

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan secara umum di artikan sebagai suatu proses yang sangat berperan penting dalam upaya peningkatan sumber daya manusia yang berkualitas. Disadari atau tidak, sejak lahir hingga sekarang ini manusia terus dididik dan dibina agar mendapat tempat terbaik dikemudian hari serta berguna bagi dirinya, masyarakat di lingkungannya, maupun bagi bangsa dan negaranya.

Sebagaimana yang tertera pada Pasal 1 angka 1 Undang - Undang No 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pembelajaran Nasional yang berbunyi Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran secara aktif, dalam pendidikan ini ada proses belajar mengajar yang di lakukan oleh guru dan siswa supaya peserta didik nantinya sanggup belajar secara aktif untuk meningkatkan kemampuan dirinya. Pengembangan kemampuan tersebut diperuntukan supaya peserta didik mempunyai kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, karakter, kecerdasan, akhlak mulia dan bermacam-macam keahlian yang nantinya dibutuhkan baik untuk dirinya, masyarakat bangsa ataupun negara, .(Ayu Wilatikta, 2020.)

Pendidikan sebagai salah satu program pendidikan yang tertulis dalam kurikulum pendidikan nasional, yaitu dalam upaya meningkatkan sumber daya manusia yang berkualitas. (Citra Beauty et al., 2020) mengungkapkan bahwa Pendidikan menjadi kebutuhan yang sangat mendasar bagi setiap manusia demi menjamin keberlangsungan hidup dimasa sekarang maupun masa yang akan datang, hal ini berarti bahwa pendidikan dapat memenuhi kebutuhan dasar setiap peserta didik yang melaksanakan proses pembelajaran.

Terdapat 3 pendidikan yang orang tua bagikan untuk anaknya, yaitu pendidikan formal, non formal, serta informal. Contoh Pendidikan formal seperti sekolah- sekolah universal dari sekolah dasar, menengah, hingga perguruan tinggi. Sebaliknya untuk non formal dibidang selaku bonus pengetahuan baik tentang agama semacam TPA(Talaman Pendidikan Al- Qur' an) maupun pembelajaran universal ataupun keahlian semacam kursus ataupun tutorial belajar. Sebaliknya

yang terakhir merupakan pembelajaran informal, pendidikan ini dimulai dari keluarga serta jalan pendidikannya sendiri ialah lingkungan di sekitarnya berupa aktivitas belajar secara mandiri yang dilakukan secara sadar dan tanggung jawab.

Pendidikan formal yang keluarga berikan untuk anaknya tidak seluruhnya seperti yang ada di sekolah dasar, sekolah menengah ataupun perguruan tinggi umum. Pembelajaran yang berlatar belakang agama Islam semacam pesantren pula bisadikatakan sebagai pendidikan formal. Pada dasarnya salah satu lembaga pendidikan di Indonesia yang bertabiat tradisional merupakan pesantren. Sistem bercorak keindonesiaan yang diberikan pada lembaga tersebut merupakan *altarbiyah al-islamiyah*, yang berikutnya membentuk sesuatu komunitas tertentu yang di namakan dengan “pesantren”

Kualitas pendidikan di Indonesia baik itu formal ataupun non formal ialah target dari tujuan pembelajaran. Untuk itu pembelajaran yang baik perlu dibesarkan serta ditingkatkan di seluruh Indonesia sehingga bisa mendukung aktivitas belajar siswa paling utama di sekolah- sekolah. Pembelajaran yang baik butuh diimbangi pula dengan pembangunan jasmani yang baik. Pembangunan jasmani lewat aktivitas olahraga butuh dikembangkan serta ditingkatkan demi terwujudnya sistem pendidikan jasmani yang baik serta pembinaan Negara seperti yang tertuang dalam Undang- Undang Republik Indonesia No 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional berikut: “ Bahwa pembinaan serta pengembangan keolahragaan nasional yang bisa menjamin pemerataan akses terhadap berolahraga, peningkatan kesehatan, dan manajemen keolahragaan yang sanggup menghadapi tantangan dan tuntutan pergantian kehidupan nasional serta global membutuhkan sistem keolahragaan nasional.”

