

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan salah satu aspek penting dalam membentuk karakter dan kemampuan intelektual siswa. Dalam proses pembelajaran, banyak faktor yang mempengaruhi hasil belajar siswa, salah satunya adalah aktivitas gerak. Aktivitas gerak tidak hanya memberikan manfaat fisik seperti meningkatkan kebugaraan dan kesehatan, tetapi juga memiliki dampak positif terhadap kemampuan kognitif dan emosional siswa. Aktivitas gerak mencakup ruang lingkup yang cukup luas, yang sering dilakukan oleh setiap manusia seperti; melakukan berbagai jenis pekerjaan, kegiatan pengisi waktu luang, dan kegiatan rutin sehari-hari. Kegiatan tersebut dapat meningkatkan kesehatan tubuh, bila dilakukan secara teratur. Aktivitas gerak adalah aneka kegiatan yang melibatkan gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka yang memerlukan pengeluaran energi (Rusli Lutan, 2002: 7). Aktivitas gerak yang cukup luas salah satunya adalah bermain. Bermain merupakan dorongan naluri seseorang untuk melakukan kegiatan yang didasari oleh rasa suka rela, tanpa paksaan dalam waktu luang. Kegiatan bermain berbagai permainan olahraga, aktivitas waktu luang, aktivitas keseharian mulai dari jalan kaki, bersepeda, atau berlari termasuk beberapa contoh aktivitas gerak. Contoh lain aktivitas gerak di sekolah yaitu saat berangkat sekolah naik sepeda, saat jam istirahat siswa jajan dikantin dengan berjalan kaki, siswa bermain lari-larian, dan masih banyak lainnya. Desy (2016: 8) mengatakan dalam penelitiannya bahwa semakin aktif seseorang dalam melakukan aktivitas gerak, maka semakin besar kemungkinannya untuk memiliki kesegaran jasmani yang baik.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa aktivitas gerak dapat meningkatkan aliran darah ke otak, yang berdampak pada peningkatan fungsi kognitif, konsentrasi, dan daya ingat. Selain itu, aktivitas gerak juga membantu mengurangi tingkat stres, meningkatkan suasana hati, dan membangun kepercayaan diri, yang semuanya berkontribusi terhadap hasil belajar yang lebih baik.

Namun dalam praktiknya, masih banyak sekolah yang kurang memperhatikan aktivitas gerak dalam mendukung proses pembelajaran. Padahal, pelaksanaan aktivitas gerak berpengaruh dalam kegiatan belajar mengajar, seperti berolahraga, melakukan permainan edukatif, atau aktivitas lainnya, dapat menciptakan suasana belajar yang lebih bersemangat dan efektif. Kurangnya perhatian terhadap aktivitas gerak dilingkungan pendidikan sering kali disebabkan oleh anggapan bahwa belajar hanya melibatkan kegiatan duduk diam, membaca, dan menulis. Hal ini dapat berdampak pada menurunnya keterlibatan siswa, kejenuhan dalam belajar, serta kurang optimalnya hasil belajar yang dicapai.

Berdasarkan observasi yang dilakukan oleh peneliti di Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 17 Medan. Yang dimana sekolah tersebut memiliki jumlah peserta didik 911 orang siswa/i diantaranya 441 orang siswa laki-laki dan 470 orang siswa perempuan. Dalam hal ini peneliti memfokuskan penelitian pada hubungan aktivitas gerak dalam meningkatkan hasil belajar siswa/i kelas IX. Di sekolah tersebut peneliti melihat proses belajar mengajar didalam kelas maupun diluar kelas. Dalam kegiatan belajar mengajar beberapa siswa menyukai kegiatan belajar mengajar diluar kelas dan beberapa siswa lainnya menyukai kegiatan belajar mengajar didalam kelas.

