

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

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

Dalam sistem Pendidikan nasional, pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan yang menggunakan kegiatan jasmani yang direncanakan secara sistematis untuk mengembangkan dan meningkatkan secara organik, kognitif, dan emosional. Pendidikan jasmani adalah bagian yang tidak dapat dibedakan keseluruhan pembelajaran yang berdampak kepada siswa secara mental, emosional, dan psikomotorik melalui pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani merupakan bagian penting dari pendidikan (Utama : 2011). Artinya, pendidikan sebenarnya bukan sekadar pengayaan atau hiasan yang terkait dengan program sekolah sebagai wadah bagi generasi muda. Namun, pelatihan sebenarnya adalah bagian penting dari pendidikan karena melalui pelatihan nyata yang sangat terkoordinasi, anak-anak akan mengembangkan keterampilan yang berguna untuk menggunakan energi ekstra mereka, berpartisipasi dalam latihan yang diikuti untuk menumbuhkan kehidupan yang sehat, tumbuh secara sosial, dan menambah kesehatan fisik dan psikologis mereka. Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani, permainan atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan. Oleh karena itu, pengajaran pendidikan jasmani sangat penting untuk membantu anak-anak mencapai potensi penuh mereka melalui pengembangan keterampilan

motorik dan pemikiran untuk meningkatkan pengetahuan dan penalaran mereka. Untuk melatih dan meningkatkan kebiasaan jasmani dan rohani siswa, Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), dan Sekolah Menengah Atas (SMA) wajib menjadikan pendidikan jasmani sebagai salah satu topiknya. Salah satu komponen pendidikan jasmani SMP adalah kebugaran jasmani. Kurikulum kelas VII mencantumkan kesegaran jasmani atau kesegaran jasmani sebagai salah satu komponen olahraga, kesehatan, dan pendidikan jasmani.

Pembelajaran pendidikan jasmani memanfaatkan perkembangan aktual untuk mendorong peningkatan kapasitas kesehatan aktual peserta didik. Kesehatan yang sebenarnya secara keseluruhan sangat terkait dengan pekerjaan yang sebenarnya. Setiap siswa harus sehat jasmani agar dapat mempertahankan pelajaran dan tidak kelelahan saat belajar. (Arief et al : 2021).

Kesehatan sebenarnya merupakan suatu kondisi yang sangat didambakan oleh semua orang. Dengan kesehatan yang sebenarnya maka individu akan ingin tampil dinamis/bersemangat dan efisiensi kerja akan tercipta (Paryanto & Wati : 2013). Menurut sudut pandang di atas, kebugaran jasmani didefinisikan sebagai kapasitas dan kondisi kesehatan seseorang untuk melakukan pekerjaan biasa yang sebenarnya tanpa menemui kelemahan ekstrem, jadi memungkinkan mereka menghemat energi untuk kegiatan lain di waktu senggang. Sesuai dengan justifikasi yang diberikan, keterlibatan guru sangat menentukan dalam pengalaman pendidikan jasmani yang sebenarnya. Kebutuhan guru sekolah yang sebenarnya menggunakan kreativitas

yang lebih besar dalam memilih model pembelajaran yang cocok bagi siswanya selama proses pembelajaran, terutama pada materi kebugaran jasmani. Strategi lain untuk meningkatkan keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran adalah model pembelajaran yang menggabungkan perubahan permainan. Siswa akan belajar dengan puas dengan mengubah permainan karena tidak ada pedoman yang kaku atau tindakan yang bersifat memaksa.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan landasan permasalahan di atas, maka permasalahan terkini dapat dikenali. Permasalahan tersebut dapat dikenali sebagai berikut:

1. Kurangnya kreativitas guru pendidikan jasmani di dalam proses pembelajaran sehingga menyebabkan kurangnya aktivitas siswa didalam pembelajaran penjas.
2. Kurangnya sarana dan prasarana pendukung pada saat pembelajaran pendidikan jasmani, dan kreativitas guru penjas dalam memodifikasi alat-alat pembelajaran sehingga pembelajaran pendidikan jasmani tidak berjalan sebagaimana mestinya.

### **C. Batasan Masalah**

Dalam penulisan Skripsi ini penulis hanya membatasi kajian masalah pada Pengembangan Model Pembelajaran Kebugaran Jasmani Berbasis permainan pada Siswa Kelas VII SMPN 6 Tambun Utara, agar tidak menyimpang dari apa yang telah dirumuskan serta masalah yang dihadapi dan ruang lingkup kajian menjadi lebih spesifik sehingga menghasilkan penulisan yang lebih efektif.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pemaparan latar belakang tersebut, maka dapat dibuat rumusan masalah dari penelitian ini, yaitu: “Bagaimana pengembangan model pembelajaran kebugaran jasmani berbasis permainan pada siswa kelas VII SMPN 6 Tambun Utara”.

### **E. Tujuan Pengembangan**

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui bagaimana pengembangan model pembelajaran kebugaran jasmani berbasis permainan pada siswa kelas VII SMPN 6 Tambun Utara.

### **F. Manfaat Pengembangan**

#### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian pengembangan ini digunakan untuk mengembangkan konsep, teori, proses dan prosedur teknologi pendidikan dalam kawasan

pengembangan, pemanfaatan dan pengelolaan kegiatan pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Mengembangkan model pembelajaran yang telah ada sebelumnya, dan disesuaikan dengan kebutuhan pembelajaran.

## **2. Manfaat Praktis**

### **a. Bagi Lembaga**

Sebagai sumbangan pemikiran untuk meningkatkan hasil belajar siswa khususnya pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani olahraga dan kesehatan.

### **b. Bagi Guru Penjasorkes**

Memberi solusi dalam meningkatkan efektifitas, efisiensi dan daya tarik siswa dalam pembelajaran kebugaran jasmani.

### **c. Bagi Peneliti**

Menemukan model pembelajaran pendidikan jasmani dengan permainan dan modifikasi alat yang tepat untuk pembelajaran kebugaran jasmani.

## **G. Spesifikasi Produk**

Produk yang akan disampaikan melalui penelitian ini mempunyai rincian sebagai berikut:

1. Dalam penelitian ini akan terdapat variasi model pembelajaran kebugaran jasmani untuk kategori siswa SMP kelas VII.

2. Produk ini memiliki komponen-komponen yang memungkinkan pengguna untuk lebih mudah dalam pembelajaran karena disertai pengetahuan dari para ahli, deskripsi singkat, langkah–langkah pembelajaran, Silabus, Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), dan bahan ajar yang disesuaikan dengan Kurikulum 2013, bahan penarik perhatian seperti gambar serta video pembelajaran, warna yang menarik, nada suara dan teks penjelasan.