Salah satu usaha untuk mengembangkan keolahragaan ialah melalui mata pelajaran pendidikan jasmani yang dilakukan di sekolah - sekolah, sebab mata pelajaran pendidikan jasmani ialah bagian integral dari pembelajaran yang bertujuan buat meningkatkan aspek kebugaran jasmani, keahlian gerak, kemampuan berpikir serta aspek perilaku dengan metode melaksanakan aktivitas jasmani. Penyajian aktifitas jasmani berbentuk berbagai berbagai wujud gerak yang bisa dicoba secara berulang- ulang. Dengan melaksanakan olahraga yang teratur dibutuhkan pula makanan yang bergizi demi tercapainya badan yang sehat serta fit,

sebab orang yang bugar hendak menggapai tingkatan kesehatan yang baik pula. Untuk itu kebugaran yang dimaksudkan merupakan kebugaran yang menuju pada kesehatan (Priyo Teguh Kusminta & Sapto Wibowo, 2015).

Pendidikan jasmani sebagai salah satu program pendidikan yang tercantum dalam kurikulum pendidikan nasional, yaitu dalam upaya meningkatkan sumber daya manusia yang berkualitas. (Imroatun, 2020) mengungkapkan pendidikan jasmani melalui aktivitas fisik (jasmani), tujuannya mencakup semua aspek perkembangan kependidikan, termasuk pertumbuhan mental, sosial siswa. Saat tubuh sedang ditingkatkan secara fisik, pikiran (mental) harus dibelajarkan dan dikembangkan, dan selain itu perlu pula berdampak pada perkembangan sosial, seperti belajar bekerjasama dengan siswa lain.

Pada dasarnya pendidikan jasmani merupakan aktivitas fisik dan cabang olahraga tertentu yang dilakukan melalui proses pembelajaran atau bimbingan guru dalam upaya mencapai tujuan pendidikan. Menurut (Saputra & Agus, 2021) Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan dalam memilih aktivitas fisik, permainan atau olahraga untuk mencapai tujuan pendidikan. Pendidikan jasmani sering kali diartikan sebagai olah raga. Dari perspektif pembangunan manusia terlihat jelas bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari pembangunan umat manusia secara keseluruhan

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari segala pendidikan serta mempunyai tujuan aspek kebugaraan jasmani, keahlian gerak kemampuan berfikir kritis, keahlian sosial, penalaran, stabilitas, emosional aksi moral, aspek pola hidup sehat yang di rencanakan secara sistematis dalam rangka menggapai tujuan pembelajaran (Fitron & Negeri, 2020)

Menurut (Abduljabar, 2011) pendidikan jasmani adalah sejumlah aktivitas jasmani manusiawi yang terpilih sehingga dilaksanakan untuk mendapatkan hasil yang diinginkan. ada 2 komponen yang berkaitan dengan kebugaran jasmani, meliputi: kebugaran jasmani yang berkaitan dengan kesehatan yaitu setiap orang perlu memiliki komponen kebugaran jasmani yang berhubungan dengan kesehatan dan mampu melakukan aktivitas sehari-hari dengan tenaga yang dibutuhkan oleh manusia tersebut. Komponen-komponen tersebut meliputi: kekuatan (strength),

Kelentukan (fleksibilitas), Komposisi tubuh (body composition), Daya tahan (endurance). (Arifandy et al., 2021)

Berdasarkan uraian tersebut, maka bisa dilihat jelas bahwa pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang menggunakan aktivitas jasmani melalui gerakan, permainan, dan kecabangan olahraga sebagai media untuk mengembangkan kemampuan dan potensi siswa agar berkembang secara keseluruhan, khususnya penekanan pada tiga domain kependidikan, yaitu: kognitif, afektif, dan psikomotor.

Salah satu tujuan utama dari pendidikan jasmani adalah mengarah pada penekanan aspek psikomotor, yaitu perbaikan kebugaran jasmani siswa. Hal ini dikarenakan kebugaran jasmani merupakan aspek penting dari domain psikomotorik, yang bertumpu pada perkembangan kemampuan biologis organ tubuh. Sebagaimana diungkapkan oleh (Mustafa & Dwiyo, 2020) bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan untuk mengembangkan kemampuan melalui gerak sehingga dapat mencapai kesehatan serta tujuan pendidikan yang diharapkan yaitu mencakup pengetahuan, keterampilan, dan sikap. Hal ini disebabkan karena pengembangan kebugaran jasmani merupakan tanggung jawab pendidikan jasmani, dan tidak ada yang lainnya dalam kurikulum.

