

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A . Latar Belakang Masalah

Rumah Anak Madani merupakan lembaga pendidikan sosial yang membina anak-anak korban bencana alam, yatim piatu dan fakir miskin di Nangroe Aceh Darussalam dan Sumatera Utara. Mereka kemudian dididik, dilatih dan disekolahkan agar anak korban bencana alam tersebut kelak akan menjadi seseorang yang mandiri. Di Rumah Anak Madani, anak korban bencana dibesarkan dengan kehidupan asrama yang memiliki banyak kegiatan dan peraturan-peraturan. Kegiatan yang mereka lakukan seperti belajar secara *classical*, kursus bahasa, keterampilan dan kesenian, olahraga dan bimbingan belajar. Selain itu mereka diharuskan mengikuti peraturan-peraturan dan akan diberikan sanksi-sanksi apabila melanggar peraturan. Seiring dengan berjalannya waktu, setelah Rumah Anak Madani yang dulunya hanya menangani anak-anak korban bencana alam *tsunami* di Aceh dan Sumatera Utara. Namun, sekarang di area Rumah Anak Madani telah berdiri sebuah Yayasan. *CT foundation* adalah sebuah yayasan dengan visi utama memerangi buta huruf dan mengentaskan kemiskinan di Indonesia, didirikan pada tanggal 18 Juni 2007 oleh Bapak Chairul Tanjung dan Ibu Anita Ratnasari Chairul. SMA Unggulan *CT foundation* berada pada satu area dengan Rumah Anak Madani (RAM), sebuah yayasan yang disalurkan untuk menampung anak korban bencana alam dan anak-anak yang berasal dari keluarga yang tidak mampu. Semua siswa SMA Unggulan *CT foundation* harus tinggal di asrama agar pola pembinaan dapat diikuti dan

berlangsung secara efektif dan maksimal. Asrama siswa SMA Unggulan CT *foundation* masih berada di wilayah gedung sekolah.

Remaja yang dibesarkan di yayasan SMA Unggulan CT *foundation* berbeda dengan remaja yang dibesarkan oleh orang tua mereka. Para remaja ini harus berpisah dengan orangtua disebabkan mereka harus tinggal di asrama. Remaja di SMA Unggulan CT *foundation* dibesarkan oleh pengasuh yang dipanggil dengan sebutan abi dan ummi. Hal ini tentu berbeda dengan remaja yang dibesarkan oleh orang tua mereka sendiri. Para remaja ini harus beradaptasi dengan pola hidup serta lingkungan baru. Pola hidup baru artinya di SMA Unggulan CT *foundation* mereka memiliki jadwal harian yang harus mereka taati, peraturan yang harus ditaati dan sejumlah kegiatan yang harus dilaksanakan dan apabila dilanggar akan diberi hukuman. Lingkungan baru berarti bahwa remaja yang tinggal di SMA Unggulan CT *foundation* merupakan remaja yang sebagian besar berasal dari luar daerah, yang memiliki latar belakang budaya yang sangat berbeda dengan kota Medan yang masyarakatnya majemuk. Dan anak-anak di SMA Unggulan CT *Foundation* adalah anak-anak yang mengalami masa remaja.

Periode masa remaja merupakan masa transisi yang melibatkan perubahan-perubahan fisik, kemampuan kognitif, perubahan minat, penyesuaian emosi sekaligus terjadinya perubahan dalam hubungan keluarga. Perubahan fisik meliputi perubahan dalam tinggi badan, berat badan, perubahan dalam bentuk dan proporsi tubuh dan kematangan seksual. Perkembangan fisik yang cepat dan penting disertai dengan cepatnya perkembangan mental yang cepat, terutama pada

awal masa remaja. Semua perkembangan itu menimbulkan perlunya penyesuaian mental dan perlunya membentuk sikap, nilai dan minat baru.

Manusia adalah makhluk ciptaan Tuhan yang paling sempurna. Manusia memiliki akal dan pikiran, selain itu bentuk tubuh manusia pun diciptakan secara sempurna. Tetapi, manusia tidak akan pernah mempunyai sifat-sifat jasmaniah/fisik yang sama persis dengan manusia yang lainnya, sehingga dalam hal ini akan banyak macam tipe tubuh/perawakan. Tipe-tipe tubuh pada manusia bisa dilihat dengan memperhatikan uraian dan analisa *anthropometry* terhadap bentuk tubuh, maka dapat diketahui betapa pentingnya penelitian *anthropometric* didalam dunia olahraga. *Anthropometric* dapat berguna untuk mengetahui predominan *somatotype* siswa-siswa yang memiliki minat berolahraga ataupun untuk olahragawan. *Anthropometric* tidak dapat menentukan prestasi atau penampilan seseorang, tetapi *anthropometric* bermanfaat untuk memprediksi tipe-tipe tubuh yang sesuai dengan dengan cabang olahraga yang dapat menunjang tercapainya prestasi.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi tipe-tipe tubuh manusia yaitu : 1. Pengaruh faktor Genetik, Gen adalah pembawa sifat dalam diri setiap orang yang diturunkan dari kedua orang tuanya. Gen ini ada dalam setiap sel tubuh dan terkait fungsinya. Misalnya; gen kurus, gen gemuk, gen tinggi, dan lainnya. Walaupun ada gen yang tidak termanifestasi dalam tubuh manusia tersebut jadi hanya sebagai pembawa gen saja (*carries*). 2. Pengaruh faktor lingkungan: faktor lingkungan adalah faktor yang mampu mempengaruhi tubuh. Misal; faktor

makanan, nutrisi, olahraga dan kebiasaan hidup akan berdampak pada tubuh termasuk tipe tubuh.

