

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan salah satu faktor yang sangat penting dalam kehidupan seseorang karena melalui pendidikan seseorang dapat meningkatkan kecerdasan, keterampilan, mengembangkan potensi diri dan dapat membentuk pribadi yang bertanggung jawab, cerdas dan kreatif. Pendidikan juga merupakan wahana pokok bagi pengembangan kualitas sumber daya manusia, karena itu upaya peningkatan mutu pendidikan dasar perlu mendapat perhatian yang sungguh – sungguh terutama Sekolah Dasar yang merupakan pondasi bagi seluruh jenjang pendidikan karena di Sekolah Dasar adalah tempat pertama kali dasar – dasar ilmu kecakapan dan perilaku diberikan, sehingga di Sekolah Dasar perlu mendapatkan perhatian dan pembinaan yang seksama dengan senantiasa meningkatkan kualitasnya melalui suatu pola pembinaan wawasan keunggulan. Sekolah Dasar siswa kelas tinggi adalah siswa sekolah dasar yang duduk di kelas IV,V,dan VI. Rata – rata umur siswa kelas tinggi adalah 10 tahun – 12 tahun.

Di Indonesia pendidikan berperan untuk mencerdaskan kehidupan bangsa, yang sasarannya adalah peningkatan kualitas manusia Indonesia baik itu sosial, spiritual, dan intelektual, serta kemampuan yang profesional. Salah

satunya bidang pendidikan yang ikut mendukung peran pendidikan Indonesia adalah bidang Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, ketrampilan gerak, ketrampilan berfikir kritis, kemampuan 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 (Sembiring, 2010).

Mata pelajaran pendidikan jasmani merupakan salah satu bidang studi yang cukup penting dalam rangka peningkatan kesegaran jasmani siswa di sekolah. Adapun tujuan pendidikan jasmani 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 yang disajikan di sekolah memiliki fungsi antara pengembangan aspek : (a) organic, (b) neuro muscular, (c) perceptual, (d) social dan (e) emosional (Depdiknas, 2003).

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 aktivitas belajar. Semakin tinggi

kesegaran jasmani seorang siswa akan semakin mudah pula siswa dalam menerima pelajaran (<http://digilib.upi.edu/pasca/available>)

Tingkat kesegaran jasmani seseorang dipengaruhi oleh faktor umur, jenis pekerjaan, tingkat aktivitas jasmani, dan lain – lain.

Pengukuran tingkat kesegaran jasmani seseorang berfungsi sebagai pedoman dalam memprediksi kemampuan fisik dan status kondisi fisik orang tersebut, sehingga dapat dipakai sebagai bahan dalam memberikan bimbingan dalam meningkatkan kesegaran jasmaninya serta memberikan penilaian pada orang tersebut sehubungan dengan pelajaran pendidikan jasmani (Muhajir, 2002 : 12).

Di Kecamatan STM Hulu ada 15 SD Negeri yang tersebar di 20 desa. Masing – masing SD Negeri tersebut yaitu SD Negeri 102004, SD Negeri 102006, SD Negeri 105403 di desa Tiga Juhar, SD Negeri 201005 di desa Durian Tinggung, SD Negeri 104290 di desa Sipinggian, SD Negeri 105401 di desa Namolinting, SD Negeri 105402 di desa Sibunga – bunga, SD Negeri 106203 di desa Tanah Gara Hulu, SD Negeri 106204 di desa Tanjung Raja, SD Negeri 106848 di desa Tanjung Timur, SD Negeri 107434 di desa Rumah Liang, SD Negeri 107436 di desa Rumah Lengo, SD Negeri 107437 di desa Tanjung Bampu, SD Negeri 107438 di desa Gunung Manupak A, SD Negeri Inpres di desa Bah Buntu.

Tingkat kesegaran jasmani siswa di 15 SD Negeri se - kecamatan STM Hulu selama ini belum di ketahui secara pasti. Untuk mengetahui secara

pasti sesuai dengan fakta di lapangan tentang status kebugaran jasmani siswa SD Negeri di kecamatan STM Hulu Tiga Juhar, maka perlu diadakan penelitian. Dimana penelitian ini bersifat deskriptif, yang hanya menggambarkan bagaimana tingkat kebugaran jasmani siswa khususnya siswa kelas tinggi yaitu kelas empat, kelas lima, dan kelas enam SD Negeri se-Kecamatan STM Hulu Tiga Juhar.