Pendidikan jasmani di lingkungan sekolah dalam pelaksanaannya mempunyai tiga kegiatan, yaitu intrakurikuler, kokurikuler, dan ekstrakurikuler. Kegiatan intrakurikuler adalah kegiatan belajar mengajar yang dilakukan melalui tahap tatap muka yang alokasi waktunya telah ditentukan dengan struktur program yang bertujuan mencapai kemampuan minimal untuk bidang studi. Kegiatan kokurikuler adalah kegiatan yang dilakukan diluar jam pelajaran biasa yang bertujuan agar siswa lebih memahami dan menghayati apa yang dipelajari dalam kegiatan intrakurikuler. Sedangkan kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan belajar mengajar yang dilakukan di luar jam pelajaran tatap muka, dilaksanakan di sekolah maupun di luar sekolah untuk lebih memperluas atau kemampuan peningkatan dan penerapan nilai pengetahuan dan kemampuan yang telah dipelajari dari berbagai mata pelajaran.

Kebugaran jasmani di lingkungan sekolah butuh dibina guna tercapainya proses belajar mengajar yang maksimal, sebab penulis meyakini bahwa anak

didik yang memiliki kebugaran jasmani yang baik maka tugas belajarnya mampu dilaksanakan dengan baik pula. tidak hanya itu dengan kondisi kebugaran siswa yang baik , siswa akan dapat meningkatkan keterampilan fisik yang memungkinkan siswa mengikuti dalam berbagai kegiatan jasmani , serta dapat meningkatkan kebugaran fisik dan berfungsi normalnya system tubuh untuk hidup aktif siswa pada lingkungannya.

Sekolah adalah sebagai salah satu lembaga pendidikan yang mempunyai organisasi yang tersusun rapi. Seluruh kegiatannya direncanakan serta diatur dengan kurikulum tertentu. Buat menghadapi perkembangan zaman, sehingga kurikulum selalu diadakan pergantian, diperbaiki serta disempurnakan supaya apa yang diberikan sekolah terhadap anak didiknya bisa digunakan buat mengalami tantangan hidup di masa saat ini dan di masa yang akan datang, sehingga sekolah ialah tempat buat belajar supaya tujuan hidup serta cita- citanya bisa tercapai

Namun demikian, pertumbuhan area sosial yang begitu pesat menaikkan tantangan serta pengaruh yang besar untuk perkembangan pembelajaran di sekolah serta pembangunan individu anak, semacam meluasnya peredaran obat terlarang, narkotik, pergaulan leluasa, tawuran anak muda sehingga meningkatkan kekhawatiran pada orang tua dari kanak- kanak tersebut. Di tambah lagi dengan perkembangan teknologi yang sangat pesat seperti sekarang ini dan maraknya game online yang tanpa kita sadari kita telah terjebak dalam game – game online tersebut jika kita tau cara memanfaatkannya. Jika kita tidak bisa memanfaatkan dari pesatnya perkembangan zaman ini dengan baik dan benar akan menghantarkan mereka pada perilaku yang menyimpang dari agama dan mangakibatkan krisis moral pada anak bangsa terutama dibidang jasmaninya akan terhambat.

Dari perihal seperti itu sebagian pihak memandang perlunya sesuatu pendidikan yang mana didalamnya tidak cuma mengajarkam pengetahuan-pengetahuan umum pada anak yang cuma bersifat universal, namun pula pengetahuan keagamaan yang dapat memperbaiki akhlak serta bisa dijadikan panduan buat menempuh kehidupan yang lebih tertata serta tidak menyimpang dari ajaran sang kholik. Ini berarti ada penyeimbang antara pengetahuan umum serta agama. Untuk itu, pendidikan yang memadukan sekolah serta pesantren dipandang sebagai salah satu pemecahan baik untuk orang tua serta anak dalam menangani

tantangan pertumbuhan era saat ini serta untuk menggapai keunggulan, baik pada aspek akademik, nonakademik, ataupun individu yang kokoh dan kuat.

Salah satu lembaga pendidikan yang menjalankan sistem pendidikan terpadu (sekolah dan pesantren) adalah Madrasah Tsanawiyah Islam Rahmatullah dan nama pondok yang jadi satu dengan lembaga tersebut adalah Pondok Pesantren Rahmatullah yang beralamat di jalan PGA no 17 A Desa Tulungagung Kecamatan Baureno Kabupaten Bojonegoro, di lembaga pendidikan ini melaksanakan program Pendidikan yang memadukan pendidikan sekolah umum dengan sistem pondok pesantren, dengan jenjang Pendidikan yang bertahap mulai dari Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD), Taman Kanak-Kanak (TK), Madrasah Ibtidaiyah (MI), Madrasah Tsanawiyah (MTs), Madrasah Aliyah (MA), dan Pondok Pesantren (Ponpes.) Kurikulum yang digunakan pun adalah perpaduan antara Kurikulum Pesantren dan Kurikulum Pendidikan Nasional, termasuk di dalamnya adalah mata pelajaran Pendidikan Jasmani.

