

## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Pada saat ini, terdapat kecenderungan meningkatnya jumlah anak dan remaja yang kurang aktif secara fisik, melihat sekarang perkembangan era *digital* yang kian melesat dan menyebabkan permainan anak atau remaja yang tadinya aktif menggerakkan organ tubuh sekarang terbalik permainan itu terdapat di *gadget* yang menyebabkan kurangnya gerak tubuh. Maka kemungkinan besar kebugaran jasmani menurun disebabkan kurangnya gerak organ tubuh maka kemungkinan kesehatan juga menurun sehingga nikmatnya makan, minum, tidur, serta kemampuan bergerak, bekerja dan berfikir, akan berkurang atau hilang dengan terganggunya kesehatan. Oleh karena itu, senantiasa kita harus menjaga agar kebugaran jasmani baik. Menurut Tarigan (2009: 28-29), bahwa “Kebugaran jasmani adalah kesanggupan untuk melakukan kegiatan sehari-hari dengan semangat penuh kesadaran, yang dilakukan tanpa mengalami kelelahan yang berarti, serta dapat terhindar dari penyakit kurang gerak (*hypokenetic*) sehingga dapat menikmati kehidupan yang baik dan bersahaja.” Maka ketika kebugaran jasmani baik kesehatan pun terjaga sehingga melakukan aktifitas dengan penuh semangat kesadaran begitupun di jenjang pendidikan akan terasa manfaatnya terhadap konsentrasi otak yang mengatur kepada seluruh tubuh.

Adapun fungsi kebugaran jasmani menurut Dirjen Olahraga dan Pemuda (dalam Nur, 2016: 37) di bagi dua, yaitu fungsi umum dan fungsi khusus. Fungsi Umum yaitu untuk mengembangkan kekuatan, kemampuan

dan kesanggupan. Sedangkan, fungsi khusus terkait pada golongan yang berdasarkan pekerjaan, berdasarkan keadaan dan berdasarkan umur. Pada golongan berdasarkan umur ini ada keterkaitan dengan kebugaran jasmani anak-anak seperti merangsang perkembangan dan pertumbuhan.

Dalam perkembangan terdapat berbagai aspek seperti perkembangan kognitif, afektif dan psikomotor. Maka ketika kebugaran jasmani baik maka tingkat perkembangan baik misalkan pengetahuan dan pemahaman dalam pendidikan juga akan lebih optimal, begitupun dengan kesehatan akan baik pula seperti yang dikemukakan oleh Neiman (dalam Nur, 2016: 37) menjelaskan bahwa “elemen-elemen kebugaran jasmani yang dapat diukur terbagi menjadi dua kelompok, yaitu kebugaran yang berhubungan dengan kemampuan dan kebugaran yang berhubungan dengan kesehatan.” Pada penelitian Carison et al (2008) menunjukkan bahwa pendidikan jasmani tidak berdampak negatif terhadap prestasi akademik siswa, bahkan pada siswa perempuan terdapat peningkatan nilai matematika dan membaca pada siswa yang mendapat pendidikan jasmani yang lebih banyak. Hasil riset memperlihatkan bahwa ketika memiliki kebugaran jasmani baik maka terhadap prestasi belajar atau nilai akademik pun terjadi peningkatan, seperti yang dikemukakan pada penelitian (Podulka et al, 2006) Mekanisme bagaimana siswa dapat meningkatkan prestasi akademik sebagai hasil dari aktivitas fisik melalui pendidikan jasmani diantaranya adalah meningkatnya motivasi dan berkurangnya rasa bosan, yang pada akhirnya dapat meningkatkan rentang perhatian dan konsentrasi.

Penelitian (Caterino, 1999) dalam Blaydes (2001) menyimpulkan bahwa fokus mental dan tingkat konsentrasi siswa meningkat secara bermakna sesudah aktivitas fisik yang terstruktur. Beberapa Hasil riset penelitian yang terdapat bahwa tingkat kebugaran jasmani berperan pada fungsi kognitif khususnya di tingkat pendidikan sekolah dasar agar tercapainya tujuan pembelajaran yang optimal.

