

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dunia pendidikan menghadapi permasalahan yang cukup kompleks di masa pandemi covid-19. Serangan virus ini berdampak pada penyelenggaraan pembelajaran pada semua jenjang pendidikan. Jenjang perguruan tinggi dan sebagian sekolah menengah yang sudah terbiasa menerapkan pembelajaran online tidak mengalami banyak kendala dalam menghadapi pandemi covid-19, tidak demikian dengan jenjang pendidikan dasar (sekolah dasar) yang bahkan membawa perangkat komunikasi (handphone) ke sekolah atau ke ruang kelas dilarang.

Serangan Corona Virus Disease (covid)-19 membawa dampak yang signifikan pada semua sendi kehidupan manusia. Pendidikan khususnya pendidikan formal adalah salah satu komponen kehidupan manusia yang terdampak oleh serangan virus tersebut. Pembelajaran yang selama ini dilaksanakan dengan tatap muka, secara tiba-tiba harus dilakukan secara daring. sejumlah mata pelajaran yang berbasis praktik seperti IPA dan mata pelajaran berbasis aktivitas fisik seperti PJOK juga mengalami kesulitan dalam pembelajaran daring.

Ditinjau dari konten dan mata pelajaran yang diajarkan di sekolah pada masa pandemi, dapat dikategorikan dalam dua kelompok. Kelompok pertama adalah kelompok mata pelajaran yang didominasi oleh teori dan sedikit praktik, sementara kelompok kedua didominasi oleh praktik dengan sedikit teori. Kedua kelompok ini sangat berbeda dalam penerapan pembelajaran online. Pendidikan Olahraga merupakan disiplin ilmu yang masuk pada kategori kedua, dengan dominasi praktik pada aktivitas fisik. Dalam kurikulum 2013 (K13) pendidikan olahraga di jenjang pendidikan dasar menyatu dalam Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK). Sejalan dengan itu maka hakikat pendidikan jasmani mencakup semua unsur kebugaran, keterampilan gerakan fisik, kesehatan, permainan, olahraga dan rekreasi

Pendidikan Jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi. Lingkungan belajar diatur secara sesama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah, jasmani, psikomotor, kognitif, dan afektif setiap siswa.¹ Adapun tujuan pendidikan jasmani diantaranya pengembangan fisik. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan aktivitas-aktivitas yang melibatkan kekuatan-kekuatan fisik dari berbagai organ tubuh seseorang, yang kedua pengembangan gerak ini yang bertujuan melakukan gerak secara efektif, efisien, dan sempurna. Setelah itu ada juga yang dikatakan dengan pengembangan mental dengan berkemampuan berpikir dan menginterpretasikan keseluruhan pengetahuan tentang pendidikan jasmani kedalam lingkungannya.

Pendidikan jasmani memberikan kesempatan kepada siswa untuk dapat mengeksplorasi dirinya melalui aktivitas fisik, bermain, dan berolahraga dengan dilakukan secara sistematis. Melalui pendidikan jasmani, diharapkan siswa mampu meningkatkan kebugaran jasmani, sportivitas, kerjasama, kreativitas, keterampilan gerak, dan mengembangkan aspek psikomotor, afektif, dan kognitif.

Pendidikan jasmani mempunyai enam ruang lingkup aktivitas pembelajaran yaitu: pembelajaran aktivitas pola gerak dasar, aktivitas permainan dan olahraga, aktivitas kebugaran, aktivitas senam dan gerak ritmik, aktivitas air, dan kesehatan. Kebugaran jasmani atau Physical fitness menurut Direktorat Jendral Olahraga dan Pemuda adalah kesanggupan dan kemampuan untuk melakukan pekerjaan dengan efisien tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti.²

¹ Samsudin , *Desain Kurikulum Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan* (Jakarta: Litera Prenada Media Group 2014) h. 151

² Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan, *Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan Kelas VII* (Jakarta: Pusat Kurikulum dan Pembukuan, Balitbang, Kemdikbud 2014) h. 81