Kehadiran Lembaga Pendidikan yang berbasis Pondok Pesantren membawa pesan-pesan dakwah Islamiyah dengan tujuan untuk mencetak kader ulama yang faham agama, memiliki kecerdasan pengetahuan dan yang mampu berdiri sendiri tanpa mengandalkan orang lain (Hakim & Herlina, 2018) akan tetapi tidak menutup kemungkinan sekolah umum juga berpotensi memiliki faham agama yang baik.

Kelebihan dan kekurangan dari sekolah umum dengan sekolah yang didalamnya ada pondok pesantren, dari segi pergaulan, pembelajaran, dan kebiasaan sehari-hari. Adapun kekurangan model pendidikan karakter dari sekolah umum yaitu kurangnya sikap kedewasaan dalam pergaulan masa kini yang mana dapat merusak masa depan remaja sehingga terciptanya kenakalan remaja yang tidak patut dicontoh bagi umat manusia yang lain, seperti tawuran, pembullyan, pemerkosaan, pacaran, dan sebagainya. sedangkan model pendidikan karakter di sekolah yang didalamnya ada pondok pesantren, umpama mengisi waktu kosong dengan belajar, mengaji, memisahkan laki-laki dan perempuan saat kegiatan apapun termasuk sekolah dan menerapkan sikap-sikap positif yang mana dipelajari dalam kitab-kitab yang diajarkan, karena santri tahu hukum bagaimana mereka bersikap seharusnya dan tidak seharusnya sehingga membuat remaja masa kini terhindar dari sikap dan pemikiran negatif terhadap kenakalan remaja meski jauh

dari orang tua, itu adalah salah satu keunggulan dari sekolah yang didalamnya ada pondok pesantren.

Melihat konsep kurikulum terpadu yang kompleks dan sarat dengan perubahan serta akumulasi dari berbagai sisi, sehingga proses pendidikan pada lembaga Pendidikan yang berbasis pondok pesantren membutuhkan waktu yang relatif lebih lama dibanding waktu sekolah umumnya. Tidak hanya itu, konsekuensi dari model Pendidikan yang berbasis pondok pesantren ini adalah seluruh waktu siswa dalam beraktifitas dihabiskan di pondok (asrama) serta sekolah, sehingga boleh jadi rasa jenuh serta kebosanan hendak senantiasa membayang- bayangi siswa selama berada di pondok ataupun sekolah tersebut.

Ditengah mungkin timbulnya kejenuhan serta kebosanan pada diri siswa pada lembaga tersebut, timbul sesuatu kekhawatiran terhadap kebugaran jasmani siswa- siswi yang terletak pada kawasan tersebut. Guna menanggapi kekhawatiran tersebut, Pengurus Pondok Pesantren Pesantren Rahmatullah kemudian menyediakan sarana dan prasarana untuk menunjang kebugaran jasmani siswa-siswinya. Dan memberikan waktu satu hari dalam seminggu untuk olahraga, olahraga yang biasanya dilakukan seperti sepakbola, bola voly dan pencak silat agar siswa – siswinya tidak jenuh dan yang terpenting agar kebugaran jasmaninya selalu terjaga.

Pada umumnya kebugaran jasmani dipengaruhi oleh 2 aspek utama, ialah aspek internal serta faktor eksternal. Yang diartikan aspek internal merupakan sesuatu yang telah ada dalam badan seorang yang bersifat menetap dalam menempuh kehidupan, manusia dituntut buat bekerja keras demi mempertahankan hidupnya. Tetapi buat menggapai kebugaran tersebut bukanlah mudah. dilihat dari seberapa aktif atau tidaknya siswa tersebut dalam aktivitas kesehariannya. Secara teori, seseorang yang hidup sehari-harinya lebih aktif akan memiliki tingkat kebugaran jasmani yang lebih baik dibandingkan dengan mereka yang sehari-harinya kurang aktif.

Namun kemudian muncul sebuah pertanyaan, dengan kultur pendidikan yang berbeda serta ditunjang sarana dan prasarana yang tersedia, apakah tingkat kebugaran jasmani siswa di MTs pada lembaga pendidikan berbasis pondok pesantren tersebut akan lebih baik dibandingkan siswa MTs yang regular lainnya?

