

BAB I

PENDAHULUAN

A.Latar Belakang Masalah

Tujuan pendidikan adalah untuk mewujudkan dan mengarahkan siswa agar mampu berkembang sesuai kapasitas yang dimiliki maupun bakat dan potensi yang ada untuk pembentukan kepribadian yang utuh, memiliki rasa tanggung jawab yang tinggi dan mandiri dengan demikian diharapkan siswa memiliki kepribadian yang dinamis, kreatif, inovatif dengan tidak meninggalkan kebudayaan bangsa sendiri.

Untuk meningkatkan kualitas masyarakat Indonesia melalui pendidikan maka peserta didik dituntut untuk selalu bekerja keras, sehingga diharapkan mereka akan memperoleh hasil belajar yang baik dan memuaskan.

Kesegaran jasmani merupakan aspek yang sangat penting dimiliki oleh setiap individu, baik muda maupun tua. Kesegaran jasmani yang baik akan memberikan kesanggupan pada seseorang untuk menjalani hidup yang produktif serta dapat menyesuaikan diri setiap beban fisik yang layak. Kemampuan seseorang untuk menjalankan tugasnya sehari-hari dengan mudah, tanpa merasa kelelahan yang berlebihan dan masih mempunyai sisa atau cadangan tenaga untuk keperluan yang dibutuhkan.

Bagi anak usia sekolah seperti sekolah menengah kejuruan (SMK) faktor kesegaran jasmani merupakan hal yang sangat perlu diperhatikan karena aktivitas belajar dan bergerak sehari-hari yang mereka lakukan sangatlah banyak dan

bervariasi. Untuk dapat melakukan semua aktivitas tersebut dengan baik setiap individu harus dalam kondisi sehat dan bugar.

Kesegaran jasmani adalah suatu pandangan ,lukisan ,gambaran mengenai keadaan kesegaran jasmani yaitu mengenai kemampuan dan kesanggupan fisik seseorang untuk melakukan tugasnya sehari-hari secara efektif dan efisien dalam waktu yang relatif lama tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti dan masih memiliki tenaga cadangan untuk melaksanakan aktivitas lainnya serta masih dapat menikmati waktu luangnya. Kesegaran jasmani merupakan sanggupan dan kemampuan tubuh untuk melakukan penyesuaian (adaptasi) terhadap pembebasan fisik yang diberikan kepadanya (dari kerja yang dilakukan sehari-hari) tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti.

Kesegaran jasmani adalah suatu kemampuan dan kesanggupan fisik seseorang untuk melaksanakan tugasnya sehari-hari secara efektif dan efisien dalam waktu relatif lama tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti.

Berdasarkan hasil observasi di sekolah SMK Swasta Teladan pada jurusan Administrasi Perkantoran siswa lebih ringan beban kerjanya dari pada beban kerja SMK Kesehatan Tengku Hanafi pada jurusan Keperawatan secara psikomotor. kedua jurusan tersebut dominan menggunakan daya fikir (kognitif) dalam melakukan kegiatan diluar jam pelajaran sekolah dilihat dari kurikulum pembelajaran yang sama pada mata pelajaran PJOK dan pola kerja yang berbeda dari dua jurusan tersebut meliputi kegiatan magang dikantor selama beberapa minggu, kemudian memiliki jadwal ekstrakurikuler setelah pulang sekolah seperti: latihan volly, drum band, sepak bola dan tari, kemudian memiliki jadwal

disekolah dari pagi pukul 07.30 hingga siang pukul 14.30 pada jurusan administrasi perkantoran di SMK Swasta Teladan, sedangkan di SMK Kesehatan Dr. Tengku Hanafi siswanya memiliki kegiatan rutinitas dinas di klinik beberapa hari secara bergantian, dan hanya kegiatan bermain voly yang menjadi ekstrakurikuler dan memiliki jadwal pembelajaran di sekolah pagi pukul 07.30 hingga 13.30 untuk yang berjadwal masuk pagi dan yang berjadwal masuk siang mulai pukul 14.00 hingga jam 17 .30 sore, kemudian dilihat dari segi absensi siswa kelas XI administrasi perkantoran dan keperawatan yang ada berkategori sangat baik dalam kehadiran dikelas.

Dilihat dari jadwal kegiatan keseluruhan pada kedua jurusan tersebut memiliki perbedaan, maka perbandingan kesegaran jasmaninya pun sangat berbeda.

