

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Anak pada dasarnya memiliki rasa ingin tahu yang sangat tinggi, rasa ingin tahu inilah yang secara tidak langsung menentukan apa yang akan dilakukan dalam proses bermain anak, dan inilah nilai yang sangat penting bagi anak, yaitu bermain. Anak menjadi tahu banyak hal yang belum diketahui sebelumnya, dari yang tidak tahu menjadi tahu, itulah belajar.

Keinginan ini tidak ada rasa paksaan dari luar. Rasa ingin tahu ini sungguh alami dilalui anak dalam proses bermainnya. Bermain ini pula dapat mengembangkan tingkat motorik anak, terlebih kegiatan anak ini merupakan aktifitas fisik, motorik sangat erat di dalamnya. Namun tidak menutup kemungkinan anak hanya belajar motorik, di dalamnya pun terdapat pembelajaran fisik, sosial, emosi, kognitif, daya cipta (kreativitas), bahasa, perilaku, ketajaman pengindraan, melepaskan ketegangan, dan terapi bagi fisik, mental ataupun gangguan perkembangan lainnya.

Bermain, tentunya anak masih sangat penting dalam perlakuan sehari-hari. Terlebih bermain yang dikatakan berkaitan erat dengan kebugaran anak dan kesehatan. Keinginan ini tidak ada rasa paksaan dari luar. Rasa ingin tahu ini sungguh alami dilalui anak dalam proses bermain.

Bermain ini juga dapat mengembangkan tingkat motorik anak, terlebih kegiatan anak ini merupakan aktifitas fisik, motorik sangat erat di dalamnya. Namun tidak menutup kemungkinan anak hanya belajar motorik, di dalamnya pun terdapat pembelajaran fisik, sosial, emosi, kognitif, daya cipta (kreatifitas), bahasa, perilaku, ketajaman penginderaan, melepaskan ketegangan, dan terapi bagi fisik, mental ataupun gangguan perkembangan lainnya.

Olahraga bola basket memang sudah tidak asing lagi di Indonesia, khusus nya di ibu kota Jakarta. Sejak kedatangannya pertama kali di Indonesia sekitar tahun 40'an, bola basket sudah sangat berkembang hingga saat ini. Olahraga tim yang dimainkan dengan 5 orang dan alat bantu ring basket serta bola basket ini pun sudah memiliki penggemar yang tidak sedikit. Penggemarnya sudah ada di semua kalangan umur, dimulai dari anak, remaja, dewasa hingga orang tua sudah ada wadah nya (klub basket).

Di Indonesia, berdasarkan nomor pertandingan yang di pertandingan oleh PERBASI, bola basket sudah memulai kejuaraannya masing-masing dalam segala tingkat usia, ada tingkat KU (kelompok umur) 12–13 tahun, 14–15 tahun, 16–17 tahun, 18–19 tahun dan dilanjutkan pada tingkat mahasiswa 20–23 tahun hingga kelompok umur 35-40 tahun¹. Dalam pelaksanaan untuk

¹ Perbasi indonesia, Regulasi pertandingan bola basket indonesia (Jakarta,2017), h.13

tingkat anak sekolah dasar seharusnya di adakan juga kompetisi demi tujuan anak menguji diri anak dalam pelaksanaan bermain bola basket itu sendiri.

Proses bermain anak, bola basket dapat membantu proses tahapan perkembangan anak tidak hanya dalam hal motorik, dalam hal emosi, fisik, serta kreatifitas dapat di dukung dalam proses pembelajaran anak dalam tahapan bermain. Dalam pelaksanaannya sendiri, bola basket memiliki peraturan, untuk orang awam beberapa peraturan dapat dikatakan sulit untuk dilakukan

Untuk tingkat Sekolah Dasar kelas 5 dan 6, permainan bola basket dapat di katakan tidak terlalu rumit bagi anak, permainan bola basket akan mempengaruhi anak dalam proses bermain itu sendiri. Olahraga bola basket sebenarnya merupakan olahraga yang bisa dilakukan oleh siapa saja dan tanpa ada batasan usia, pelaksanaan latihan serta proses pertandingannya yang sangat bervariasi dapat meningkatkan keterampilan motorik, dan kebugaran, dimana kebugaran adalah salah satu poin yang di dapatkan manakala olahraga itu di lakukan dengan kreatif, dan anak melakukan dengan senang hati bermain bola basket.

