BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan. Bertujuan mengembangkan aspek kebugaran jasmani, ketrampilan gerak, ketrampilan berfikir kritis, ketrampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat, dan pengenalan lingkungan hidup yang bersih.

Semua itu direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang diajarkan disekolah memiliki peran yang sangat penting yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar

Melalui aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan yang dilakukan sacara sistematis. Pembelajaran penjas diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik.

Kegiatan pembelajaran adalah suatu proses komunikasi yang harus diciptakan melalui tukar menukar pesan atau informasi seorang guru.

kepada anak didik sehingga dapat diserap dan dihayati pesan dari pembelajaran. Pembelajaran dapat berjalan baik apabila didukung dengan sarana prasarana yang memadai, metode belajar yang digunakan serta keaktifan siswa dalam mengikuti pembelajaran.

Namun sebaliknya, pembelajaran tidak akan berjalan lancar apabila tidak didukung dengan sarana prasarana, metode belajar yang monoton, serta ketidak aktifan siswa dalam mengikuti pembelajaran.

Pelajaran Pendidikan Jasmani sekolah menengah pertama yang terdapat di kurikulum meliputi : atletik, senam, renang, dan aktivitas luar kelas. Pembelajaran penjas di Sekolah SMP Negeri 8 Gresik sudah berjalan sangat baik, tetapi ada kendala dimasalah kebugaran kelas VII

Permasalahan kebugaran anak jaman sekarang yang semakin kesini semakin turun tingkat kebugaran nya ini di dasari oleh semakin sedikitnya minat anak untuk berolahraga atau mengikuti pelajaran olahraga dalam pembelajaran di sekolah, anak – anak sekarang lebih suka terhadap permainan – permainan konsol atau elektronik yang biasanya dikenal dengan *E-sport*.

Mengakibatkan anak malas untuk bergerak dan berpengaruh terhadap kebugaran anak tersebut, adapula olahraga yang tidak semua anak itu suka dengan olahraga tersebut sehingga terjadi beberapa siswa saja yang melakukan atau mengikuti praktek olahraga.

Olahraga yang selalu di minati oleh Siswa adalah sepak bola, bola voli dan basket karena bagi anak-anak permainan sangat menggembirakan dan menyenangkan serta mereka bisa bebas bergerak kesana kemari sehingga anak begitu antusias dan senang tanpa ada rasa terbebeni.

Lain halnya dengan siswa yang tidak suka dengan olahraga tersebut maka mereka merasa malas-malasan dan tidak antusias dalam mengikuti pembelajaran olahraga. Anak cenderung bosan karena pembelajaran olahraga yang sedang berlangsung, sehingga siswa yang tidak menyukai olahraga tersebut merasa bosan serta tidak menarik untuk mencoba.

Apalagi guru dalam menyampaikan materi kepada siswa masih menggunakan metode lama yaitu guru hanya mencontohkan kemudian anak disuruh menirukan.

Terobosan dalam masalah menggunakan suatu bentuk model pembelajaran yang kreatif dan menyenangkan bagi anak sehingga proses pembelajaran dapat dengan mudah diserap oleh anak dan anak menjadi suka dengan semua olahraga sehingga kebugaran siswa menjadi baik.

Dari sinilah peran guru Penjas dituntut agar bisa berfikir kreatif dan inovatif dalam menyajikan pembelajaran yang aktif dan menyenangkan bagi anak, sehingga pemilihan metode dan penggunaan alat yang tepat dapat membuat siswa akan semakin senang dan termotivasi dalam mengikti pembelajaran, juga dapat memudahkan Guru dalam penyampaian materi.

Kepada siswa juga siswa dapat dengan mudah menangkap pesan yang disampaikan oleh guru. Penjelasan secara verbal,

dengan demonstrasi dan media yang seadanya belum dapat menghasilkan pemahaman siswa untuk melakukan gerak dasar-dasar olahraga yang sedang dipraktekan dengan baik dan benar sehingga diperlukan model pembelajaran.
yang sesuai yang dapat membantu proses penbelajaran sehingga mampu mendapatkan hasil gerak dasar yang lebih baik.

Dalam proses pembelajaran yang dirancang dengan bentuk bermain dirasa dapat merangsang anak untuk bergerak dan aktif sehingga dan membuat siswa bugar diharapkan dapat membantu meningkatkan kemampuan siswa dalam pembelajaran serta dapat meningkatkan kebugaran yang maksimal.

Kemudian dikemas dalam bentuk bermainan yang menyenangkan serta dengan alat yang menarik dapat dengan mudah dapat dikuasai oleh anak. hal tersebut maka peneliti akan mencoba pembelajaran dengan menggunakan metode bermain dan survey dalam pembelajaran penjas.

Karena metode ini dirasa lebih tepat dimana konsep-konsep olahraga yang dikemas dalam model bermain lebih menarik dan menyenangkan bagi anak dimana saat bermain tanpa sadar, dengan ini diharapkan siswa mampu melakukan pembelajaran dengan baik dan benar serta mampu mendapatkan hasil belajar yang lebih baik. Maka dari itu dalam hal ini peneliti akan mencoba menuangkan gagasan Yang berjudul “survey tingkat kebugaran siswa di sekolahan SMP Negeri 8 Gresik”.

B. Pembatasan masalah

Pembahasan masalah dilakukan agar topik pembahasan tidak melebar. Pembahasan berpusat pada tingkat kebugaran di SMP Negeri 8 Gresik.

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang mengenai pentingnya kebugaran pada anak, maka yang menjadi pokok masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat keburagan siswa?
2. Bagaimana menerapkan pola hidup sehat?

D. Pertanyaan Penelitian

Bagaimana Kebugaran Jasmani Anak ?

E. Tujuan penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dikemukan diatas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana tingkat kebugaran siswa di SMP Negeri 8 Gresik.

F. Manfaat penelitian

a. Bagi siswa SMP Negeri 8 Gresik

Sebagai data siswa dan sekolah agar mengetahui bahwa siswa tersebut bugar atau tidak bugar.

b. Bagi penulis

Sebagai bekal pengalaman di bidang penelitian dalam mengetahui tingkat kebugaran siswa.