Dengan berbagai latar belakang alasan mengapa siswa tersebut memiliki pemahaman yang berbeda-beda diantaranya adalah sebagian dari siswa kelas IX di sekolah tersebut lebih cepat memahami materi dibandingkan pelaksanaan praktek lapangan, sebagian siswa lainnya pula ada yang lebih cepat dalam pelaksanaan dibandingkan penjelasan materi, tetapi diantara kedua perbedaan pemahaman dari siswa/i tersebut ada yang dapat memahami materi dan cepat dalam pelaksanaan praktek lapangan.

Maka dari itu peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana sebenarnya pemahaman siswa-siswi dalam menerima penjelasan dari setiap penyampaian guru. Karena dari pengamatan peneliti yang sudah dilakukan beberapa waktu lalu saat sedang melaksanakan pengenalan lingkungan persekolahaan (PLP) II dan hasil wawancara dengan beberapa guru mata pelajaran mengatakan bahwa banyak siswa memiliki daya tangkap yang berbeda yaitu ada siswa yang menyukai materi didalam kelas dan melaksanakan praktek, ada siswa yang hanya pandai dalam materi tetapi lemah pada saat melakukan praktek, ada siswa yang lemah dalam menerima materi didalam kelas tetapi pandai dalam pelaksanaan praktek, dan ada siswa yang lemah dalam menerima materi dan pelaksanaan praktek.

Dan dari hasil wawancara peneliti dengan beberapa siswa/i mengatakan bahwa ketika belajar didalam kelas guru hanya menjelaskan dan murid hanya sebagai pendengar, yang membuat siswa/i merasa ngantuk, bosan, jenuh, karena hanya duduk dan diam. Maka, menjadi salah satu alasan mengapa siswa lebih antusias dalam pembelajaran penjas. Beberapa dari siswa ingin agar guru-guru mata pelajaran yang lain juga memiliki model atau gaya mengajar yang melibatkan

peserta didik untuk berpesan aktif sehingga siswa/i merasa menyenangkan dalam penerimaan materi yang akan disampaikan oleh guru tersebut.

Pada saat kegiatan pembelajaran penjas siswa-siswi memiliki rasa antusias yang tinggi karena dalam pembelajaran penjas siswa/i dapat mengespresikan diri dan menemukan kemampuan berpikir yang lebih luas sambil melakukan aktivitas gerak. Yang dimana siswa/i merasa ketika belajar sambil bermain hanya dapat dilakukan pada saat pembelajaran penjas.

Dari penjelasan diatas peneliti menemukan permasalahan yang menjadi titik fokus untuk melakukan penelitian yang dimana permasalahan tersebut yaitu bagaimana hubungan aktivitas gerak dalam meningkatkan hasil belajar siswa/i IX di sekolah menengah pertama (SMP) Negeri 17 medan.

Untuk dapat menjawab permasalahan yang ada maka peneliti harus juga mengetahui bagaimana keadaan dan kondisi yang akan menjadi fokus penelitian, yang dimana peneliti ingin melihat hasil belajar siswa/siswi melalui bagaimana aktivitas gerak yang rutin dilakukan oleh sampel peneliti. Untuk dapat mengetahuinya peneliti terlebih dahulu harus tau bagaimana keadaan sampelnya, maka dari itu peneliti melakukan penelitian di bandar selamat tembung. Bandar Selamat adalah kelurahan di kecamatan Medan Tembung, Medan, Sumatera Utara, Indonesia. Kelurahan ini memiliki luas wilayah 0,92 km² dengan jumlah penduduk 21.105 jiwa (kepadatan penduduk 22.873 jiwa/km²). Kelurahan ini berbatasan dengan kecamatan Percut Sei Tuan (Kabupaten Deli Serdang) di barat dan utara, kelurahan Tembung di timur, serta kelurahan Bantan dan kelurahan Bantan Timur di selatan. Masyarakat yang menghuni kelurahan ini cukup beragam. Berdasarkan agama yang dianut, 95,58% masyarakat kelurahan Bandar Selamat beragama Islam,

3,71% beragama Kristen dengan 3,31% Protestan dan 0,39% Katholik, 0,71% beragama Buddha, dan 0,0047% beragama Hindu.