Berdasarkan hasil observasi di masa pandemi ini peneliti mencoba melakukan wawancara dengan salah satu guru PJOK Sekolah Menengah Pertama, dimana masih banyak kendala dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada masa pandemi covid 19 ini khususnya pada kompetensi dasar kelas VII yang berbunyi memahami dan mempraktikkan latihan peningkatan derajat kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan dan kompetensi dasar kelas VIII yang berbunyi memahami dan mempraktikkan latihan peningkatan derajat kebugaran jasmani yang terkait dengan keterampilan, kendalanya yaitu sulit nya guru menerangkan gerak secara langsung pada siswa dikarenakan dengan metode pembelajaran daring ini membuat guru tidak bisa langsung mempraktikkan gerak secara maksimal dikarenakan membutuhkan ruang gerak yang cukup, dan siswapun tidak bisa memahami dan juga mempraktikkan gerakan yang diajarkan oleh guru secara maksimal, dari data yang diperoleh dimana saat pembelajaran aktivitas kebugaran jasmani tanpa menggunakan video siswa yang mengikuti pembelajaran menggunakan video call line sebanyak 138 orang atau sekitar 60% dari jumlah siswa seluruhnya dan siswa yang mengumpulkan tugas sebanyak 112 orang dari jumlah seluruh siswa kelas VII yaitu 230 orang atau sekitar 48,7% yang mengumpulkan tugas, ini artinya masih banyak siswa yang tidak fokus pada saat pembelajaran menggunakan video call line dikarenakan guru hanya menyampaikan materi dengan menggunakan power point, sehingga siswa tidak mendapatkan daya tarik untuk memperhatikan pembelajaran dan pada akhirnya siswa kurang memahami materi yang diberikan khususnya pada materi aktivitas kebugaran jasmani. Fungsi media pembelajaran diantaranya :

- (1). Memperjelas penyajian pesan dan informasi sehingga dapat memperlancar dan meningkatkan 4 proses dan hasil belajar.
- (2). Meningkatkan motivasi dan efisiensi penyampaian informasi.
- (3). Meningkatkan efektivitas dan efisiensi penyampaian informasi.
- (4). Menambah variasi penyajian materi.
- (5). Pemilihan media yang tepat akan menimbulkan semangat, gairah, dan mencegah kebosanan siswa untuk belajar.
- (6). Kemudahan materi untuk dicerna dan lebih membekas, sehingga tidak mudah dilupakan siswa.
- (7). Memberikan pengalaman yang lebih kongkrit bagi hal yang mungkin abstrak.
- (8). Meningkatkan keingintahuan (curiosity) siswa.

(9). Memberikan stimulus dan mendorong respon siswa.³ Oleh karena itu dibutuhkanlah video pembelajaran agar siswa dapat melihat contoh gerakan yang diberikan guru secara jelas dan siswa dapat memahami juga mempraktikan gerakan sesuai materi dari video tersebut, maka dengan ini peneliti ingin membuat suatu “Model Pembelajaran Aktivitas Kebugaran Jasmani Berbasis Video Siswa SMPN 61 Jakarta”

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan uraian latar belakang ini memfokuskan bentuk model pembelajaran aktivitas kebugaran jasmani berbasis video siswa SMPN 61 Jakarta. Penelitian ini berupaya membuat model pembelajaran aktivitas kebugaran jasmani sehingga mudah dipelajari dan dipraktikan.

C. Rumusan Masalah

Bagaimana model pembelajaran aktivitas kebugaran jasmani berbasis video siswa SMPN 61 Jakarta?

D. Kegunaan Hasil Penelitian

Adapun kegunaan hasil penelitian ini dilihat berdasarkan rumusan permasalahan diatas maka kegunaan penelitian ini dapat dirincikan sebagai berikut:

³ Arsyad, Media Pembelajaran. (Jakarta: Raja Grafindo Persada 2016) h. 26

1. Secara Teoritis

Penelitian ini di harapkan berguna untuk menambah masukan pada pengembangan referensi ilmiah khususnya mengenai video pembelajaran aktivitas kebugaran jasmani.

2. Secara Praktis

Hasil penelitian ini dapat berguna untuk

- a. Siswa

Sebagai bahan masukan untuk memberikan pengalaman dan pengetahuan dengan baik dan juga dapat menumbuhkan semangat siswa untuk melakukan pembelajaran aktivitas kebugaran jasmani.

- b. Pendidik

Sebagai sumber bahan ajar khususnya pada materi aktivitas kebugaran jasmani.

- c. Orang tua

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai bahan masukan untuk orangtua guna menerapkan aktivitas kebugaran jasmani pada anak.