Dalam pendidikan juga khususnya di tingkat sekolah dasar terdapat kompetensi bahasa yang harus dimiliki oleh siswa yaitu keterampilan menyimak, berbicara, membaca, menulis serta kemampuan dalam berkomunikasi secara jelas dan santun. Kompetensi-kompetensi itu berkaitan dengan kecerdasan siswa dalam berbahasa yang disebut kecerdasan linguistik. Berdasarkan teori Gardner (2003: 23) kecerdasan linguistik merupakan salah satu unsur dari kecerdasan majemuk. Dalam kegiatan sehari-hari kecerdasan linguistik sangat berpengaruh karena berkaitan dengan bahasa atau alat komunikasi dalam kehidupan sehari-hari. Begitupun di tingkat satuan pendidikan sekolah dasar bahasa merupakan dasar yang harus dimiliki karena berkaitan dengan menyimak, menulis, membaca, menghafal dan berbahasa yang baik ketika berkomunikasi. Menurut Rochman (dalam Rahmawati 2016: 229) kecerdasan linguistik adalah kemampuan akal peserta didik untuk menggunakan kata-kata secara efektif, baik secara lisan maupun dalam bentuk tulisan. sehingga kecerdasan linguistik menjadi hal yang sangat penting khususnya di tingkat pendidikan dasar. Kecerdasan bahasa memiliki ciri kemampuan mengekspresikan pikiran secara verbal, mudah mengingat

nama atau sesuatu, dan mampu menulis dengan baik, dan biasanya anak tersebut banyak mengajukan pertanyaan dan senang berdiskusi, Wahyu (dalam Umaroh, 2013: 66). Peserta didik yang memiliki tingkat kecerdasan linguistik maka akan mampu mengingat atau menghafal dengan baik dengan konsentrasi yang baik pula karena kebugaran tubuh dan kesehatan sehingga memiliki semangat dalam pelaksanaan pembelajaran yang diharapkan.

Tingkat satuan pendidikan dasar khususnya Sekolah Dasar Negeri 2 Cimanggu dalam pendidikan jasmani belum pernah melakukan dan belum mengetahui gambaran umum tentang tingkat kebugaran jasmani peserta didik dan belum mengetahui juga gambaran umum tentang kecerdasan linguistik pada peserta didik sehingga kurangnya perhatian pada tingkat kebugaran jasmani maka peneliti tertarik dalam melakukan penelitian pada hubungan kebugaran jasmani dengan kecerdasan linguistik. Menurut Podulka (2006) kondisi aerobik tampaknya membantu fungsi memori, aktivitas fisik mempunyai pengaruh pada lobus frontalis, suatu area otak untuk konsentrasi mental dan perencanaan. Sehingga dalam penelitian ini dapat mengetahui pengukuran kebugaran jasmani dan kecerdasan linguistik. Sehingga seberapa besar korelasi kebugaran jasmani baik dengan kecerdasan linguistik dan seberapa besar korelasi kebugaran jasmani rendah dengan kecerdasan linguistik. Maka ini menjadi suatu bahan perhatian guru dalam memperhatikan tingkat kebugaran jasmani peserta didik supaya diperhatikan dalam kebugaran jasmani peserta didik agar membantu fungsi memori dalam

otak terhadap aktivitas belajar maupun tingkat kecerdasan peserta didik di SD Negeri 2 Cimanggu.

Pada penelitian kali ini peneliti akan meneliti korelasi tingkat kebugaran jasmani dan kecerdasan linguistik. Oleh karena itu peneliti memfokuskan terhadap antara hubungan kebugaran dan kecerdasan linguistik guna mengembangkan ilmu pengetahuan.

