

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Kebugaran jasmani ialah istilah bahasa Inggris yang secara langsung diterjemahkan menjadi "kebugaran fisik untuk jenis pekerjaan yang dilakukan setiap hari." Dengan kata lain, kebugaran fisik mengacu pada kapasitas untuk menyelesaikan tugas-tugas yang diperlukan untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari (Wibowo et al., 2020). Tidak dapat disangkal pentingnya kebugaran jasmani dalam menjaga kesehatan; semakin baik kebugaran jasmani maka semakin tinggi derajat kesehatannya (Ilyas & Almunawar, 2020). Kondisi fisik yang sehat akan membantu pekerjaan dalam aktivitas sehari-hari. Orang dengan kondisi fisik yang sangat baik dapat terus melakukan tugas sehari-hari lebih lama dibandingkan dengan kondisi fisik yang buruk. (Afdinda et al., 2021).

"infeksi virus pada sistem pernapasan mengakibatkan kluster kasus pneumonia mulai muncul di Wuhan, China, sekitar akhir Desember 2019. Virus tersebut akhirnya diidentifikasi oleh Organisasi Kesehatan Dunia sebagai penyakit virus corona (*Covid-19*). Virus yang baru ditemukan ini menyebar dengan cepat. (Santos & Hudain, 2020). Epidemi *Covid-19* meluas dari Tiongkok ke seluruh dunia, memperlambat sejumlah kegiatan seperti olahraga, proses manufaktur, laju ekonomi, dan kegiatan pendidikan di sekolah dan universitas. (Arisman & Noviarini, 2021). Masalah ini berdampak pada industri yang membutuhkan tenaga kerja rumahan. (Susanto, 2015).

Efek penyebaran virus ini juga berpengaruh pada sektor pendidikan, sehingga diperlukan kegiatan sekolah dan kuliah dari rumah untuk memutus mata rantai penularan *Covid-19*. (Abdi et al., 2016). Sebagai generasi muda tentunya dituntut untuk tetap produktif meski belajar dari rumah dengan melakukan kegiatan belajar. (Ma'arif & Prasetiyo, 2021).

Wabah *Covid-19* berdampak pada sejumlah industri, termasuk pendidikan. Strategi Mendikbud dalam penyelenggaraan pendidikan di masa darurat penyebaran *Covid-19* ini dapat digunakan untuk memahami bagaimana pandemi ini berdampak pada bidang pendidikan. (Ahdan & Sucipto, 2021). Pemberitahuan tersebut menyarankan untuk tidak mengadakan acara pembelajaran yang menarik banyak orang. (Fahrizqi et al., 2020). Jika tujuan pembelajaran tidak tercapai, pengajaran tatap muka harus diganti dengan jenis pengajaran lain. (Azis et al., 2021). Untuk menghentikan siklus penularan virus *Covid-19*, setiap warga negara memiliki tanggung jawab. (Syamsudin, 2021). Pendekatannya adalah mempraktikkan penarikan sosial dan tinggal di rumah, seperti yang disarankan oleh pemerintah. Baik karyawan maupun siswa didorong untuk menggunakan teknologi berbasis internet untuk melakukan kegiatan belajar dari rumah. (Sari et al., 2020). Hanya kedua himbauan itu cenderung membuat keterbatasan ruang gerak (Santoso, 2021). Dikarenakan pembelajaran tidak berlangsung di sekolah dimana siswa sering mengikuti kegiatan gerak menggunakan media dengan kegiatan yang berkaitan yang dapat mempengaruhi kebugaran jasmani siswa pada masa pandemi

jelas kegiatan aktivitas siswa terbatas dan ketidak mampuan untuk melakukan aktivitas gerak. Tingkat kebugaran jasmani siswa dipengaruhi oleh segala aktivitas atau aktivitas fisiknya. (Cavill, Biddle & Sallis, 2001),

Dampak dari Surat edaran tentang pelaksanaan pendidikan pada masa darurat wabah *Covid-19* telah diterbitkan. mengakibatkan menurunnya tingkat kebugaran siswa yang disebabkan kurang bergerak. Seperti hasil penelitian yang dilakukan oleh (Nugraha, 2022) terhadap siswa SD yang menyatakan bahwa 79% tingkat kesegaran jasmani siswa masuk kategori kurang. Begitu juga dengan penelitian (Damayanti et al., 2022) dilakukan di MI memberikan gambaran yang sama yaitu 50% tingkat kesegaran jasmani siswa masuk kategori kurang sekali dan 30% masuk kategori kurang. Didukung pula oleh penelitian (Ersanto & Wibowo, 2022) yang dilakukan pada siswa SMA, hasil menunjukan bahwa tingkat kesegaran jasmani siswa dikategorikan memiliki kebugaran jasmani yang sangat buruk selama wabah *Covid-19*. Berdasarkan temuan dari kedua penelitian tersebut di atas, dapat dikatakan bahwa tingkat kebugaran jasmani siswa pada masa Pandemi Covid-19 sangat rendah dan buruk.

Sementara Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan bahwa " Orang yang tidak aktif dapat menyebabkan kematian dalam beberapa cara, dengan 6% kematian di seluruh dunia terjadi sebagai akibat langsung dari ketidak aktifan melakukan aktivitas fisik." (Supriady, 2021).

