

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan Olahraga sebagai salah satu lingkup kegiatan keolahragaan tidak terlepas dari upaya pengembangan dan peningkatan kualitas dalam pelaksanaannya. Hal ini terkait dengan amanat Undang-undang Nomor 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan` Nasional pasal 25 ayat (1) yang menyatakan bahwa pembinaan dan pengembangan olahraga pendidikan dilaksanakan dan diarahkan sebagai satu kesatuan yang sistematis dan berkesinambungan dengan sistem pendidikan nasional. Lebih lanjut dinyatakan dalam Peraturan Pemerintah nomor 16 tahun 2007 tentang Penyelenggaraan Keolahragaan pasal 25 ayat (1) menyatakan bahwa pembinaan dan pengembangan olahraga pendidikan bertujuan untuk memperoleh pengetahuan, kepribadian, keterampilan, kesehatan dan kebugaran jasmani serta pengembangan minat dan bakat olahraga.

Menurut Wuest dan Bucher dalam Sukintaka (2004:34) mengartikan pendidikan jasmani dan kesehatan merupakan proses pendidikan yang bertujuan untuk memperbaiki kerja, dan peningkatan pengembangan manusia melalui media aktivitas jasmani. Pendidikan jasmani sangat berperan dalam meningkatkan kesegaran, kebugaran, dan kesehatan siswa di sekolah, karena melihat dari arus perkembangan dunia saat ini yang disebut dengan globalisasi. Sebagaimana globalisasi itu sendiri telah merubah segala sendi

kehidupan masyarakat, salah satu bentuknya adalah dalam dunia pendidikan, baik itu pada pendidikan Sekolah Dasar/MI, SMP/MTS, dan SMA/MA.

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia Departemen Pendidikan dan kebudayaan mendefinisikan strategi adalah:”rencana yang cermat mengenai kegiatan untuk mencapai sasaran khusus”. Made Wena, mengemukakan bahwa strategi adalah cara atau seni menggunakan sumber daya untuk mencapai tujuan tertentu. Shaitami dan syamsul(2012:79), mengemukakan strategi adalah “segala cara dan daya untuk menghadapi sasaran tertentu dalam kondisi tertentu agar memperoleh hasil yang diharapkan secara maksimal”.

Menurut Sanjaya (2010:186) strategi pembelajaran dapat diartikan sebagai perencanaan yang berisi tentang rangkaian kegiatan yang didesain untuk mencapai tujuan pendidikan tertentu. Pertama, strategi pembelajaran merupakan rencana tindakan (rangkaian kegiatan) termasuk penggunaan metode dan pemanfaatan berbagai sumber daya/kekuatan dalam pembelajaran. Kedua, strategi disusun untuk mencapai tujuan tertentu. Kemp (1995) dalam sanjaya (2010:55) stategi adalah suatu kegiatan pembelajaran yang harus dikerjakan guru dan siswa agar tujuan pembelajaran dapat dicapai secara efektif dan efisien.

Secara umum strategi mempunyai pengertian suatu garis-garis besar haluan untuk bertindak dalam usaha mencapai sasaran yang telah ditentukan. Dihubungkan dengan belajar mengaja,strategi bisa diartikan sebagai pola-

pola umum kegiatan guru anak didik dalam perwujudan kegiatan belajar mengajar untuk mencapai tujuan yang telah digariskan.

Kebugaran jasmani merupakan salah satu tujuan penting dalam pendidikan jasmani. Program pembinaan yang memanfaatkan aktivitas jasmani untuk tujuan yang bersifat mendidik, diarahkan pada peningkatan derajat kebugaran jasmani. Ada dua utama dalam pendidikan jasmani, yakni pertama mengutamakan partisipasi semua siswa. Kedua upaya pendidikan itu harus dapat membentuk kebiasaan hidup aktif di sepanjang hayat (Ismaryati, 2006:37). Bagian penting kualitas hidup sehat paripurna itu adalah kebugaran jasmani. Mengenai definisi kebugaran jasmani ada beberapa ahli memberikan pengertian sebagai berikut: Menurut Djoko Pekik, (2002:72) pengertian kebugaran jasmani ialah kemampuan fisik seseorang untuk dapat melakukan kerja sehari-hari secara efisien tanpa menimbulkan kelelahan yang berlebihan, sehingga masih dapat menikmati waktu lainnya, dengan kata lain kebugaran jasmani dapat pula didefinisikan sebagai kemampuan untuk mengerjakan tugas dengan baik walaupun dalam keadaan sukar, dimana orang yang kebugaran jasmaninya kurang, tidak akan dapat melakukannya.

