta Almaksu Kecamatan Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang Tahun Ajaran 2012/2013? Apakah proses modifikasi bermain dapat mempengaruhi tingkat kesegaran jasmani siswa? Bagaimanakah pengaruh bermain bola voli mini terhadap tingkat kesegaran jasmani siswa putri kelas VII SMP Swasta Almaksu Kecamatan Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang Tahun Ajaran 2012/2013?

C. Pembatasan Masalah

Dari beberapa permasalahan yang dapat diidentifikasi, peneliti membatasi pada Pengaruh Bermain Bola Voli Mini Terhadap Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Putri Kelas VII SMP Swasta Almaksu Kecamatan Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang Tahun Ajaran 2012/2013.

D. Rumusan Masalah

Yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimanakah Pengaruh Bermain Bola Voli Mini Terhadap Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa

Putri Kelas VII SMP Swasta Almaksum Kecamatan Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang Tahun Ajaran 2012/2013.

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Bermain Bola voli Mini Terhadap Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Putri Kelas VII SMP Swasta Almaksum Kecamatan Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang Tahun Ajaran 2012/2013.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi :

1. Peneliti sendiri agar dapat mengembangkan ilmu dan keterampilan lebih baik lagi terutama dalam hal meningkatkan kesegaran jasmani para siswa
2. Para guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMP Swasta Kecamatan Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang Lebih mengetahui pengaruh aktivitas modifikasi terhadap tingkat kesegaran jasmani siswa terutama siswa putri.
3. Bagi pihak sekolah agar dapat menerapkan pembelajaran bola voli yang lebih efektif terhadap siswanya.
4. Menambah ilmu dan dapat menyelesaikan tugas terakhir bagi peneliti dan menyelesaikan sebagian persyaratan perkuliahan.