### **B. Identifikasi Masalah**

1. Peserta didik belum mempunyai gambaran umum tentang tingkat kebugaran jasmani.
2. Peserta didik belum mempunyai gambaran umum tentang kecerdasan linguistik.
3. Guru tidak pernah menerapkan atau mengukur tingkat kebugaran jasmani anak, sehingga kemungkinan besar menjadi menurunnya tingkat konsentrasi dan kecerdasan linguistik seperti menyimak, mengingat, membaca, menulis dan berkomunikasi karena manfaat ketika organ tubuh sering melakukan kegiatan yang meningkatkan kebugaran jasmani maka tingkat konsentrasi akan meningkat.
4. Belum ada penelitian yang mengkorelasikan tingkat kebugaran jasmani dan kecerdasan linguistik.

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, permasalahan yang harus diselesaikan antara lain melakukan tes kebugaran jasmani terhadap tingkat

kecerdasan linguistik anak. Pembatasan masalah pada penelitian ini, peneliti memfokuskan pada:

1. Pengetesan terhadap tingkat kebugaran jasmani dengan melakukan pengukuran tingkat kebugaran menggunakan *beep test*.
2. Tes kebugaran jasmani hanya dilakukan pada daya tahan dengan menggunakan *beep test*.
3. Tes menggunakan kuesioner atau angket yang didalamnya meliputi aspek membaca, menulis, menyimak dan berbicara setelah melihat hasil baik dan hasil rendah dari tingkat kebugaran jasmani menggunakan *beep test* peserta didik.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana gambaran tingkat kebugaran jasmani pada siswa kelas tinggi di SD Negeri 2 Cimanggu?
2. Bagaimana gambaran kecerdasan linguistik pada siswa kelas tinggi di SD Negeri 2 Cimanggu?
3. Seberapa besar korelasi tingkat kebugaran jasmani dengan kecerdasan linguistik pada siswa kelas tinggi di SD Negeri 2 Cimanggu?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui:

1. Gambaran umum tingkat kebugaran jasmani pada siswa kelas tinggi di SD Negeri 2 Cimanggu.
2. Gambaran umum kecerdasan linguistik pada siswa kelas tinggi di SD Negeri 2 Cimanggu.
3. Seberapa besar korelasi tingkat kebugaran jasmani dengan kecerdasan linguistik pada siswa kelas tinggi di SD Negeri 2 Cimanggu

#### **F. Manfaat Penelitian**

1. Bagi Peneliti

Bagi peneliti dengan diadakannya penelitian ini maka manfaat yang didiapat bertambahnya wawasan ilmu pengetahuan mengenai korelasi tingkat kebugaran jasmani dan kecerdasan linguistik peserta didik.

2. Bagi Peserta Didik

Bagi Peserta didik dengan diadakannya penelitian ini diharapkan lebih aktif dalam menjaga kebugaran jasmani supaya ketika jasmani sehat maka tingkat konsentrasi lebih baik sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan maksimal.

3. Bagi Guru

Bagi guru dengan diadakannya penelitian ini diharapkan menjadi suatu bahan yang harus diperhatikan guru dalam tingkat kebugaran jasmani peserta didik supaya lebih diperhatikan dalam kebugaran jasmani peserta didik agar membantu fungsi memori dalam otak terhadap aktivitas

belajar maupun tingkat kecerdasan peserta didik dalam upaya peningkatan konsentrasi supaya tujuan pembelajaran tercapai dengan maksimal.

#### 4. Bagi Institusi/Lembaga

Melalui penelitian ini institusi pendidikan dapat menerapkan cara menjaga kebugaran jasmani peserta didik dan menjadi referensi dalam mengetahui korelasi tingkat kebugaran jasmani peserta didik dan kecerdasan linguistik, dan diharapkan dikembangkan lagi guna meningkatkan kecerdasan agar tujuan pembelajaran lebih optimal.