Kelurahan Bandar Selamat terdapat fasilitas umum seperti sekolah dan layanan kesehatan. Kelurahan ini terdapat 3 TK, 4 RA, 7 SD, 1 MI, 6 SMP, 1 MTs, 3 SMA, dan 2 SMK. Layanan kesehatan meliputi 1 Rumah Sakit, 4 Poliklinik, 12 Posyandu, 4 tempat praktik dokter, dan 3 tempat praktik bidan, dan yang menjadi titik fokus peneliti adalah siswa/siswi remaja yang berusia 13 – 15 tahun, yang dimana masih duduk dibangku sekolah menengah pertama (SMP). Anak-anak seusia remaja ini masih memiliki rasa ingin tahu yang tinggi terhadap banyaknya kegiatan. Peneliti juga ingin melihat hubungan antara teori yang ada dengan praktek dan kenyataan pada sampel penelitian ini yang dimana secara teori bahwa seseorang yang memiliki aktivitas gerak yang rutin akan membantu melancarkan sirkulasi darah ke otak yang mengakibatkan daya ingat yang bagus dan konsentrasi yang tinggi.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Apakah aktivitas gerak dapat meningkatkan konsentrasi siswa dalam proses pembelajaran?
2. Apakah ada perbedaan hasil belajar antara siswa yang memiliki aktivitas gerak dengan siswa yang tidak ?
3. Apakah dengan aktivitas yang mencukupi kebutuhan siswa tersebut memiliki pengaruh terhadap keberhasilan belajar?

4. Apakah dengan siswa yang kurang mencukupi aktivitas gerak akan mempengaruhi hasil belajarnya?
5. Bagaimana jika aktivitas gerak siswa terlalu banyak akan berpengaruh terhadap hasil belajarnya?
6. Bagaimana hubungan aktivitas gerak terhadap hasil belajar siswa/siswi?
7. Apakah dengan aktivitas gerak yang tinggi akan membuat siswa/siswi berhasil?
8. Apakah hasil belajar siswa yang memiliki aktivitas gerak yang mencukupi kebutuhan memiliki hasil belajar yang bagus?
9. Apakah siswa/siswi merasa aktivitas gerak membantu dalam memahami materi pembelajaran?
10. Apakah dengan aktivitas yang tinggi siswa akan merasa kelelahan dan ngantuk yang akan mempengaruhi hasil belajarnya?

1.3. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah diuraikan diatas, untuk memudahkan penelitian dan menghindari meluasnya pembahasan maka peneliti membuat batasan masalah tersebut adalah ‘Hubungan Aktivitas Gerak Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Siswa/I Kelas IX SMP Negeri 17 Medan Tahun Pembelajaran 2024’.

Yang memiliki pengertian bahwa Aktivitas gerak adalah aktivitas fisik yang dapat meningkatkan aliran darah ke otak yang mendukung fungsi kognitif seperti konsentrasi, memori, dan kemampuan belajar. Sedangkan, hasil belajar adalah cara untuk mengetahui tingkat keberhasilan yang dicapai oleh siswa/i setelah mengikuti kegiatan pembelajaran.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini adalah ; Apakah ada hubungan aktivitas gerak dalam meningkatkan hasil belajar siswa/i kelas IX SMP Negeri 17 Medan Tahun Pembelajaran 2024/2025?

1.5. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui hubungan aktivitas gerak dengan hasil belajar siswa/i kelas IX SMP Negeri 17 Medan Tahun Pembelajaran 2024/2025.

1.6. Manfaat Penelitian

- a. Secara Teoritis penelitian ini berguna sebagai referensi yang dapat memperkaya informasi dalam rangka meningkatkan hasil belajar.
- b. Secara Praktis penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan acuan atau masukan bagi para siswa untuk meningkatkan hasil belajar.