Peran pendidikan jasmani terutama di SMP Negeri 1 Laboya Barat sangat penting untuk memberikan dukungan perkembangan pada Siswa terutama pada perkembangan motorik kasar maupun motorik halus meskipun terlihat simple proses pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan (Penjasorkes) yang dilakukan guru penjasorkes, namun tidak terlepas pula dengan strategi yang digunakan. Setiap pembelajaran apapun bentuknya pasti

memiliki strategi, bukan hanya pada mata pelajaran Matematika, Bahasa Indonesia, Ilmu Pengetahuan Sosial, Ilmu Pengetahuan Alam, dan lain sebagainya, begitu pula dengan Pendidikan Jasmani dan Kesehatan memiliki strategi dan keahlian khusus. penggunaan strategi sangat dibutuhkan dalam setiap proses pembelajaran, karena strategi dapat memberikan pemahaman yang mudah kepada Siswa terhadap materi yang dipelajarinya, sehingga tujuan dan harapan akan sejalan dengan yang diharapkan.

Penerapan strategi dalam proses belajar mengajar sangat mendukung dalam terwujudnya suatu tujuan dan harapan yang diinginkan sebelum melaksanakan proses pembelajaran. Penerapan suatu strategi atau metode dalam mencapai tujuan pembelajaran maka, harus mempertimbangkan berbagai hal, seperti memperhatikan keadaan siswa, sarana dan prasarana, media, kemampuan guru, dan lain-lain.

Tabel 1.1. Strategi pembelajaran

No	Strategi pembelajaran	
1	Strategi algoritma	Strategi Pengajaran Berpangkalan
2	Strategi Pengajaran interaktif	Strategi Pembelajaran Sesama Teman
3	Strategi Pembelajaran langsung	

Berdasarkan pengamatan peneliti di SMP Negeri 1 Laboya Barat, bahwa guru menggunakan salah satu strategi yaitu Strategi Pengajaran Interaktif dalam pembelajaran Interaktif, gerakan guru didasarkan pada respon siswa pada gerakan guru sebelumnya, perencanaan tersebut memudahkan guru dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran. Guru sangat dominan dalam strategi ini dan yang paling bertanggung jawab dalam

pembelajaran. Namun penulis amati bahwa tidak semua siswa melakukan gerakan yang sesuai dengan pembelajaran karena siswa lainnya hanya tinggal didalam kelas, karena guru tidak mengontrol saat pembelajaran berlangsung bahkan tidak mengevaluasi seperti apa gerakan siswa saat pembelajaran selesai, oleh karena itu seorang guru penjasorkes dituntut untuk berkeaktifan dalam merancang strategi yang membuat siswa lebih semangat dalam melaksanakan pembelajaran penjasorkes. Setidaknya harus menerapkan strategi pembelajaran yang lebih bervariasi, inovatif, efisien, serta efektif seperti strategi pembelajaran sesama teman. Strategi ini biasanya diterapkan dalam peningkatan aktivitas seperti senam, pemanasan dan sebagainya. Siswa biasanya dijadikan tutor didepan teman-temannya dalam melakukan pergerakan. Kegiatan senam dalam rangka menggerakkan otot-otot atau organ tubuh dengan tujuan tidak lain hanyalah memberikan kebugaran tubuh pada siswa. Keberhasilan dalam pelaksanaan proses belajar mengajar sangat tergantung pada strategi yang digunakan oleh guru. Sebab strategi merupakan jembatan untuk mencapai keberhasilan dalam pembelajaran. Oleh karena itu strategi memiliki peran yang sangat penting dalam proses pelaksanaan pembelajaran disekolah. Oleh sebab itu terbesitlah dibenak pikiran penulis untuk melihat bagaimana "Strategi guru Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) dalam menjaga kebugaran siswa agar mempunyai semangat yang tinggi disaat Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

Berdasarkan uraian di atas bahwa penulis menganggap penting melihat secara kritis terkait dengan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, sehingga penulis mengambil dengan judul: **“Strategi Guru Penjasorkes dalam Menjaga Kebugaran Jasmani Siswa”**

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti mengidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Masih kurang efesiensi waktu yang digunakan dalam proses pembelajaran.
2. Kurangnya pelaksanaan pendidikan jasmani baik di sekolah maupun diluar sekolah.
3. Belum diketahui strategi guru dalam menjaga kebugaran jasmani siswa

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas maka peneliti dapat membatasi masalah yaitu: Belum diketahui strategi guru dalam menjaga kebugaran jasmani siswa kelas VII di SMP Negeri 1 Laboya Barat Kecamatan Laboya Barat Kabupaten Sumba Barat.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah di atas maka peneliti dapat merumuskan masalah dalam penelitian ini, sebagai berikut` :Bagaimanakah Strategi Guru

Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Dalam Menjaga Kebugaran Jasmani Siswa Kelas VII di SMP Negeri 1 Laboya Barat?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui strategi Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga dan kesehatan dan upaya yang dilakukan dalam Menjaga Kebugaran pada siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Laboya Barat.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dan manfaat kepada pihak - pihak yang terkait sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan yang berharga dalam ilmu pengetahuan dalam bidang olahraga, terutama di SMP Negeri 1 Laboya Barat.

2. Manfaat praktis

Untuk mengetahui bagaimana strategi yang digunakan guru pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan dalam menjaga kebugaran jasmani siswa kelas VII di SMP Negeri 1 Laboya Barat.