

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani berorientasi pada tujuan pendidikan, dengan melakukan kegiatan mendidik melalui aktivitas fisik. Smith et al. (2020) menyatakan bahwa pendidikan jasmani selalu memiliki peran edukatif dalam mencapai hasil kesehatan yang positif bagi siswa (Smith et al., 2020). Zhan et al. (2021) menyatakan bahwa di lingkungan sekolah, kelas pendidikan jasmani telah diusulkan sebagai jalan yang memungkinkan untuk meningkatkan aktivitas fisik, karena kelas pendidikan jasmani berperan dalam membentuk gaya hidup aktif anak-anak dan remaja dan praktik aktivitas fisik mengarah pada perubahan pada tingkat otak yang merangsang kekuatan dan lebih banyak gerakan (Zhan et al., 2021).

Thompson et al. (2019) menyatakan bahwa pendidikan jasmani sekolah memberikan kesempatan berharga untuk meningkatkan tingkat aktivitas fisik yang meningkatkan kesehatan siswa (Thompson et al., 2019). Menurut King et al. (2017) menyatakan bahwa kelas pendidikan jasmani merupakan tempat yang optimal untuk meningkatkan peluang aktivitas fisik disekolah. Banyak sumber menyarankan jika program pendidikan jasmani berkualitas tinggi dilaksanakan, siswa dapat mempelajari keterampilan, kepercayaan diri, dan pengetahuan jasmaninya menjadi lebih aktif selama sekolah, di luar sekolah, dan sepanjang hidup mereka (King et al., 2017).

Sollerhed et al. (2020) menyatakan bahwa pendidikan jasmani mempunyai peran yang berbeda dalam perolehan dan pengembangan keterampilan gerak secara fungsional, berdasarkan konsep pengetahuan jasmani yang digambarkan sebagai motivasi, kepercayaan diri, kompetensi fisik, pengetahuan dan pemahaman untuk menghargai dan bertanggung jawab atas keterlibatan dalam aktivitas fisik (Sollerhed et al., 2020). Sedangkan menurut Castillo et al. (2015) “lingkungan

sekolah dasar merupakan tempat yang ideal untuk melakukan aktivitas fisik yang dikemas dalam pendidikan jasmani” (Castillo et al., 2015)

Dari pendapat ahli di atas peneliti dapat menyimpulkan bahwa, pendidikan jasmani merupakan bidang kajian yang luas yang dan menarik dengan mengutamakan pada peningkatan aktivitas fisik manusia, pendidikan jasmani sebagai wahana penyaluran dalam pengembangan, pikiran, tubuh, dan jiwa menjadi rangkaian kesatuan pada setiap individu secara menyeluruh, sehingga secara hakikat dapat disampaikan bahwa pendidikan jasmani memiliki makna sebagai proses menciptakan tubuh yang baik bagi tempat pikiran atau jiwa. Pendidikan jasmani merupakan bagian penting dalam dunia pendidikan terutama pada lingkup sekolah dasar bahwa pendidikan jasmani sangat berperan aktif dalam meningkatkan aktivitas gerak dalam mencapai tingkat kesehatan yang optimal.

Dalam perkembangannya pendidikan jasmani diarahkan untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, dan membina kemampuan gerak dasar dan pengetahuan serta nilai-nilai yang terkandung dalam pendidikan jasmani yang meliputi nilai sikap sosial, sportivitas, dan spritual, yang dapat merangsang pertumbuhan dan perkembangan fisik dan psikis peserta didik. Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, anak-anak dilatih untuk mengembangkan berbagai kemampuan gerak dasar, termasuk gerak lokomotor, gerak non-lokomotor, dan gerak manipulatif. Kemampuan-kemampuan ini menjadi dasar untuk mengembangkan bakat-bakat yang dimiliki oleh anak. Oleh karena itu, seorang guru perlu menyusun materi pembelajaran yang beragam untuk merangsang siswa agar aktif bergerak dan melatih kemampuan gerak dasar mereka. Pada masa sekolah dasar, sangat penting memberikan latihan gerakan multilateral kepada anak-anak agar semua aspek fisiknya dapat berkembang secara holistik.

Implementasi pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar belum mencapai harapan. Pembelajaran ini belum secara konkret membimbing bagaimana meningkatkan keterampilan gerak anak tanpa menghilangkan unsur permainan. Inilah tempat pentingnya peran guru pendidikan jasmani yang perlu dioptimalkan untuk memajukan perkembangan gerak anak. Hal ini dapat dicapai dengan

menerapkan model-model permainan yang memungkinkan pengembangan gerak dasar, baik melalui permainan berkelompok, berpasangan, maupun individu.

Selanjutnya, peneliti juga melakukan tahap awal berupa studi pendahuluan guna mengetahui permasalahan yang ada dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani dengan metode observasi, pengamatan dan wawancara kepada guru pendidikan jasmani dari beberapa sekolah dasar yang berada di wilayah Jakarta Timur. Dari hasil studi pendahuluan ini di dapat hasil, guru pendidikan jasmani menyatakan bahwa:

1. Rendahnya semangat dan antusiasme peserta didik dalam kegiatan jasmani.
2. Pola pembelajaran konvensional yang hanya mengandalkan kurikulum sebagai landasan.
3. Kurangnya inovasi, modifikasi dan kreativitas dalam proses pembelajaran pendidikan Jasmani.
4. Kendala pada fasilitas olahraga yang digunakan selama pembelajaran pendidikan jasmani berupa keterbatasan jumlah.
5. Kondisi fisik fasilitas olahraga yang sudah tidak layak pakai dan masih digunakan selama pembelajaran pendidikan jasmani.
6. Peran dan partisipasi siswa dalam merawat dan menjaga fasilitas olahraga, seperti membersihkan alat-alat dan merapikan area bermain.