Pada umumnya siswa lebih banyak pergi ke sekolah dengan angkutan umum, kemudian ada juga siswa membawa sepeda motor lalu sebagian kecil hanya pergi kesekolah dengan jalan kaki, namun kegiatan siswa diluar jam sekolah berbeda setiap siswa, dengan kata lain siswa SMK kesehatan memiliki beban kerja (praktik) yang lebih besar dari pada siswa administrasi perkantoran dan kedua jurusan tersebut dominan menggunakan kognitif dan ada juga yang ikut belajar tambahan. Dengan demikian terlihat gambaran tingkat kesegaran jasmani yang belum optimal, hal ini terlihat pada saat jam istirahat disekolah, ada beberapa siswa yang hanya duduk–duduk dan bercerita, bercanda dengan teman-temannya saja.

Berdasarkan pengamatan di dua sekolah tersebut terlihat fasilitas olahraga yang kurang memadai. kondisi dan situasi sekolah yang sedemikian dan kegiatan diluar jam sekolah yang sangat berbeda maka akan mempengaruhi faktor tingkat kesegaran jasmani siswa.

Dengan demikian halnya hasil opservasi yang saya lakukan ke dua sekolah tersebut mereka belum bisa memastikan bagaimana kesegaran jasmani yang belum pernah diukur. Untuk mengetahui dan membandingkan apakah kesegaran jasmani siswa SMK dengan jurusan Administrasi Perkantoran dengan jurusan Keperawatan dalam katagori baik sekali, baik, sedang, kurang, atau kurang sekali maka perlu adanya penelitian di sekoalah SMK Swasta Teladan dan SMK Swasta Kesehatan Dr. Tengku Hanafi.

Dengan memperhatikan masalah yang dikemukakan diatas, dan tingkat kesegaran jasmani yang belum pernah diukur, maka penulis tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul “Perbandingan Tingkat Kesegaran Jasmani Pada Siswa SMK Swasta Teladan Dengan SMK Kesehatan Dr. Tengku Hanafi Kabupaten Serdang Bedagai T.A 2014/2015.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan pemikiran yang diungkapkan pada bagian latar belakang masalah diatas, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Faktor apa saja yang dapat meningkatkan kesegaran jasmani siswa?

2. Apa dampak dari kekurangan aktivitas jasmani bagi siswa terhadap tingkat kesegaran jasmani?
3. Bagaimana tingkat kesegaran jasmani siswa terhadap aktivitas belajar disekolah?
4. Bagaimanakah tingkat kesegaran jasmani siswa disekolah?

C. Pembatasan Masalah

Dari beberapa permasalahan diatas dapat dibatasi pada tingkat kesegaran jasmani siswa SMK Swasta Teladan dengan SMK kesehatan dr. Tengku Hanafi yang berkaitan dengan kegiatan diluar jam pelajaran setelah jam pelajaran selesai.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada uraian dalam latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti sebagai berikut:

Manakah yang lebih baik perbandingan tingkat kesegaran jasmani siswa SMK Swasta Teladan dengan SMK Kesehatan dr.Tengku Hanafi tahun ajaran 2014-2015?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian adalah untuk mengetahui tingkat kesegaran jasmani yang dimiliki siswa dalam mengikuti kegiatan belajar diluar jam pelajaran dan menjadi acuan untuk guru pendidikan jasmani yang ada disekolah SMK Swasta Teladan dengan SMK kesehatan dr. Tengku Hanafi.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan manfaat pada pengembangan ilmu pengetahuan di bidang olahraga. Maka penelitian ini dapat memberikan informasi sebagai berikut:

1. Peneliti sendiri agar dapat mengembangkan ilmu dan keterampilan lebih baik dalam hal pengetahuan tentang perbandingan tingkat kesegaran jasmani para siswa
2. Sebagai bahan masukan bagi para pendidikan jasmani untuk melihat perbandingan tingkat kesegaran jasmani siswa SMK Swasta Teladan dengan SMK Kesehatan dr. Tengku Hanafi
3. Untuk mengetahui perbandingan tingkat jasmani siswa SMK Swasta Teladan dengan SMK Kesehatan dr. Tengku Hanafi
4. Untuk melihat kesanggupan kondisi fisik yang prima dalam melakukan pembelajaran diluar jam pelajaran.