Selain tipe tubuh, manusia juga tidak dapat dipisahkan dari aktivitas jasmani karena dalam memenuhi kebutuhannya pasti manusia akan bergerak (beraktivitas), misalnya: berjalan, bekerja, belajar, makan, berolahraga dan aktivitas lainnya. Sesungguhnya bergerak adalah kebutuhan dasar bagi manusia seperti halnya makan dan minum, karena dengan bergerak manusia mencapai beberapa tujuan seperti perkembangan fisik, perkembangan mental dan sosial. Kesegaran jasmani merupakan hasil dari produktivitas. Seseorang yang memiliki kesegaran jasmani yang baik mungkin disebabkan oleh kehidupan yang produktif.

Pada tahun 1960-an terjadi perubahan di beberapa negara. Kebugaran jasmani dianggap sebagai bagian penting dari tujuan pendidikan jasmani baik di Barat maupun di Timur, semacam kebangkitan kembali aliran Swedia yang menekankan kebugaran jasmani sebagai tujuan utama, manusia sebagai “mesin” yang harus dibina agar berfungsi dengan baik, sementara landasan ilmiahnya adalah biologi.

Dalam melakukan aktivitas jasmaninya inilah diperlukan adanya tingkat kesegaran jasmani yang mengarah kepada kondisi fisik yang baik. Oleh sebab itu, sudah sewajarnya setiap individu senantiasa memelihara kebugaran jasmani dan kondisi fisiknya karena kebugaran jasmani inilah yang secara menyeluruh akan memberikan kemampuan kepada seseorang yang menjalani.

Kesegaran jasmani mempunyai fungsi yang sangat penting bagi kehidupan seseorang dalam melakukan kegiatan sehari-hari. Kebugaran jasmani berfungsi

untuk meningkatkan kemampuan kerja bagi siapapun yang memilikinya sehingga dapat melaksanakan tugas-tugasnya secara optimal untuk mendapatkan hasil yang lebih baik. Dari hasil seminar kebugaran jasmani nasional pertama yang dilaksanakan di Jakarta pada tahun 1971 dijelaskan bahwa fungsi kebugaran jasmani adalah untuk mengembangkan kekuatan, kemampuan, dan kesanggupan daya kreasi serta daya tahan dari setiap manusia yang berguna untuk mempertinggi daya kerja dalam pembangunan dan pertahanan bangsa dan negara.

Pendidikan sebagai suatu pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang diajarkan disekolah memiliki peran yang sangat penting, yaitu memberikan kesempatan pada anak didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang terpilih dan dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup dan bugar sepanjang hayat.

Oleh karena itu, tingkat kebugaran jasmani setiap individu harus diupayakan sedemikian rupa, sehingga yang bersangkutan mampu menghadapi tantangan hidup yang dihadapi sehari-hari. Kemudian ada beberapa unsur-unsur yang berkaitan erat dengan kebugaran jasmani atau kesegaran jasmani antara lain: daya tahan kardiovaskuler, daya tahan otot, kelentukan komposisi tubuh, kecepatan gerakan, kelincahan, keseimbangan, kecepatan reaksi dan koordinasi gerak.

Sesuai dengan pengamatan dan survey dilapangan serta interviu dengan guru bidang studi pendidikan jasmani SMA Unggulan CT *foundation* Bapak Amin, mengatakan bahwa sebagian siswa kurang berminat dalam mengikuti pembelajaran terutama dalam mengikuti praktek pendidikan jasmani, ini dilihat pada diri siswa terdapat perasaan malas dalam mengikuti proses belajar mengajar yang berlangsung di sekolah. Guru juga mengatakan bahwa siswa cenderung menggunakan teknologi modern disekolah, sehingga ketertarikan siswa terhadap aktivitas jasmani sangat kurang. Apalagi dengan keadaan sekolah yang memiliki macam-macam teknologi modern dan siswa difasilitasi dengan teknologi modern juga, kemudian Guru juga mengatakan bahwa masih banyak sepenuhnya dalam melakukan aktivitas itu semangat dan konsentrasi siswa rendah.

Kemudian jika dilihat dari segi bentuk tubuh, dengan kondisi siswa yang rata-ratanya adalah remaja. Dan diketahui bahwa remaja akan berkembang cepat baik fisik, psikis, dan sebagainya, kemudian mereka hidup jauh dari orang tua pasti perkembangan tubuh mereka tertekan dengan psikis mereka, kemudian kondisi gizi yang telah ditentukan oleh pihak asrama, kurangnya prestasi mereka didalam bidang olahraga dan kurangnya siswa melakukan aktivitas jasmani.