Berdasarkan analisis studi pendahuluan, dapat disimpulkan bahwa masih terdapat berbagai hambatan dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani. Sebagai akibatnya, partisipasi siswa dalam kegiatan pembelajaran jasmani tidak optimal, yang berpotensi mengakibatkan stagnasi dalam peningkatan prestasi akademik dan perkembangan siswa. Selain itu, risiko kekurangan gerakan juga dapat menimbulkan dampak negatif pada kesehatan fisik dan sistem imun.

Dari masalah yang telah diuraikan diperlukan solusi agar siswa bisa berpartisipasi optimal dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Peneliti berencana memperkenalkan pembelajaran berbasis permainan modifikasi untuk siswa usia 9-12 tahun agar dapat meningkatkan motivasi, manfaat, daya tarik, dan efektivitas pembelajaran, serta memudahkan guru dalam menyampaikan materi. Pilihan ini sesuai dengan teori Hayati dan Putro (2021) yang menyatakan bahwa permainan

yang cocok untuk anak dapat mengasah perkembangan bahasa, kognitif, fisik motorik, sosial emosional, moral agama, dan seni (Hayati dan Putro, 2021). Selanjutnya, Lestaningrum (2021) menyatakan pengorganisasian kegiatan pembelajaran berbasis kegiatan bermain adalah suatu pendekatan yang memberikan penekanan pada penggunaan permainan sebagai alat utama dalam proses pembelajaran anak-anak (Lenstaningrum, 2021). Tujuan dari modifikasi adalah untuk meningkatkan ketertarikan siswa dalam pembelajaran bola voli. Penulis berasumsi bahwa memodifikasi peraturan permainan, sarana dan prasarana, serta gerakan dasar pada permainan bola voli akan membuat siswa lebih tertarik dan berminat dalam belajar. Modifikasi ini diharapkan memberikan pengalaman belajar yang sama bagi semua siswa dalam pembelajaran bola voli. Oleh karena itu, penelitian ini akan dilaksanakan.

Selanjutnya, Peneliti juga mengkaji apakah penerapan permainan modifikasi terhadap kebugaran jasmani khususnya pada bola voli dapat di implementasikan atau tidak pada siswa berusia 9 – 12 tahun. Terdapat penelitian yang relevan tentang permainan modifikasi Miller et al. (2015) bahwa pembelajaran pendidikan jasmani melalui tindakan pendekatan yang berpusat pada permainan dapat mencapai hasil fisik yang lebih baik. Hasil penelitian dari Cocca et al, (2020) menyimpulkan bahwa peningkatan kondisi fisik dalam pembelajaran pendidikan jasmani berbasis permainan di Sekolah Dasar memiliki dampak yang signifikan terhadap kebugaran jasmani.

Dari hasil penjelasan penelitian di atas peneliti dapat menyimpulkan bahwa, pendekatan pembelajaran yang berpusat pada permainan bersama-sama, dapat mencapai hasil fisik yang lebih baik dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, dan peningkatan kondisi fisik melalui program pendidikan jasmani berbasis permainan di Sekolah Dasar, memiliki dampak signifikan terhadap kebugaran jasmani. Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka penelitian ini berjudul **“Upaya Meningkatkan Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Melalui Modofikasi Permainan Bola Voli”**

B. Fokus Penelitian

Dengan merujuk pada latar belakang sebelumnya, penelitian ini berfokus pada Upaya Meningkatkan Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Melalui Modifikasi Permainan Bola voli.

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan fokus penelitian, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimanakah Modifikasi Permainan Bola Voli Dapat Meningkatkan Kebugaran Jasmani Pada Siswa Sekolah Dasar?”

D. Kegunaan Penelitian

Harapan hasil dari penelitian ini dapat memberikan kontribusi secara teoretis untuk pengembangan strategi pembelajaran pendidikan jasmani, serta memberikan manfaat praktis bagi peneliti, lembaga, siswa, dan pembaca pada umumnya, yang melibatkan:

1. Bagi guru, hasil dari penelitian ini dapat dijadikan bahan tambahan untuk proses pembelajaran pendidikan jasmani khususnya pada permainan modifikasi bola voli terhadap kebugaran jasmani.
2. Bagi peserta didik, siswa diharapkan dapat mengetahui dan mengembangkan prestasi akademik dan tingkat kebugaran jasmani yang diperoleh melalui permainan modifikasi bola voli terhadap kebugaran jasmani.
3. Bagi peneliti, Dapat menambah pengetahuan peneliti dalam mengetahui permainan modifikasi bola voli terhadap kebugaran jasmani dan diharapkan dapat dijadikan sebagai acuan untuk mengembangkan prestasi akademik pada siswa.