Dari pengamatan peneliti bahwa tingkat kebugaran anak di SD islam Al-Izhar pondok labu jakarta masih kecenderungan kurang aktifitas fisik, dan lebih banyak siswa siswi nya mengikuti kursus dan kelas tambahan pelajaran. Semua itu bukan tanpa alasan, namun di karenakan beban pelajaran yang terasa terlalu berat dan secara tidak langsung membuat para siswa dan siswi

nya. Sehingga dalam pelaksanaan aktifitas fisik, siswa siswi sudah mengalami kelelahan dan mengalami kekurangan pelajaran olahraga yang meyebabkan anak kurang bugar dan dapat menjadi malas melakukan aktifitas fisik. Situasi ini mendorong peneliti menerapkan permainan mini basket untuk mengetahui apakah penerapan mini basket dapat meningkatkan kebugaran anak kelas 5–6 SD Islam Al-Izhar Jakarta.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah maka dapat di identifikasikan sebagai berikut :

1. Apakah Permainan Mini basket dapat meningkatkan kebugaran siswa dan siswi kelas 5 dan 6 SD Islam Al-Izhar Jakarta?
2. Apakah Permainan Mini basket cocok dengan karakteristik siswa siswi kelas 5 dan 6 dikarenakan ukuran lapangan, bola, dan ring yang di diciptakan sesuai dengan postur atlet pemula, sehingga dapat lebih optimal untuk meningkatkan kebugaran jasmani ?
3. Mengapa kebugaran siswa dan siswi kelas 5 dan 6 SD Islam Al-Izhar Jakarta kurang?
4. Apakah berkurangnya antusiasme dan motivasi berlatih siswa siswi kelas 5 dan 6 SD Islam Al-Izhar Jakarta menyebabkan hasil latihan serta tingkat kebugaran yang kurang optimal ?

C. Pembatasan Masalah

Agar penelitian ini tidak terlalu luas, maka penulis membatasi penelitian ini pada permasalahan berikut :

1. Pengaruh kebugaran jasmani siswa siswi di SD Islam Al-Izhar Jakarta.
2. Permainan Mini basket yang dimaksud merupakan permainan bola basket yang telah di sesuaikan untuk siswa siswi kelas 5–6 SD Islam Al-Izhar Jakarta.
3. Sampel yang dimaksud adalah siswa siswi kelas 5–6 Sekolah Dasar yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler club olahraga bola basket SD Islam Al-Izhar Jakarta.

D. Perumusan Masalah

Agar tidak meluasnya penjabaran yang diteliti, maka pada penulisan ini yang tercangkup sebagai berikut : **Apakah Permainan Mini Basket Dapat Meningkatkan Kebugaran Jasmani siswa siswi kelas 5-6 Sekolah Dasar yang mengikuti klub ekstrakurikuler bola basket di SD Islam Al-Izhar Jakarta?**

E. Kegunaan Hasil Penelitian

Berdasarkan latar belakang, pembatasan masalah, serta perumusan masalah, maka penelitian ini berguna untuk :

1. Penulis

Dapat mengetahui sejauh mana pengaruh permainan mini basket terhadap tingkat kebugaran jasmani siswa siswi kelas 5 dan 6 Sekolah Dasar.

2. Guru

Dapat menjadi bahan dalam proses mengajar siswa siswi dalam pengajaran ekstrakurikuler siswa siswi kelas 5 dan 6 sekolah dasar.

3. Anak–anak SD Islam Al-Izhar Jakarta

Sebagai salah satu permainan untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa siswi kelas 5 dan 6 sekolah dasar melalui permainan mini basket.

4. Universitas Negeri Jakarta

Sebagai bahan referensi dan pengetahuan untuk para mahasiswa yang sedang meneliti dan menambah wawasan.

