BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga dan permainan yang termasuk dalam materi pokok pendidikan jasmani teknik permainan bola besar, Khuddus (2017: 898) dan Susilawati & Primayanti (2018: 898). Menurut Ruslan et al (2020: 898) dan Wirayasa et al (2021: 898) permainan Sepak bola merupakan jenis permainan bola besar yang di mana didalamnya terdapat beberapa jenis teknik dasar seperti passing, kontrol dan *shooting*.

Keterampilan-keterampilan dasar dalam sepak bola harus dikuasai oleh peserta didik sejak di bangku sekolah karena sepak bola menjadi salah satu olahraga yang sangat populer di dunia baik dikalangan orangtua maupun anak-anak. Sepak bola tidak hanya dijadikan sebagai kegiatan ekstrakurikuler tetapi juga sebagai bagian dari pendidikan jasmani yang memiliki peran penting dalam mengembangkan keterampilan fisik, sosial, dan emosional siswa. Meskipun popularitas sepak bola cukup tinggi, partisipasi siswa dalam pembelajaran sepak bola terkadang mengalami ketidakstabilan.

Banyak faktor yang dapat mempengaruhi ketidakstabilan tersebut, salah satunya adalah model pemanasan yang digunakan sebelum pembelajaran sepak bola. Model pemanasan yang monoton dan kurang menarik sering kali menjadi alasan utama siswa merasa jenuh dan kurang termotivasi untuk berpartisipasi aktif dalam pembelajaran.

Menurut Tanjung & Namora (2022: 202) kejenuhan belajar merupakan kondisi emosional akibat aktivitas yang monoton sehingga timbul rasa lelah, bosan, dan tidak bisa memahami materi. Kejenuhan belajar dapat terjadi karena adanya tuntutan bagi siswa untuk dapat selalu mematuhi aturan dan dapat mengerjakan semua tugas tepat pada waktunya, akibat dari kegiatan yang terus berulang di tiap harinya membuat siswa merasakan kejenuhan belajar, kejenuhan ini sangat berdampak bagi siswa untuk keberlangsungan proses belajar mengajar.

Menurut pengamatan awal penulis pada saat pembelajaran sepak bola dengan alokasi waktu satu kali pertemuan yaitu 80 menit dengan rincian 2 jam pelajaran dengan durasi tiap satu jam 40 menit di kelas VIII SMPN 11 Kupang pada hari Jumat, 2 Agustus 2024, ditemukan bahwa siswa kurang berminat dalam pembelajaran sepak bola. Hal ini disebabkan oleh rutinitas pemanasan yang selalu sama dan diulang setiap kali pembelajaran dimulai, sehingga membosankan bagi siswa. Terutama ketika pemanasan dilakukan setiap kali memulai pembelajaran PJOK. Siswa berlari keliling lapangan, kemudian melakukan pemanasan statis dan dinamis. Pola ini membuat siswa kurang berpartisipasi dalam pemanasan, yang pada akhirnya mempengaruhi kondisi fisik dan mental mereka. Peneliti juga melakukan wawancara dengan 5 siswa setelah selesai proses pembelajaran. Hasil wawancara menunjukkan bahwa meskipun pemanasan yang dilakukan cukup menyenangkan, mereka merasa cepat lelah karena harus berlari keliling lapangan. Hal inilah yang menyebabkan mereka kurang berminat untuk mengikuti pembelajaran inti.

Masalah di atas juga diperkuat dengan hasil wawancara awal dengan guru olahraga di SMPN 11 Kupang yang mempunyai pengalaman mengajar selama 37 tahun 6 bulan, menjelaskan bahwa pemanasan yang biasanya dilakukan adalah pemanasan statis dan dinamis. Meskipun variasi pemanasan pernah dilakukan, hal ini sangat jarang terjadi. Dalam beberapa kondisi, siswa kurang serius dalam melakukan pemanasan, yang pada akhirnya berpengaruh juga pada pembelajaran inti.

Permasalahan yang ditemukan peneliti di lapangan merupakan suatu masalah yang serius, sejalan dengan pendapat Mariyanto (2010 : 525) bahwa Pemanasan sangat berguna untuk mempersiapkan tubuh secara psikologis dan fisik atau *physical performance*. Jika otot tidak siap ketika masuk ke dalam fase latihan inti maka akan mengakibatkan cedera pada otot.

Pemanasan merupakan awal menuju latihan inti, jika pemanasan yang dilakukan menyenangkan maka latihan inti akan menyenangkan begitu pula sebaliknya jika pemanasan tidak menyenangkan bagi siswa maka pada latihan inti juga tidak akan menyenangkan, Susanto et al. (2021: 164). Di setiap awal pembelajaran, pemanasan memberikan peranan penting untuk membawa siswa dan menanamkan kesan pertama kepada siswa tentang apa yang akan dilakukan pada inti pembelajaran. Oleh karena itu, dalam pembelajaran sepak bola, pemanasan memiliki peran yang sangat penting bagi siswa, sebelum masuk dalam kegiatan inti pembelajaran.

Untuk mengatasi permasalahan di atas maka peneliti menerapkan pembelajaran berdasarkan karakteristik Paikem Gembrot dalam yaitu pembelajaran yang menyenangkan yang diterapkan pada pelaksanaan

pemanasan dengan menggunakan model pemanasan dalam bentuk permainan, Tryadi (2021: 3). Pemanasan yang diberikan dengan model permainan akan lebih berkesan terhadap siswa, sehingga akan membuat peserta didik siap secara fisik dan mental.

