

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Bukti-bukti yang didapat dari pengalaman dan dari berbagai hasil penelitian menunjukkan bahwa seseorang yang aktif melakukan aktivitas jasmani disepanjang hidupnya memperoleh keuntungan yang sangat nyata. Hidup mereka lebih sehat, baik secara jasmani maupun rohani. Keadaan demikian berpengaruh positif terhadap kesejahteraan diri sendiri maupun masyarakat sekitarnya.

Di kalangan anak-anak Indonesia penyebab utama penurunan kebugaran jasmani adalah karena mereka kurang aktif bergerak, yang diakibatkan oleh berkurangnya waktu untuk melaksanakan pekerjaan secara jasmani. Keadaan ini sudah banyak terjadi pada anak-anak usia sekolah. Karena itu sungguh beralasan untuk memperhatikan pembinaan kebugaran jasmani sebagai upaya untuk meningkatkan kebugaran mencapai kebugaran hidup.

Di sekolah kegiatan di luar jam pelajaran sering disebut sebagai kegiatan ekstrakurikuler. Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan tambahan di luar struktur program yang pada umumnya merupakan kegiatan pilihan. Berbagai macam kegiatan ekstrakurikuler yang diselenggarakan di sekolah, antara lain : Pramuka, Osis, Palang Merah Remaja, Paskibra, Marching Band, Kegiatan Olahraga dan lain sebagainya. Dalam penelitian ini yang akan dibahas lebih lanjut adalah kegiatan ekstrakurikuler Olahraga Beladiri Tarung Derajat.

Olahraga Beladiri Tarung Derajat dicetuskan ke permukaan bumi pada tanggal 18 Juli 1972 yang merupakan karya cipta seorang putra Bangsa Indonesia yaitu: (Guru Haji Achmad

Derajat,Drs) yang memiliki nama julukan: A.A BOXER. Olahraga Tarung Derajat dilahirkan sebagai suatu seni ilmu beladiri yang berdiri sendiri secara mandiri yang memiliki wadah tersendiri, yang tidak mengadopsi dan bukan gabungan dari aliran bela diri lainnya yang ada di Indonesia maupun diluar Indonesia. Akan tetapi Olahraga Tarung Derajat ini muncul kepermukaan bumi dengan sendirinya yang memiliki asal riwayat dan sumber tersendiri yang mutlak dan hakiki, yaitu: Berasal dari pengalaman dan renungan hidup pribadi yang bersumber kebesaran dan keagungan Tuhan yang Maha Kuasa sebagai satu-satunya unsur pokok dan sangat berpengaruh dalam membentuk “Jati Diri Manusia Serta Jati Diri Sesuatu hal lainnya” sesuai dengan kehendak-Nya. Sehingga resmi masuk KONI pada tahun 1994 sebagai salah satu Olahraga Beladiri yang layak dipertandingkan.

Siswa MAN 2 Model Medan yang mengikuti ekstrakurikuler Tarung Derajat belum mempunyai prestasi di tingkat Nasional, siswa tersebut hanya pernah mengikuti pertandingan Tarung Derajat antar pelajar kota Medan dan belum pernah memperoleh juara 1 (Satu), untuk lebih mempersiapkan pertandingan tersebut diadakan latihan 2 kali seminggu pada hari Rabu dan Kamis mulai jam 15.00-16.00 Wib tapi masih ada siswa pada saat latihan merasa kurang semangat, kelelahan, kurangnya kedisiplinan waktu latihan, dan belum termotivasi untuk berprestasi permasalahan yang menyebabkan siswa kurang menghasilkan prestasi diakibatkan adanya kelemahan dalam kondisi kebugaran jasmani.

Dalam mendidik generasi muda khususnya pemula menjadi petarung yang handal dan berprestasi, kegiatan ekstrakurikuler Tarung Derajat di MAN 2 Model Medan berdiri pada tahun 11 Juli 2010 mulai melatih untuk menjadi petarung yang berkualitas agar dapat memperoleh prestasi yang maksimal, kegiatan Tarung Derajat di MAN 2 Model Medan pernah dilatih oleh kang Taufik, kang Putra, dan kang Rangga merupakan alumni Universitas Negeri Medan dan

juga merupakan atlet nasional yang sudah pernah membela Sumut pada kejuaraan PON di Kalimantan Timur dan dilanjutkan oleh siswa MAN 2 Model Medan yaitu kang Firman yang pernah tanding Pekan Olahraga Antar Kota Medan.