Berdasarkan latar belakang diatas, penulis merasa tertarik untuk meneliti lebih lanjut perihal perbandingan tingkat kebugaran jasmani siswa MTs yang berada di lingkup pondok pesantren dengan siswa di sekolah Formal lainnya. Penelitian ini akan menggunakan metode penelitian *comparative research* pada pokok pembahasan tingkat kebugaran jasmani pada Lembaga Pendidikan yang berada di pondok pesantren rahmatullah dan lembaga pendidikan regular lain pada semester genap tahun pelajaran 2021/2022.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian tersebut diatas, maka penulis dapat dirumuskan permasalahan dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat perbedaan tingkat kebugaran jasmani antara siswa MTs Islamiyah Tulungagung Yang berada dilingkungan pondok pesantren dengan siswa MTs Al – Falah Gajah Formal?”

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang hendak dicapai penulis dalam penelitian ini adalah “Untuk mengidentifikasi perbedaan tingkat terdapat perbedaan tingkat kebugaran jasmani antara siswa MTs Islamiyah Tulungagung yang berada dilingkungan pondok pesantren dengan siswa MTs Al - Falah Gajah Kec. Baureno Kab. Bojonegoro”.

1.4 Manfaat Penelitian

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat menambah pemahaman dan keilmuan dalam bidang pendidikan jasmani dan olahraga. Adapun manfaat praktis dari penelitian ini sebagai berikut:

- 1.4.1 Sebagai gambaran bagi guru pendidikan jasmani dalam proses pembelajaran di sekolah terkait dengan upaya peningkatan kebugaran jasmani siswa baik yang bermukim ataupun yang tidak.
- 1.4.2 Sebagai Masukan bagi lembaga - lembaga pendidikan agar lebih memperhatikan dan meningkatkan kualitas pembelajaran, khususnya pada mata pelajaran pendidikan jasmani.

- 1.4.3 Sebagai bahan pertimbangan bagi guru pendidikan jasmani agar lebih memperhatikan kebugaran jasmani siswa, sehingga kemampuan dan potensi siswa dapat berkembang secara utuh dan menyeluruh.
- 1.4.4 Sebagai bahan pertimbangan bagi pengurus pondok agar lebih memperhatikan kebugaran jasmani santri yang bermukim, sehingga kemampuan dan potensi santri dapat berkembang secara utuh dan menyeluruh terutama di jasmaninya.

1.5 Batasan Masalah

Secara konseptual penelitian ini akan menelaah dua unsur yang terjadi dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani pada lembaga pendidikan, yaitu unsur siswa dengan menelaah kebugaran jasmaninya dan unsur lembaga pendidikan dengan menelaah sistem pendidikan yang berbasis pondok pesantren dan pendidikan Formal. Secara hipotetik diduga ada keterkaitan antara kebugaran jasmani siswa dengan sistem pendidikan yang diterapkan pada sebuah lembaga pendidikan yang berbasis pondok pesantren dengan sistem pendidikan Formal.

Untuk menghindari terjadinya kesalah fahaman dan penafsiran yang terlampaui luas dalam menafsirkan dan mengartikan judul penelitian ini, maka penulis akan membatasi masalah yang berkaitan dengan judul penelitian ini sebagai berikut:

- a. Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Regular
- b. Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa pondok pesantren
- c. Siswa MTs yang berbasis pondok pesantren
- d. Siswa MTs Regular

1.6 Asumsi

Dalam kamus besar bahasa Indonesia asumsi didefinisikan sebagai suatu dugaan yang diterima sebagai dasar. Asumsi juga berarti landasan berpikir sebab sesuatu hal yang diasumsikan dianggap benar. Karena itu isi pernyataan yang diasumsikan tidak perlu diuji kebenarannya. Kemudian peneliti mengasumsikan penelitian ini sebagai berikut:

1.6.1 Dilihat dari kesehariannya peneliti mengasumsikan bahwa siswa pondok pesantren lebih baik tingkat kebugaran jasmaninya dibandingkan dengan siswa Formal karena siswa pondok pesantren sudah jelas jadwal kesehariannya dari bangun sampai tidur kembali meskipun kesehariannya cuma mengaji tidak cuma itu di pondok juga ada jadwal olahraga yang terjadwal selain disekolah anak pondok juga ada jadwal untuk olahraga seperti pengertian kebugaran jasmani dimana aktivitas sehari – hari seseorang tanpa mengalami kelelahan yang berarti sedangkan siswa reguler tidak ada jadwal yang pasti cuma jadwal sekolah saja yang berada di jadwal kesehariannya siswa yang berada di lembaga legular.

