

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani adalah bagian integral dari pendidikan dan merupakan alat pendidikan. Pendidikan jasmani dilakukan dengan sarana jasmani yang pada umumnya (meskipun tidak selalu) dilakukan dengan tempo yang cukup tinggi dan terutama gerakan-gerakan besar ketangkasan dan keterampilan yang tidak perlu terlalu tepat, terlalu halus dan sempurna atau berkualitas tinggi, agar diperoleh manfaat bagi anak-anak didik. Meskipun sarana pendidikan tersebut *fisikal*, manfaat bagi anak-anak didik mencakup bidang-bidang non fisik seperti intelektual, social, estetik dalam kawasan-kawasan kognitif maupun efektif.<sup>1</sup>

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, kecerdasan emosi. Lingkungan belajar diatur dengan seksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah, jasmani, psikomotor, kognitif, dan efektif setiap siswa. Dengan perkataan lain, pendidikan jasmani berusaha

---

<sup>1</sup> Samsudin, *Asas dan Falsafah Pendidikan Jasmani* (Jakarta : FIK-UNJ.2011), h.1

mengembangkan pribadi secara keseluruhan dengan jasmani yang merupakan saham khususnya yang tidak diperoleh dari usaha-usaha pendidikan yang lain.<sup>2</sup>

Tujuan pendidikan Nasional yang sebagaimana tercantum dalam undang-undang Nomor 20 tahun 2003 pasal 3 yaitu: “untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab.” Makna kata sehat, berilmu an cakap merupakan satuan yang tak berpisahkan, sebab bila seseorang tidak sehat akan sulit bersekolah sehingga kurang memperoleh ilmu yang berakibat tingkat kecerdasan dan kecakapannya tidak maksimal. Selain itu sehat juga merupakan salah satu modal untuk melaksanakan berbagai aktivitas olahraga yang dapat meningkatkan kebugaran jasmani seseorang.

Perkembangan Ilmu pengetahuan dan teknologi cukup berpengaruh pada pola hidup manusia. Hal ini pula berdampak pada siswa yang memiliki kondisi tubuh yang sehat (fit) dan segar(fresh). Artinya kesehatan dan kebugaran jasmani itu sangat penting untuk menjalankan semua aktivitas yang ditunjukkan dalam menunjang tugas-tugasnya sebagai

---

<sup>2</sup> Ibid h.2

seorang pelajar. Salah satu cara untuk mendapatkan tubuh yang sehat adalah dengan makan makanan yang bergizi untuk membentuk pertumbuhannya dan menunjang aktivitasnya.

Beban belajar disekolah yang begitu berat membuat kebutuhan gerak anak tidak bisa terpenuhi karena keterbatasan waktu dan kesempatan hal ini akan berdampak pada kebugaran anak. Selain itu seiring dengan kemajuan teknologi juga berpengaruh pada aktivitas anak diluar jam sekolah, anak lebih sering berdiam diri didalam rumah dengan bermain gadget dibandingkan bermain dengan teman-teman sebaya diluar rumah.

Mengikuti pelajaran pendidikan jasmani secara teratur dan tararah maka diharapkan dapat meningkatkan kebugaran jasmani siswa. Karena tujuan pendidikan jasmani disekolah bagi siswa adalah untuk menjamin pertumbuhan dan perkembangan siswa serta memperbaiki kemampuan dan kemauan belajar yang akan berdampak positif pada hasil belajar siswa. Hasil belajar merupakan sekumpulan angka-angka yang bias dijadikan patokan hasil belajar yang telah dikerjakan dalam setiap semester.

Peneliti melihat pada anak sekolah Menengah khususnya di MTS Attaqwa 12 banyak sekali anak-anak yang memiliki badan yang gemuk dan ada juga yang memiliki badan kurus serta kecil hal ini disebabkan

oleh faktor kelebihan gizi dan kekurangan gizi. Banyaknya jenis jajanan makanan yang dijual di sekolah menjadi konsumsi anak, anak-anak lebih memilih membeli jajanan yang ada dilingkungan sekolah dibandingkan memakan bekal makanan dari rumah, hal ini yang membuat asupan gizi yang dimakan tidak terjamin. Karena keadaan tubuh yang kekurangan gizi dan bahkan kelebihan gizi, anak akan cepat lelah dalam beraktivitas dan tidak memiliki semangat yang baik, hal ini menyebabkan tingkat kebugaran anak rendah. Peneliti beransumsi bahwa jika seorang anak yang memiliki gizi yang baik maka anak tersebut dapat melakukan segala aktivitas yang berpengaruh terhadap kebugaran tubuhnya sehingga memiliki semangat tinggi dalam belajar.

Berdasarkan penjelasan di atas peneliti bermaksud menghubungkan antara status gizi dan kebugaran jasmani

## **B. Identifikasi Masalah**

Latar belakang tersebut di atas maka dapat diidentifikasi pokok permasalahannya sebagai berikut:

1. Bagaimana status gizi dan tingkat kebugaran jasmani pada siswa
2. Apakah dengan memiliki gizi yang baik akan berpengaruh pada hasil belajar siswa
3. Apakah dengan memiliki kebugaran jasmani yang baik akan meningkatkan hasil belajar pendidikan jasmani?

4. Apakah ada hubungan antara status gizi dan tingkat kebugaran jasmani dengan hasil belajar pendidikan jasmani pada siswa kelas?

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan permasalahan yang telah diidentifikasi, maka dalam penelitian ini perlu dibatasi mengingat tidak mungkin dibahas secara keseluruhan, pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah mengenai Hubungan Status Gizi Dan Tingkat Kebugaran Jasmani Dengan Hasil Belajar Siswa Kelas VIII MTS ATTAQWA 12 Pondok Soga Babelan Bekasi.

### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah dan pembatasan masalah tersebut diatas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut :

1. Apakah terdapat hubungan antara status gizi dengan hasil belajar pendidikan jasmani pada siswa Kelas VIII MTS ATTAQWA 12 Pondok Soga Babelan Bekasi ?
2. Apakah terdapat hubungan antara tingkat kebugaran jasmani dengan hasil belajar pendidikan pada siswa Kelas VIII MTS ATTAQWA 12 Pondok Soga Babelan Bekasi ?
3. Apakah terdapat hubungan antara status gizi dan tingkat kebugaran jasmani secara bersama-sama dengan hasil belajar pendidikan

jasmani pada siswaKelas VIII MTS ATTAQWA 12 Pondok Soga Babelan Bekasi?

#### **E. Kegunaan Penelitian**

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan masukan bagi:

1. Menjawab permasalahan dalam penelitian yaitu, mencari hubungan antara status gizi dan tingkat kebugaran jasmani dengan hasil belajar pendidikan jasmani pada siswaKelas VIII MTS ATTAQWA 12 Pondok Soga Babelan Bekasi
2. Sebagai sumber informasi kepada guru dan orang tua murid bagaimana pentingnya kebutuhan gizi dan kebugaran jasmani pada siswa untuk menunjang kegiatan belajar dan kesehariannya.
3. sebagai acuan guru untuk memberikan metode pembelajaran yang menyenangkan dapat meningkatkan kebugaran jasmani.
4. sebagai bahan evaluasi guru dalam kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani