

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sekolah merupakan lembaga pendidik dalam sebuah negara yang dirancang untuk pengajaran siswa atau murid di bawah pengawasan guru serta mempunyai peran penting dalam pembangunan generasi bangsa. Sistem kurikulum di Indonesia terdapat dua yaitu, intrakurikuler dan ekstrakurikuler. Intrakurikuler ini tidak terlepas dari proses belajar mengajar yang merupakan proses inti dari sekolah sebagai suatu pendidikan lembaga formal. Ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilaksanakan di luar jam pembelajaran inti (intrakurikuler) dan materinya pun di luar dari intrakurikuler.

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan wadah penyalur minat dan bakat siswa dalam bermacam-macam konteks. Kegiatan ekstrakurikuler yang diambil oleh siswa juga bisa menjadi pembentuk kepribadian seorang siswa. Jenis kegiatan ekstrakurikuler yang ada dalam sekolah salah satunya adalah olahraga. Dengan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga ini siswa dapat diharapkan mampu mengembangkan minat, prestasi, bakat, dan meningkatkan kesegaran jasmani.

Khususnya di SMA Negeri 9 Kota Tangerang salah satu kegiatan ekstrakurikulernya adalah hoki. Ekstrakurikuler hoki resmi diadakan oleh sekolah pada tahun 2009 sampai sekarang tahun 2015. Ekstrakurikuler hoki

SMAN 9 Kota Tangerang mempunyai peserta sebanyak 32 siswa yang terdaftar, dan telah menorehkan prestasi di tingkat daerah dan nasional. Kegiatan ekstrakurikuler hoki mempunyai program latihan dua kali pertemuan dalam satu minggu yaitu hari senin pukul 15.00 WIB sampai dengan 17.40 WIB dan hari sabtu pukul 07.00 sampai dengan 10.00 WIB.

Ekstrakurikuler hoki SMAN 9 Kota Tangerang merupakan jenis olahraga permainan hoki ruangan (*indoor*), yaitu permainan yang dimainkan dalam ruangan dan terdiri dari lima pemain termasuk penjaga gawang. Hoki ruangan dimainkan dengan menggunakan tongkat (*stick*) dan bola sebesar kepalan tangan orang dewasa, salah satu teknik dasar dari permainan ini adalah mendorong bola (*push passing*), dan saat bola di dorong tidak boleh naik dari permukaan lapangan atau lompat, akan tetapi saat seorang pemain melakukan tembakan bola ke gawang bola diperbolehkan naik dengan ketentuan jarak antar penembak dengan lawan yang tidak dalam posisi bahaya (*playing distance*).

Hoki merupakan salah satu olahraga yang membutuhkan koordinasi, kelincahan, kecepatan, kekuatan, daya tahan. Oleh karena itu perlu mempunyai fisik, mental dan disiplin dalam berlatih agar bisa mengikuti latihan dan pencapaian yang optimal.

Pada umumnya sebelum berolahraga atau latihan dilakukan pemanasan (*warming-up*) terlebih dahulu setelah itu masuk kedalam inti latihan dan terakhir pendinginan (*cooling-down*). Pemanasan (*warming-up*) dimaksudkan

untuk merangsang fungsi kerja organ tubuh dan mempersiapkan kondisi otot yaitu dengan cara memanaskan suhu tubuh agar terhindar dari cedera pada saat berolahraga yang akan dilakukan.

Pemanasan (*warming-up*) dalam berolahraga sangat penting, namun masih banyak atlet atau siswa yang tidak paham pentingnya melakukan pemanasan itu sendiri. Hal yang sama terjadi pada siswa SMAN 9 Kota Tangerang yang mengikuti ekstrakurikuler hoki. Kebanyakan para siswa masih malas untuk melakukan pemanasan (*warming-up*). Proses pemanasan (*warming-up*) yang terdiri dari lari-lari kecil (*jogging*) lalu peregangan tubuh terlihat monoton. Jika kegiatan ini dilakukan secara terus menerus dalam setiap latihan, hal itu akan membawa dampak buruk dalam mengikuti inti latihan yang juga mempengaruhi motivasi berolahraga siswa yang mengikuti ekstrakurikuler hoki. Oleh karena itu peran seorang guru atau pelatih sangat dibutuhkan untuk mencari solusi bagaimana memotivasi siswa tersebut untuk mau dan senang saat melakukannya.