Dalam jurnal KENOSIS Vol. 4 No. 2 Desember 2018, yang berjudul "Penerapan Teori Belajar Sosial Albert Bandura dalam Proses Belajar Mengajar di Sekolah" oleh Herly Janet Lesilolo, dijelaskan bahwa dalam teori belajar sosial Albert Bandura, individu memproses pengetahuan atau informasi yang diperoleh dari pengamatan model di lingkungan sekitar. Individu menyusun informasi tersebut dalam kode-kode tertentu melalui proses berulang, sehingga mereka dapat memberikan tanggapan yang tepat kapan saja. Proses belajar ini dianggap sangat efektif dalam meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan individu, karena melibatkan keseluruhan aktivitas manusia yang mempengaruhi interaksi antara organisme dengan lingkungan sosial dan fisik. Oleh karena itu, penting untuk menerapkan model pemanasan yang lebih inovatif dan menyenangkan agar dapat meningkatkan minat siswa pada pembelajaran sepak bola.

Beberapa penelitian sebelumnya telah meneliti efek pemanasan dalam bentuk permainan. Mudzakir (2020: 48) menemukan bahwa permainan olahraga tradisional memiliki pengaruh positif terhadap motivasi belajar siswa, Kurnia dan Septiana (2020: 90-99) menyimpulkan bahwa modifikasi pemanasan dalam bentuk permainan dapat meningkatkan minat siswa dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani, Jaenudin et al. (2018: 7) melaporkan hasil yang sangat signifikan dengan nilai p sebesar 0,00 dari uji T,

menunjukkan peningkatan rata-rata skor dari 37,6 sebelum perlakuan menjadi 45,2 setelah perlakuan. Penelitian ini mengindikasikan bahwa modifikasi permainan bola kasti sangat efektif untuk meningkatkan kerjasama siswa di sekolah dasar. Temuan-temuan ini menegaskan bahwa pemanasan dengan model permainan lebih menyenangkan dan menarik dibandingkan pemanasan yang dilakukan dengan berlari keliling lapangan.

Penelitian-penelitian tersebut di atas, umumnya menggunakan pendekatan kuantitatif untuk mengukur efek pemanasan terhadap motivasi atau kerjasama siswa, namun dalam penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan kualitatif yang bertujuan untuk meninjau secara mendalam dampak pemanasan dalam bentuk permainan terhadap minat siswa dalam pembelajaran sepak bola.

Berdasarkan pemaparan yang telah diuraikan di atas, maka peneliti ingin menganalisis permasalahan tersebut dengan melakukan penelitian dengan judul **Tinjauan Model Pemanasan Berbasis Permainan Terhadap Minat Siswa Pada Pembelajaran Sepak Bola di Kelas VIII SMPN 11 Kupang**, yang di harapkan mampu membawa perubahan dalam pembelajaran penjas yang lebih efektif lagi.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, diuraikan identifikasi masalah yang berkaitan dengan penelitian ini, sebagai berikut :

1. Kurangnya minat siswa dalam pembelajaran sepak bola
2. Rutinitas pemanasan yang membosankan
3. Belum diketahui model pemanasan berbasis permainan terhadap minat

siswa

4. Belum ada tinjauan tentang model pemanasan berbasis permainan di SMPN 11 Kupang

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka penulis dapat membatasi masalah dalam penelitian ini adalah Tinjauan Model Pemanasan Berbasis Permainan Terhadap Minat Siswa Pada Pembelajaran Sepak Bola di kelas VIII SMPN 11 Kupang.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Bagaimana Model Pemanasan Berbasis Permainan Terhadap Minat Siswa Pada Pembelajaran Sepak Bola di kelas VIII SMPN 11 Kupang?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Model Pemanasan Berbasis Permainan Terhadap Minat Siswa Pada Pembelajaran Sepak Bola di kelas VIII SMPN 11 Kupang.

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan yang hendak dicapai, maka penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat dalam pendidikan baik secara langsung maupun tidak langsung. Adapun manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis manfaat penelitian ini adalah untuk meningkatkan wawasan keilmuan tentang Model Pemanasan Berbasis Permainan Pada Pembelajaran Sepak Bola. Selanjutnya hasil penelitian ini dapat dijadikan rujukan bagi pengembangan keilmuan oleh guru-guru PJOK dalam sebuah proses pembelajaran, sehingga pembelajaran lebih bermakna, menarik dan menyenangkan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi siswa

Sebagai acuan dalam mendorong siswa untuk berperan aktif dalam proses pembelajaran dan yang terpenting adalah meningkatkan keterampilan siswa serta dapat meningkatkan minat siswa dalam pembelajaran sehingga berdampak baik dengan hasil belajar.

b. Bagi guru

Dapat dijadikan sumber informasi dalam kegiatan belajar mengajar meningkatkan kemampuan guru dalam menerapkan pemanasan dalam bentuk permainan serta dapat meningkatkan kualitas proses pembelajaran.

c. Bagi sekolah

Sebagai salah satu alternatif dalam mengambil keputusan yang tepat dalam peningkat kualitas pengajaran serta sebagai bahan masuk untuk meningkatkan efektifitas dan efisinsi pengolahan pendidikan dalam penerapan inovasi pembelajaran sebagai upaya

meningkatkan kualitas pendidikan dan kualitas guru.

d. Bagi peneliti

Sebagai acuan dalam melaksanakan proses belajar mengajar pada pembelajaran mendatang serta meningkatkan pemahaman terhadap pentingnya pemanasan yang menyenangkan dalam membantu siswa untuk siap dalam mengikuti pembelajaran.