BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga pendidikan merupakan pendidikan jasmani dan olahraga yang dilakukan sebagai proses pendidikan secara berkelanjutan dan sistematis. Di Indonesia sendiri olahraga Pendidikan lebih dikenal dengan pendidikan jasmani, Olahraga, dan Kesehatan atau biasa disebut dengan Penjasorkes, dimana hal ini kita temui disekolah-sekolah Tujuan dari pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan yaitu untuk, membentuk karakter yang kuat, mengembangkan keterampilan gerak seseorang, menumbuhkan kemampuan berpikir secara kritis, mengembangkan sikap sportivitas, serta pola hidup yang sehat (*Association for Physical Education*, 2020; Bailey, 2013) Selaras dengan aspek keterampilan gerak dalam Pendidikan jasmani bertujuan untuk memperkaya memori gerak dasar anak-anak dengan aktivitas fisik sesuai dengan fase pertumbuhan dan perkembangannya.

Dalam praktik pendidikan jasmani di sekolah, terdapat salah satu materi yaitu mengenai kebugaran jasmani. Kebugaran jasmani merupakan kemampuan seseorang dalam melakukan suatu aktivitas fisik tanpa merasa kelelahan. Kebugaran jasmani menjadi salah satu materi yang sangat krusial bagi pertumbuhan dan perkembangan anak-anak karena di dalamnya mencakup berbagai macam komponen fisik di antaranya adalah daya tahan, kekuatan, kecepatan, kelentukan, kelincahan, koordinasi, keseimbangan, ketepatan, kecepatan reaksi, kebugaran jasmani memiliki peranan penting dalam proses pencapaian prestasi belajar anak-

anak disekolah, oleh karenanya jika kebugaran jasmani pada anak-anak di sekolah kurang, maka akan mengganggu aktivitas pembelajarannya disekolah.

Berdasarkan hasil pengamatan peneliti di SDN Kebayoran Lama Selatan 19 yang menunjukkan bahwa proses pembelajaran pendidikan jasmani pada materi kebugaran jasmani di kelas atas yaitu sebagian besar siswa masih kurang antusias dalam proses pembelajaran. Banyak faktor yang dapat menyebabkan kurang antusiasnya anak-anak dalam proses pembelajaran kebugaran jasmani tersebut di antaranya yaitu sarana dan prasarana yang kurang memadai yang mana dalam hal ini ketersediaan alat-alat sebagai penunjang proses pembelajaran sangat minim , metode pembelajaran yang diberikan oleh guru Pendidikan jasmani kurang bervariatif sehingga anak mudah bosan dan akhirnya tidak optimal dalam proses pembelajaran, serta kurangnya pemanfaatan media modifikasi pembelajaran yang dapat menunjang proses pembelajaran kebugaran jasmani. Kurangnya antusias anak-anak dalam proses pembelajaran kebugaran jasmani ini tentunya akan berdampak pada rendahnya tingkat kebugaran jasmani pada anak-anak tersebut. Selain itu, masalah ini juga akan berdampak pada aspek perkembangan motorik pada anak tersebut ,sehingga hal ini perlu menjadi perhatian khusus bagi guru pendidikan jasmani agar pada saat proses pembelajaran mendapatkan hasil yang optimal. Oleh karena itu, sangat diperlukan adanya penelitian pengembangan model pembelajaran kebugaran jasmani ini dalam rangka membantu guru pendidikan jasmani dalam membimbing anak-anak pada aktivitas fisik.

Menyikapi permasalahan yang telah disebutkan di atas, peneliti berupaya melakukan pengembangan model pembelajaran kebugaran jasmani khususnya pada

aspek komponen kekuatan dengan berbasis permainan. Melalui konsep bermain inilah diharapkan anak-anak akan antusias dalam menjalani proses pembelajaran kebugaran jasmani ini karena sejatinya dunia anak-anak adalah dunia bermain. Dengan bervariasinya model yang akan diberikan nantinya akan membuat anak lebih antusias dan lebih semangat dalam melaksanakan proses pembelajaran. Komponen kekuatan di sini juga akan membantu menarik minat anak-anak dalam proses pembelajarannya karena dikemas dengan permainan kompetisi baik antar kelompok maupun antar individu. Penerapan model pembelajaran kebugaran jasmani dengan berbasis permainan ini tentunya akan memberikan rangsangan ataupun respons positif terhadap indra permainannya. Indra yang dimaksud adalah indra penglihatan, pendengaran, serta indra peraba. Keseimbangan indra inilah yang direncanakan agar mempengaruhi aspek psikomotor, kognitif, serta afektif pada anak tersebut.

Berdasarkan analisis masalah di atas, maka peneliti ingin menggali lebih dalam untuk mengatasi permasalahan yang ada dengan melakukan penelitian yang berjudul "Model Pembelajaran Kekuatan Berbasis Permainan Pada Siswa Kelas Atas Sekolah Dasar."

B. Fokus Penelitian

Untuk mendapatkan hasil yang optimal dalam proses pembelajaran kebugaran jasmani pada aspek komponen kekuatan berbasis permainan. Dengan ini fokus masalah pada penelitian ini adalah pembuatan suatu rancangan model pembelajaran kekuatan berbasis permainan pada siswa kelas atas sekolah dasar.

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah serta fokus penelitian, maka perumusan masalah pada penelitian ini yaitu "Bagaimana Model Pembelajaran Kekuatan Berbasis Permainan Pada Siswa Kelas Atas Sekolah Dasar? ".

D. Kegunaan Hasil Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan beberapa kegunaan di antaranya sebagai berikut:

1. Bagi Peneliti
   a. Penelitian ini sangat bermanfaat untuk memperluas pengetahuan dan wawasan dalam melakukan penelitian ilmiah dengan upaya meningkatkan mutu pembelajaran.
   b. Sebagai salah satu syarat menyelesaikan studi untuk mendapatkan gelar sarjana Pendidikan.
2. Bagi Guru
   a. Dapat menjadi menjadi pedoman dalam melaksanakan proses pembelajaran selanjutnya.
   b. Dapat menjadi motivasi guru untuk lebih kreatif dalam melaksanakan proses pembelajaran, dan hasil penelitian dapat di jadikan bekal dalam proses belajar mengajar.
3. Bagi Siswa
   a. Siswa dapat melakukan pembelajaran yang menarik sehingga dapat melakukan pembelajaran dengan baik dan optimal.