Untuk melakukan semua itu perlu adanya motivasi. Motivasi merupakan dorongan dari dalam diri seseorang untuk melakukan sesuatu demi tujuan tertentu. Aktivitas yang menyenangkan dan dapat dilakukan dimana saja dan untuk semua kalangan baik yang tua maupun muda adalah salah satu sifat dari permainan. Dengan bermain seseorang dapat melakukan aktivitas tersebut tanpa paksaan selain itu juga dapat mengembalikan kebugaran

jasmani serta menghilangkan rasa jenuh atau penat dari aktivitas rutin sehari-hari yang biasa dilakukan.

Melalui kegiatan bermain, banyak nilai yang terkandung seperti fungsi kejiwaan dan kepribadian yang dapat dikembangkan misalnya, keseimbangan mental, kecepatan proses berpikir, daya konsentrasi, keakraban bergaul, kepemimpinan dan masih banyak lagi yang lainnya. Karena dalam permainan dan bermain kita dituntut untuk memecahkan berbagai macam masalah yang ada dengan cepat dan efektif serta kestabilan mental terhadap pemberdayaan lingkungan sekitar seperti sosialisasi antar individu. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa dengan bermain orang dapat mengaktualisasikan potensi aktivitas manusia dalam bentuk gerak, sikap dan perilakunya.

Oleh karena itu, peneliti akan meneliti motivasi berolahraga siswa yang mengikuti ekstrakurikuler hoki SMAN 9 Kota Tangerang melalui penerapan permainan dalam pemanasan (*warming-up*) dengan harapan adanya pengaruh permainan terhadap meningkatnya motivasi berolahraga siswa yang mengikuti ekstrakurikuler hoki SMAN 9 Kota Tangerang.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian di atas yang telah dikemukakan dalam latar belakang masalah, dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut;

1. Bagaimanakah kondisi motivasi berolahraga siswa yang mengikuti ekstrakurikuler hoki SMA Negeri 9 Kota Tangerang?
2. Faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi motivasi berolahraga siswa yang mengikuti ekstrakurikuler hoki SMA Negeri 9 Kota Tangerang?
3. Apakah kegiatan pemanasan (*warming-up*) sebelum latihan ekstrakurikuler hoki menarik bagi siswa yang mengikuti ekstrakurikuler hoki SMAN 9 Kota Tangerang?
4. Apakah dengan penerapan permainan dapat berpengaruh terhadap motivasi berolahraga siswa yang mengikuti ekstrakurikuler hoki SMAN 9 Kota Tangerang?
5. Apakah penerapan permainan dalam pemanasan (*warming-up*) berpengaruh terhadap motivasi berolahraga siswa yang mengikuti ekstrakurikuler hoki SMA N 9 Kota Tangerang?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, dan identifikasi masalah Maka masalah dibatasi pada; “pengaruh permainan terhadap motivasi berolahraga siswa SMA Negeri 9 Kota Tangerang yang mengikuti ekstrakurikuler hoki”

Permainan yang dimaksud adalah berupa permainan yang telah disusun oleh peneliti. Motivasi berolahraga yang dimaksud adalah motif siswa SMA Negeri 9 Kota Tangerang yang mengikuti ekstrakurikuler hoki. Siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler hoki adalah seluruh siswa SMA Negeri 9 Kota Tangerang yang terdaftar dalam ekstrakurikuler hoki.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah maka diajukan rumusan masalah sebagai berikut :
Apakah permainan dalam kegiatan pemanasan (*warming-up*) berpengaruh terhadap motivasi berolahraga siswa yang mengikuti ekstrakurikuler hoki SMA N 9 Kota Tangerang?

E. Kegunaan Penelitian

1. Mengetahui faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi motivasi berolahraga siswa SMA Negeri 9 Kota Tangerang yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler hoki .
2. Mengetahui pengaruh permainan dapat memotivasi berolahraga siswa yang mengikuti kegiatan pemanasan (*warming-up*) ekstrakurikuler hoki SMA Negeri 9 Kota Tangerang.
3. Memberikan informasi atau masukan untuk lebih kreatif, inovatif dalam memotivasi berolahraga siswa SMA Negeri 9 Kota Tangerang.