

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Karakteristik anak di usia Sekolah Menengah Kejuruan juga sering kali dikatakan labil, yang disebabkan ketidak stabilan pergaulan dan tidak pedulinya pola hidup sehat karena masa perkembangannya dari anak-anak beranjak ke masa remaja awal. Banyak kasus yang sering terjadi diusia ini mulai dari tawuran antara sekolah, seks bebas, minum-minuman keras, menghirup lem atau bensin yang dapat menjadi dampak awal pemakaian obat-obatan terlarang. Dilihat dari hal yang sering terjadi siswa masih melakukan pelanggaran disekolah seperti bolos pada mata pelajaran yang dianggapnya membosankan ini sering terjadi pada siswa laki-laki bahkan sampai siswa tidak masuk sekolah karna situasi yang kurang nyaman, maka dari itu perlu suatu tindakan untuk mengurangi situasi seperti ini perlu dilakukan tindakan yang efektif. Aktivitas jasmani adalah dasar bagi manusia untuk mengenal manusia dan dirinya sendiri yang secara alami berkembang searah dengan perkembangan zaman yang dimana memiliki kondisi jasmani yang baik dan sering mengikuti pergaulan pada akhir zaman ini.

Latihan kondisi fisik memegang peranan yang sangat penting untuk mempertahankan atau meningkatkan derajat kebugaran jasmani. Derajat kebugaran jsmani seseorang sangat menentukan kemampuan fisiknya dalam

melaksanakan tugas-tugasnya sehari-hari. Semakin tinggi derajat kesegaran jasmani seseorang kian tinggi pula kemampuan kerja fisiknya.

Pelaksanaan pembelajaran sambil bermain yang mengandung unsur belajar, guru dapat mengarahkan untuk perkembangan anak kepada kebugaran jasmani terutama pada siswa laki-laki yang umumnya memiliki kebugaran yang baik. Kehidupan sehari-hari manusia selalu melakukan aktivitas mereka tersebut berkaitan dengan olahraga. Pada dasarnya setiap manusia memerlukan beberapa aspek untuk menunjang aktivitas mereka itu sendiri. Aspek-aspek tersebut perlu pembinaan dan pembangunan agar sumber daya manusianya dapat menunjukkan kualitas yang baik sehingga akan mampu bersaing secara total. Dengan kualitas yang baik manusia juga dapat menunjang kesehatan dan kebugaran yang baik saat melakukan aktivitas manusia pada umumnya. Olahraga adalah sebuah kegiatan yang dibutuhkan oleh semua orang dan semua kalangan dari anak-anak, sampai orang dewasa. Olahraga merupakan kegiatan menyenangkan bila dilakukan dengan seksama dan tidak ada unsur paksaan dari pihak manapun. Mereka juga dapat menyalurkan hobi dan tenaga berlebihnya ke dalam kegiatan yang positif yaitu dengan berolahraga.

Melalui pembelajaran pendidikan jasmani yang tepat siswa mampu melakukan kegiatan olahraga melalui permainan-permainan, selain melatih gerak tubuh siswa permainan yang dirancang juga dapat meningkatkan kebugaran jasmani pada siswa sehingga banyak aspek yang terkandung dalam setiap permainan. Dalam mengatasi fakta yang terjadi dapat mengubah tindakan guru

dalam mengajar sehingga tidak terpaku hanya terhadap bahan ajar dengan permainan-permainan bisa menjadi daya tarik siswa yang bersifat menyenangkan.

Maka skripsi ini diharapkan dapat membangun dan memperbaharui serta menambah referensi bagi guru pendidikan jasmani maupun pengurus sekolah yang terkait untuk menerapkan metode pembelajaran permainan kelompok terhadap meningkatkan kebugaran jasmani pada siswa. Beberapa alasan pengajuan mengapa penerapan permainan kelompok terhadap kebugaran jasmani siswa. Banyak yang belum diketahuinya oleh guru dalam mengenai permainan kelompok dapat meningkatkan kebugaran jasmani siswa saat proses pembelajaran.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, maka peneliti memfokuskan permasalahan dalam penelitian yang berjudul “Penerapan Permainan Kelompok Untuk Meningkatkan Kebugaran Jasmani Pada Siswa SMK Gita Kirtti 1 Jakarta Selatan”, penelitian ini diharapkan dapat menjadi suatu referensi sebagai media pembelajaran yang dapat meningkatkan kebugaran jasmani siswa.

C. Perumusan Masalah

Adapun perumusan masalah yang terdapat pada penelitian ini: “Apakah Permainan Kelompok Dapat Meningkatkan Kebugaran Jasmani pada siswa SMK Gita Kirtti 1 Jakarta Selatan?”

D. Kegunaan Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini yaitu:

- 1) Bagi Peneliti
 - Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai pembelajaran dan pengalaman untuk membuat penelitian tentang permainan kelompok.
- 2) Bagi Program Studi Olahraga Rekreasi
 - Memberikan masukan untuk program studi olahraga rekreasi dalam memberikan permainan dapat meningkatkan kebugaran siswa.
- 3) Bagi Institusi
 - Memberikan ilmu pengetahuan dalam bidang olahraga sehingga dapat menghasilkan penelitian-penelitian yang lebih baik.
- 4) Bagi Sekolah
 - Diharapkan dapat menjadi metode pembelajaran melalui permainan kelompok untuk siswa SMK
- 5) Bagi Guru
 - Sebagai referensi dalam memberikan pembelajaran yang kreatif melalui permainan kelompok untuk siswa SMK