Uraian diatas memperlihatkan bahwa para remaja yang dibesarkan di area Rumah Anak Madani khususnya yayasan SMA Unggulan CT *foundation* mengalami kondisi yang cukup sulit yaitu mereka sebagai individu yang pernah mengalami bencana, individu yang lahir dari keluarga tidak mampu dan dibesarkan di daerah yang budayanya berbeda dengan daerah asal mereka. Dibesarkan dengan kehidupan asrama yang berarti bahwa mereka harus berpisah

dengan orangtuanya, dan sebagai remaja yang sedang mengalami berbagai perubahan baik dalam perubahan fisik, perubahan emosi, dan hubungan dengan teman sebaya.. Walaupun aktivitas mereka sangat padat bukan berarti kebugaran jasmani mereka baik karena mereka kurang melakukan aktivitas jasmani. Dan Walaupun hidup mereka terkoordinir baik, bukan berarti perkembangan tubuh mereka berkembang dengan baik juga dikarenakan faktor psikis, gizi dan lingkungan. Apalagi anak-anak SMA Unggulan CT *foundation* yang tinggal di asrama kompleks Rumah Anak Madani, mereka melakukan aktivitas sehari-hari di area sekolah dan asrama. Oleh sebab itu, jarak dan ruang lingkup mereka melakukan aktivitas juga terbatas secara umum di area asrama saja. Sehingga akan memberikan dampak yang kurang baik terhadap perkembangan tubuh dan tingkat kebugaran jasmani mereka.

Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik untuk mengetahui profil *somatotype* dan kebugaran jasmani dengan judul : “Profil *Somatotype* dan Kebugaran Jasmani Siswa Putra SMA Unggulan CT *foundation* Rumah Anak Madani (RAM) Deli Serdang”. Karena penelitian ini bertujuan untuk mendeteksi tipe-tipe tubuh siswa dan mengetahui tingkat kebugaran jasmani siswa putra SMA Unggulan CT *foundation*,. Dan penelitian ini sebagai acuan guru pendidikan jasmani dan pihak Yayasan SMA Unggulan CT *foundation* untuk mengembangkan hasil penelitian ini menjadi literatur dalam pengembangan olahraga dan pendidikan jasmani dan kesehatan (penjaskes) siswa-siswa SMA Unggulan CT *foundation* Rumah Anak Madani.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah didalam penelitian ini antara lain: 1. Apakah siswa putra SMA Unggulan CT *foundation* memiliki tingkat kesegaran jasmani yang baik?, 2. Faktor apa saja yang mempengaruhi tingkat kesegaran jasmani siswa SMA Unggulan CT *foundation*?, 3. Apakah kegiatan diasrama mempengaruhi tingkat kesegaran jasmani siswa SMA Unggulan CT *foundation*?, 4. Bagaimanakah peranan *somatotype* (tipe-tipe tubuh) terhadap siswa putra SMA Unggulan CT *foundation*?, 5. Bagaimakah *somatotype* (tipe-tipe tubuh) siswa putra SMA Unggulan CT *foundation*?, 6..Bagaimana hubungan *somatotype* (tipe-tipe tubuh) terhadap tingkat kesegaran jasmani siswa putra SMA Unggulan CT *foundation*?

## **C. Pembatasan Masalah**

Mengingat luasnya permasalahan dalam identifikasi masalah, maka perlu kiranya menentukan pembatasan masalah pada hal-hal yang pokok saja untuk mempertegas sasaran yang akan dicapai yaitu : mengetahui *somatotype* (tipe-tipe tubuh) dan tingkat kesegaran jasmani siswa putra SMA Unggulan CT *foundation*.

## **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pada uraian latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Bagaimana *somatotype* (tipe-tipe tubuh) dan tingkat kesegaran jasmani siswa putra SMA Unggulan CT *foundation*?

### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui *Somatotype* (tipe-tipe tubuh) dan tingkat kebugaran jasmani siswa putra SMA Unggulan CT foundation.

### **F. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat penelitian adalah:

1. Sebagai bahan masukan bagi guru pendidikan jasmani dalam mendeteksi predominan bentuk tubuh dan tingkat kebugaran jasmani siswa khususnya di SMA Unggulan CT foundation.
2. Dapat dijadikan sebagai pedoman guru pendidikan jasmani dalam pemilihan atlet dan pengembangan prestasi olahraga di SMA Unggulan CT foundation.
3. Dapat menunjukkan bukti secara ilmiah tentang *somatotype* (tipe-tipe tubuh) dan tingkat kebugaran jasmani sehingga dapat dijadikan sebagai masukan/sumbangan dalam pembinaan prestasi siswa putra SMA Unggulan CT foundation.
4. Dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dalam menentukan program pembinaan di SMA Unggulan CT foundation.