

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

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

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan ( PJOK ) merupakan bagian dari pendidikan secara umum, dimana pendidikan ini merupakan salah satu dari subsistem pendidikan yang memiliki peran dalam mengembangkan dan meningkatkan sumber daya manusia Indonesia. PJOK dilakukan dengan sarana jasmani, yakni aktivitas jasmani yang pada umumnya dilakukan pada pelaksanaan kegiatan olahraga disekolah terutama gerakan-gerakan yang mendasar meliputi ketangkasan dan ketrampilan. Meskipun sarana pendidikan tersebut ditekankan pada aktivitas fisik, tapi manfaat yang diperoleh bagi siswa atau anak didik adalah mencakup bidang-bidang non fisik, seperti membantu meningkatkan tingkat intelektual, proses sosialisasi di sekolah, keluarga, maupun di masyarakat. Melalui bidang kognitif (pengetahuan) dan bidang afektif (sikap). Dengan kata lain, bahwa PJOK berusaha untuk mengembangkan pribadi secara keseluruhan dengan sarana jasmani sebagai media dalam aktivitas lapangan.

Dalam melaksanakan pembelajaran agar dapat berfungsi sebagai sarana pendidikan sesuai dengan kebutuhan dan tuntutan masyarakat, maka pengajar bidang studi tersebut menjadi kunci keberhasilannya. Tentunya hal ini menuntut kemampuan pengajar PJOK untuk dapat memperlihatkan tingkah laku yang didasari oleh penguasaan bahan, penguasaan proses dan sikap pendidik yang mantap. Dengan demikian dapat diharapkan nilai-nilai positif yang terkandung dalam PJOK seperti: sportivitas, jujur, kerjasama, disiplin, bertanggung jawab dan pembiasaan pola hidup yang sehat, dimana pelaksanaannya bukan melalui pengajaran konvensional di dalam kelas yang bersifat kajian teoritis, namun melibatkan unsur fisik, mental, intelektual, emosi dan sosial, yang pada akhirnya dapat meningkatkan kebugaran jasmani siswa.

Kebugaran jasmani adalah suatu keadaan ketika tubuh masih memiliki sisa tenaga untuk melakukan kegiatan-kegiatan ringan yang bersifat rekreasi atau hiburan setelah melakukan kegiatan/aktivitas fisik rutin. Afriwardi, (2011:37).

Menurut Nurhasan (2005: 21-23) kebugaran jasmani pada umumnya dipengaruhi oleh dua faktor utama, yaitu faktor internal dan eksternal. Dengan tingkat kebugaran jasmani yang baik, maka akan diharapkan kondisi tersebut dapat mempengaruhi tingkat cara berfikir siswa, peningkatan pengetahuan dan pengembangan wawasan siswa yang diwujudkan dalam bentuk

nilai belajar. Kenyataan dilapangan menunjukkan masih banyak siswa yang merasa kelelahan dan kurang semangat dalam mengikuti pembelajaran PJOK. Untuk itu seorang guru dituntut lebih kreatif dan inovatif dalam memotivasi siswa agar pembelajaran PJOK lebih menyenangkan sehingga dapat meningkatkan kebugaran jasmani siswa.

Menurut Faruq 2008:17 (dalam Chjie 2018 : 3) adalah bentuk dari kegiatan fisik yang memberikan manfaat pada kebugaran tubuh dan mental serta sosial yakni nilai. Pada kajian ini lebih menyoroti pada permainan dan olahraga sepak bola kaitanny dengan kebugaran tubuh. Permainan ini sendiri masuk dalam aktifitas gerak olahraga, karena bentuk aktifitas fisik yang terstruktur, terencana dan berkesinambungan dengan tujuan untuk kebugaran tubuh yang lebih baik.

1. Berdasarkan uraian di atas, kemampuan dalam aktivitas olahraga siswa - siswi sekolah dasar sangat berpengaruh terhadap nilai akademik yang nantinya akan berdampampak pada kegiatan baik akademik maupun non akademik yang di laksanakan pada jenjang atau tingkatan berikutnya. Adapun visi misi yang ada di SMA Negeri 1 Waru Sidoarjo adalah sebagai berikut:

a. Visi :

Berakhlak Mulia, Berprestasi, Berwawasan Lingkungan, dan Berdaya Saing Global.

b. Misi:

1.) Menumbuhkan lulusan yang berperilaku positif, berbudi pekerti luhur, berakhlak mulia dengan dasar ketaqwaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa, 2.) Menumbuhkan lulusan yang bersikap terbuka, positif dan tanggap terhadap perubahan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi, 3.) Menghasilkan lulusan yang matang dalam berfikir dan matang dalam emosi, 4.) Membudayakan hidup bersih dan sehat dalam tatanan kehidupan yang berwawasan dan melestarikan lingkungan, 5.) Senantiasa berperan aktif dalam pencegahan pencemaran lingkungan, 6.) Memiliki kepedulian tinggi untuk mencegah kerusakan lingkungan, menjaga kelestarian dan keseimbangan alam, 7.) Menghasilkan lulusan yang mampu bersaing untuk memasuki jenjang pendidikan yang lebih tinggi dan dunia kerja, 8.) Meningkatkan mutu sekolah sesuai perkembangan zaman, ilmu pengetahuan dan teknologi

sebagai akses menuju pergaulan internasional dalam rangka menyiapkan peserta didik agar mampu bersaing di era global.

Dengan latar belakang diatas, maka peneliti membahasnya dalam skripsi yang berjudul “ pengaruh aktivitas jasmani terhadap peningkatan nilai akademik siswa kelas x di SMA Negeri 1 Waru Sidoarjo”.

## **B. Ruang Lingkup Dan Pembatasan Masalah**

Dalam penelitian ini akan dijelaskan arah penelitian, sehingga tidak terjadi salah penafsiran. Untuk memperjelas arah penelitian, maka akan diuraikan sebagai berikut: pada penelitian ini peneliti hanya membahas tentang pengaruh nilai akademik siswa terhadap kemampuan dalam aktivitas jasmani. Jadi hanya membahas masalah nilai akademik terhadap ekstrakurikuler, tidak membahas kemampuan dalam permainan olahraga.

## **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan penjelasan pada latar belakang, maka dapat di rumuskan suatu permasalahan sebagai berikut:

1. Apakah ada pengaruh nilai akademik siswa terhadap kemampuan dalam aktivitas jasmani?

## **D. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh nilai akademik siswa terhadap kemampuan dalam aktivitas jasmani.

## **E. Variabel Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat antara lain sebagai berikut:

1. Sebagai informasi yang berguna bagi para guru PJOK.
2. Sebagai kontribusi untuk bahan acuan bagi para guru PJOK dan guru mapel yang lain untuk memberikan motivasi pada siswa – siswinya.
3. Merupakan bahan informasi dan refrensi pada pembaca tentang pentingnya nilai akademik dan kemampuan aktivitas berolahraga.
4. Dapat digunakan sebagai acuan dan refrensi bagi pihak – pihak penelitian berikutnya.

## **F. Manfaat Penelitian**

1. bagi pembaca : Penelitian ini di harapkan dapat memberi informasi yang berhubungan dengan pengaruh aktivitas jasmani terhadap peningkatan nilai akademik siswa kelas x di SMA Negeri 1 Waru Sidoarjo
2. Bagi Penulis : Penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat dan wawasan bagi peneliti sebagai calon pendidik dalam menciptakan suasana belajar, yang pada akhirnya nanti diharapkan dapat mengetahui nilai akademik siswa kelas x di SMA Negeri 1 Waru Sidoarjo