

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Pada masa sekarang ini masih sering timbul keraguan berbagai kalangan terhadap peran dan fungsi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak didik di Sekolah Dasar (SD), baik secara langsung maupun tidak langsung.

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan adalah merupakan bagian integral dari pendidikan keseluruhan yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani. Olahraga dan kesehatan terpilih yang dilaksanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional (Wawan Sutrisna, 2008:1).

Bahkan menurut Khamsim (2000:1) Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan selain menjadi bagian integral dari proses pendidikan secara keseluruhan, mata pelajaran ini juga mempunyai peran unik dibandingkan dengan mata pelajaran yang lainnya. Karena selain dapat digunakan untuk pengembangan aspek fisik dan psikomotor, juga ikut berperan dalam pengembangan aspek kognitif dan afektif secara serasi dan seimbang.

Dalam proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, guru memegang peran dalam terlaksananya proses pembelajaran. Guru

harus memperhatikan banyak hal yang berkenaan dengan siswa dalam hal pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan seperti aspek pertumbuhan dan perkembangan anak, dan karakteristik psikologi anak.

Untuk memahami hubungan timbal balik antara Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan dengan pertumbuhan dan perkembangan anak didik, terdapat dua asumsi yang dilaksanakan, yaitu; Pertama: Salah satu tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan mengarahkan anak didik pada pertumbuhan dan perkembangan anak yang harmonis, melalui aktivitas gerak yang mempunyai sentuhan didaktik dan metodik dari guru mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Anak didik diarahkan pada pertumbuhan dan perkembangan yang selaras, seimbang dan harmonis. Oleh sebab itu, guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan berusaha untuk mengaktualisasikan program pengajaran yang sesuai dengan pertumbuhan dan perkembangan anak didik. Kedua: Pertumbuhan dan perkembangan anak didik menjadi materi pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di sekolah dasar. Dalam proses pembelajarannya, perkembangan gerak menjadi acuan dalam penembangan program pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Dengan aktifitas gerak pilihan sesuai dengan karakteristik pertumbuhan dan perkembangan gerak, diharapkan dapat mengantarkan mereka pada pertumbuhan dan perkembangan yang harmonis.

Untuk mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, guru pendidikan jasmani selalu berusaha menyajikan pembelajaran dengan baik, dengan melakukan pengembangan program pendidikan jasmani, olahraga dan

kesehatan sesuai dengan kurikulum dan melaksanakan pembelajaran berdasarkan rencana pembelajaran. Walaupun sarana dan prasarana sekolah tidak begitu menunjang pelaksanaan pembelajaran pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan tetap dilaksanakan sesuai dengan gerakan dengan melihat kondisi lapangan yang ada. Dimana lapangan tersebut hanya cukup untuk lapangan bola voli.

Tercantum dalam Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP), aktivitas senam merupakan bagian dari ruang lingkup materi program Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan di sekolah dasar, tetapi guru penjas yang ada di SDN No. 96 Sipatana lebih memilih olahraga permainan bola besar/kecil sebagai media dalam pelaksanaan pembelajaran dibandingkan dengan aktivitas senam.

Hal ini di sebabkan karena ; (1) tidak memiliki CD senam aerobik, (2) tidak ada instruktur/ orang yang ahli dalam senam aerobik..

Oleh sebab itu, guru Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan yang ada di SDN No. 96 Sipatana lebih memilih mengajarkan olahraga permainan bola besar/ kecil. Tentunya hal itu memberikan dampak negatif bagi siswa seperti: (1) siswa kurang mengenal aktivitas senam aerobik, (2) siswa tidak dapat mengembangkan kemampuan koordinasi atau kemampuan menggunakan dua atau lebih anggota tubuh pada saat yang bersamaan, seperti mata, telinga, tangan, kaki dan ((3) siswa tidak tau apa manfaat dari aktivitas senam.

Mengingat senam ini akan berlanjut sampai kejenjang perguruan tinggi maka dari itu aktivitas senam perlu diajarkan di sekolah dasar walaupun hanya gerakan-gerakan dasar saja yang akan diajarkan agar pada jenjang pendidikan

selanjutnya siswa tidak akan merasa asing lagi dengan aktivitas senam. Berdasarkan uraian di atas, maka solusi yang tepat untuk diajukan melalui penelitian ini adalah pengembangan senam aerobik yang disusun secara sederhana yang dapat membantu guru dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.

### **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah di uraikan sebelumnya, maka dalam penelitian akan dikembangkan senam aerobik ini sebagai media pembelajaran melalui media penelitian dan pengembangan dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, sehingga rumusan masalah yang akan diangkat dalam penelitian ini di tetapkan sebagai berikut:

“Bagaimanakah bentuk aktivitas senam aerobik untuk Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan siswa kelas IV, V dan VI SDN. NO 96 Sipatana?”

### **1.3 Tujuan Pengembangan**

Mengacu permasalahan diatas, maka tujuan yang ingin dicapai dari pengembangan ini adalah untuk menghasilkan produk pengembangan olahraga senam aerobik sebagai media pembelajaran, sehingga membantu terlaksananya pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.

### **1.4 Spesifikasi Produk yang Diharapkan**

Produk yang diharapkan untuk dihasilkan melalui penelitian pengembangan ini adalah olahraga senam aerobik sebagai media pembelajaran.

### **1.5 Pentingnya Pengembangan**

Pengembangan ini adalah untuk memperoleh pengalaman yang nyata dan sebagai sarana untuk mengembangkan dan menerapkan ilmu pengetahuan khususnya yang berhubungan dengan kesegaran jasmani. Maka dari itu pengembangan media pembelajaran ini diharapkan akan dapat membantu terlaksananya pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, dengan menggunakan media pembelajaran yang sesuai dengan pertumbuhan dan perkembangan siswa kelas IV, V dan VI.

### **1.6 Asumsi Pengembangan**

Asumsi yang dijadikan pijakan dalam pengembangan ini, bahwa senam aerobik dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan dapat menunjang jalannya proses pembelajaran, selama guru tersebut mengajarkan senam aerobik pada siswa dan tidak perlu lagi mencari-cari instruktur senam/orang yang ahli dalam senam aerobik.