Dari hasil observasi terhadap kegiatan ekstrakurikuler olahraga Tarung Derajat MAN 2 Model Medan diperoleh data :

Memiliki siswa ( atlet ) Tarung Derajat sebanyak 8 orang

- Firman Syahputra (17 tahun)
- M.Khaulidy Hasim (17 tahun)
- Andre Syahbana (17 tahun)
- Faruq (16 tahun)
- Abdul Gani ( 16 tahun)
- Dimas Aditya (16 tahun)
- Fathurrahman (16 tahun)
- Radian (17 tahun)

Kegiatan dan Prestasi yang pernah diperoleh MAN 2 Model Medan

- Mengikuti pertandingan Porkot Juara 3 Tahun 2010
- Seni Tarung juara 2 tahun 2011
- Seni Tarung juara 3 tahun 2012
- Atraksi/Gerak demo sekaligus kenaikan tingkat

Dalam pembinaan olahraga prestasi tentunya tidak lepas dari persiapan berbagai aspek, mulai dari aspek fisik, tehnik, strategi dan mental. Faktor fisik ini sangat penting mendapat perhatian lebih serius agar tingkat kepercayaan diri atlet semakin bertambah, dan kebugaran jasmani dalam kategori baik sekali untuk menjadi seorang petarung dan kondisi fisik yang baik

akan menjadikan lebih tenang. sabar, lebih rileks dan menjadikan penonton sebagai pemacu semangat bertanding.

Dengan demikian apabila siswa MAN 2 Model Medan yang mengikuti ekstrakurikuler Tarung Derajat memiliki kebugaran jasmani kategori baik sekali dan kondisi fisik yang baik dan harus dimiliki seorang petarung maka prestasi maksimal akan mudah diraih. Dengan mencermati masalah tersebut maka peneliti tertarik mengadakan tentang penelitian Profil Kebugaran Jasmani Siswa MAN 2 Model Medan yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga beladiri Tarung Derajat Tahun Ajaran 2012.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan pada latar belakang masalah diatas maka perlu kiranya diidentifikasi masalah yang sesuai dengan tujuan peneliti. Dengan asumsi tersebut, maka masalah yang akan diteliti diidentifikasi sebagai berikut:

1. Faktor apa yang menyebabkan turunnya prestasi siswa MAN 2 Medan
2. Pengaruh keadaan kebugaran jasmani terhadap prestasi belajar siswa
3. Kebugaran jasmani yang rendah menyebabkan menurunnya prestasi belajar
4. Bagaimana kebugaran jasmani siswa terhadap aktivitas kegiatan ekstrakurikuler Tarung Derajat

## **C. Pembatasan Masalah**

Mengingat masalah yang akan diteliti cukup luas seperti tercantum dalam identifikasi masalah, maka perlu kiranya menentukan pembatasan masalah pada hal yang pokok saja untuk

mempertegas sasaran yang akan dicapai yaitu Profil kebugaran jasmani siswa MAN 2 Model Medan terhadap kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga beladiri Tarung Derajat Tahun Ajaran 2012.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pada uraian dalam latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah, maka rumusan permasalahan adalah sebagai berikut : Bagaimana kondisi kebugaran jasmani yang dimiliki siswa MAN 2 Model Medan dalam kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga beladiri Tarung Derajat Tahun ajaran 2012.

#### **E. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan masalah peneliti adalah untuk menemukan penjelasan dari permasalahan yang dikemukakan diatas yaitu:

Untuk mengetahui kebugaran jasmani yang dimiliki siswa MAN 2 Model Medan dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga beladiri Tarung Derajat Tahun Ajaran 2012.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Informasi yang ditemukan oleh peneliti ini diharapkan dapat berguna:

1. Bagi penulis, untuk menambah dan meningkatkan kemampuan penulis dalam bidang penelitian. pada umumnya peneliti studi tentang kebugaran jasmani di sekolah pada khususnya.
2. Sebagai bahan acuan terutama bagi guru maupun pelatih di MAN 2 Model Medan.
3. Sebagai bahan masukan dan pertimbangan bagi peneliti lainnya
4. Bagi Instansi yang terkait dapat pula sebagai bahan acuan dalam pengembangan Satuan Latihan (Satlat).