Dari hasil observasi diketahui bahwa 15 SD Negeri di kecamatan STM Hulu Tiga Juhar masing – masing hanya memiliki 1 orang guru penjas. Sarana dan prasarana di beberapa SD tersebut juga masih kurang. Dari beberapa SD tersebut pembelajaran penjas boleh dikatakan berjalan tidak sesuai kurikulum, dan pembelajaran penjas yang seharusnya dilakukan dua kali pertemuan setiap minggu jarang dilaksanakan, sehingga tingkat kebugaran jasmani siswa anak di khawatirkan jauh dibawah yang diharapkan. Siswa-siswa juga sangat jarang melakukan aktivitas bermain pada saat istirahat, mereka lebih memilih duduk di kantin dan diruangan kelas. Pada saat pembelajaran penjas, pertama-tama mereka bersemangat mengikutinya. Akan tetapi tidak berlangsung lama, tidak lama kemudian siswa tersebut mengatakan bahwa mereka sudah mengalami kelelahan dan takut kepanasan, sehingga siswa hanya duduk – duduk dan bercerita – cerita dengan teman.

Disamping itu, kebanyakan siswa berangkat ke sekolah juga sudah sangat jarang dengan jalan kaki akan tetapi sudah menggunakan kendaraan. Ada yang diantar orang tua dan banyak juga yang menggunakan sepeda.

Dalam mengikuti pelajaran yang walaupun masih jam ke empat dan lima, kebanyakan siswa sudah lesu dan kurang bergairah dalam mengikuti pelajaran, kadang ada yang mengantuk yang membuat siswa kurang konsentrasi dan ada juga yang merasa bosan seperti ada rasa paksaan dalam mengikuti pelajaran tersebut.

Berdasarkan uraian di atas penulis terdorong untuk mengkaji lebih jauh mengenai Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa SD Negeri Se – Kecamatan STM Hulu Tiga Juhar, melalui proposal yang berjudul "Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Kelas Tinggi SD Negeri Se- Kecamatan STM Hulu Tiga Juhar Tahun Ajaran 2012/2013.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah dalam penelitian ini antara lain : Apakah siswa SD Negeri kelas tinggi di Se - Kecamatan STM Hulu Tiga Juhar memiliki tingkat kesegaran jasmani yang baik? Faktor apa saja yang mempengaruhi tingkat kesegaran jasmani siswa?

C. Pembatasan Masalah

Mengingat luasnya permasalahan dalam identifikasi masalah, maka perlu kiranya pembatasan masalah dalam penelitian ini untuk mempertegas sasaran yang akan dicapai yaitu mengenai tingkat kesegaran jasmani Siswa SD Kelas Tinggi Se - Kecamatan STM Hulu Tiga Juhar Tahun Ajaran 2012/2013.

D. Rumusan Masalah

Yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Bagaimana tingkat kesegaran jasmani siswa SD Negeri Kelas Tinggi Se - Kecamatan STM Hulu Tiga Juhar Tahun Ajaran 2012/2013.

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kesegaran jasmani siswa SD Negeri Kelas Tinggi Se - Kecamatan STM Hulu Tiga Juhar Tahun Ajaran 2012/2013.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat dilaksanakannya penelitian ini adalah :

1. Sebagai informasi kepada pihak sekolah mengenai kondisi kesegaran jasmani siswa SD Negeri kelas tinggi Se Kecamatan STM Hulu Tiga Juhar .
2. Sebagai bahan masukan bagi guru pendidikan jasmani sejauh mana tingkat kesegaran jasmani siswa SD Negeri kelas tinggi di se- Kecamatan STM Hulu Tiga Juhar.
3. Sebagai informasi dan motivasi bagi siswa SD Negeri kelas tinggi di Kecamatan STM Hulu Tiga Juhar supaya memelihara dan meningkatkan tingkat kesegaran jasmaninya.
4. Untuk peneliti sendiri dapat mengembangkan ilmu dan ketrampilan lebih baik lagi terutama dalam hal meningkatkan kesegaran jasmani para siswa.