Salah satu strategi untuk membantu siswa menjadi lebih bugar secara fisik adalah mendorong mereka untuk berolahraga atau terlibat dalam aktivitas fisik lainnya. Saat ini pandemi Covid-19 dianggap sudah berlalu mulai dari semester gasal tahun pelajaran 2022/2023 sekolah telah melakukan pembelajaran dengan tatap muka. Siswa sudah bisa melakukan aktifitas bermain dan berolahraga bersama-sama di sekolah, dengan telah dimulainya kegiatan pembelajaran tatap muka diharapkan siswa sudah memiliki kebugaran yang baik. Harus dalam kondisi fisik yang baik dan memiliki tubuh yang sehat (Bile & Tapo, 2021). Hal inilah yang melatar belakang penulis untuk melakukan penelitian dengan judul “Survei Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Kelas VI SD Negeri Setiadarma 01 Pasca Pandemi Covid-19.

## **B. Batasan dan Rumusan Masalah**

### **1. Batasan Masalah**

Berdasarkan dari latar belakang dan identifikasi masalah yang telah diuraikan di atas, serta untuk menghindari kesalahpahaman maka penulis perlu dibatasi dalam penelitian ini, pada tingkat kebugaran jasmani siswa SD Negeri Setiadarma 01 Kabupaten Bekasi Pasca Pandemi Covid-19. Siswa dalam penelitian ini hanya pada siswa kelas VI SD Negeri Setiadarma 01.

### **2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan pembatasan masalah di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah “Bagaimana tingkat kebugaran jasmani siswa kelas VI SD Negeri Setiadarma 01 Kabupaten Bekasi pasca pandemi Covid-19.

### **C. Tujuan Penelitian.**

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah, maka tujuan penelitian ini adalah “Untuk mengetahui bagaimana tingkat kebugaran jasmani siswa kelas VI SD Negeri Setiadarma 01 Kabupaten Bekasi pasca pandemi *Covid-19*”

### **D. Manfaat Penelitian.**

Berikut keunggulan penelitian ini berdasarkan keluasan dan permasalahan yang ditelitinya:

#### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi ilmu pengetahuan pada umumnya dan peneliti pada khususnya, serta berfungsi sebagai sumber informasi.

#### 2. Manfaat Praktis

##### a. Bagi siswa - siswi

Diharapkan bagi siswa - siswi Selama pandemi Covid 19, siswa - siswi dapat menilai tingkat kebugaran jasmani mereka. melalui penelitian ini. Dari hasil Test Kebugaran jasmani tersebut, peserta didik akan disadarkan betapa pentingnya aktif secara fisik di era pandemi seperti ini.

##### b. Bagi Guru

Dapat memberikan gambaran secara umum kepada guru tentang tingkat kebugaran jasmani siswa pada masa Pandemi *Covid 19* agar guru dapat memperhatikannya dengan baik dan berusaha memberikan program aktivitas jasmani yang sesuai dengan kebutuhannya agar siswa tetap fit pada masa Pandemi *Covid 19*.

### 3. Bagi Sekolah

Penelitian ini dapat digunakan untuk memajukan pengetahuan ilmiah dan teori, mengisi kesenjangan dalam informasi dan teori saat ini, dan memperhatikan unsur yang mempengaruhi kebugaran jasmani.

## E. Definisi Operasional

Berikut penafsiran pengertian yang dioperasionalkan dalam penelitian ini sebagai berikut:

### 1. Survei

**Rukaesih A. Maolani & Ucu Cahyana** (2015: 81), menjelaskan tujuan penelitian survei, yaitu penelitian situasi saat ini. Studi ini mengukur apa yang hadir tanpa mempertimbangkan asal-usulnya. Survei menggunakan kuesioner dan wawancara untuk mengumpulkan data.

**Nana Syaodih Sukmadinata** (2015: 82) mengemukakan bahwa Sampel yang sangat kecil digunakan dalam penelitian survei untuk mengumpulkan data atau informasi dari populasi besar. Melalui penelitian ini, deskripsi umum tentang ciri-ciri demografis, seperti usia, jenis kelamin, etnis, pendidikan, agama, pekerjaan, diperoleh melalui penelitian ini.

### 2. Kebugaran jasmani

Menurut **SURATMAN**, Kebugaran Jasmani adalah Kapasitas seorang untuk menjalani kehidupan yang aktif dan mampu menyesuaikan diri dengan beban fisik atau stres yang wajar tergantung pada tingkat kebugaran fisik mereka, yang merupakan komponen kebugaran keseluruhan atau kebugaran total mereka.

Menurut **DJOKO PEKIK**, Kebugaran Jasmani adalah kapasitas setiap orang untuk bekerja dengan baik setiap hari tanpa menjadi terlalu lelah sehingga mereka masih dapat menikmati waktu senggang mereka.

### **3. SDN SETIADARMA 01**

Sekolah tertua di Kecamatan Tambun Selatan adalah SDN Setiadarma 01 yang didirikan pada tahun 1917. Semula dikenal sebagai SDN Tambun 1, SDN Setiadarma 01 berubah nama menjadi SDN Setiadarma 01 seiring berjalannya waktu dan dengan pergantian peraturan. Sekolah ini merupakan yang paling disukai, namun karena semakin banyaknya sekolah swasta yang saling bersaing, SDN Setiadarma 01 harus terus berbenah untuk mempertahankan statusnya sebagai sekolah yang disukai oleh kedua belah pihak. komunitas pendidikan dan masyarakat pada umumnya. Dengan segala kegigihannya, SDN Setiadarma 01 berhasil tetap menjadi sekolah yang disegani.