

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Olahraga merupakan salah satu kebutuhan manusia. Pada zaman modern saat ini manusia tidak dapat dipisahkan dalam dunia olahraga, dari berbagai kalangan dini hingga lanjut usia pun banyak yang menyukai olahraga. Terkait itu kegiatan olahraga tidak bisa dipisahkan baik sebagai salah satu pekerjaan khusus, tontonan, mata pencaharian, rekreasi maupun Kesehatan. Kata olahraga sendiri menurut sejarah berasal dari Bahasa latin pada abad pertengahan “disportate” yang berarti bersenang-senang. Lalu ditemukan kembali dalam Bahasa Prancis kuno “desport” yang artinya pun sama yaitu bersenang-senang, berfoya-foya, atau menghabiskan waktu.

Disadari juga bahwa olahraga sangat penting untuk kesehatan tubuh menurut Subekti, Mulyadi, Mulyana & Priyana (2021) Olahraga merupakan salah satu aspek penting dalam membentuk tubuh yang sehat dan bugar (hlm. 18). Sehingga olahraga juga masuk kedalam mata pelajaran wajib yang ada di setiap sekolah, yang dilakukan dalam satu minggu sekali. Namun untuk mendapatkan tubuh yang sehat dan juga bugar melakukan kegiatan olahraga satu kali dalam seminggu tidak dapat memenuhi kebutuhan tubuh sesuai dengan pendapat Pane (2015) yang menyatakan bahwa untuk tetap sehat dan bugar, seseorang harus melakukan olahraga rutin yang dilakukan setidaknya 3 kali dalam seminggu (hlm. 3). Dalam upaya meningkatkan kesehatan dan juga kebugaran jasmani siswa tidak dapat terlepas dari aktivitas fisik olahraga.

Untuk melakukan aktivitas fisik tersebut diperlukan motivasi supaya pada saat melakukan aktivitasnya siswa melakukan dengan keadaan sadar juga tidak dalam paksaan motivasi ini sangat penting bagi seseorang untuk melakukan kegiatan aktivitas fisik supaya hasil dari aktivitas tersebut dapat mencapai tujuan yang diinginkan. Motivasi memiliki kedudukan yang penting dalam mencapai tujuan pembelajaran, munculnya motivasi tidak tiba-tiba datang dari siswa sendiri tetapi guru juga harus rela mengorbankan dirinya untuk memotivasi belajar siswa agar

lebih baik. Menurut Candra (2020) Motivasi olahraga diartikan keseluruhan daya penggerak (motif-motif) di dalam diri individu yang menimbulkan daya berolahraga, menjamin kelangsungan latihan dan memberi arahan pada kegiatan latihan untuk mencapai tujuan yang dikehendaki (hlm. 3). Dari pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa motivasi olahraga merupakan hal penting dalam mendorong seseorang untuk melakukan aktivitas olahraga dan konsisten dalam melakukan latihan sehingga nantinya akan membantu mencapai tujuan yang mereka inginkan.

Setelah saya melakukan observasi langsung kelapangan saya melihat siswa siswi lebih banyak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler non olahraga seperti teater, seni musik, dan lainnya padahal di sekolah juga disediakan kegiatan ekstrakurikuler olahraga yang telah di fasilitasi beberapa kegiatan yang sangat seru. Bahkan kegiatan ekstrakurikuler olahraga yang diselenggarakan di SMAN 5 Tasikmalaya merupakan kegiatan yang sudah mempunyai program dengan kebutuhan yang diinginkan, diadakannya kegiatan ekstrakurikuler olahraga karena pada masa ini siswa mudah terpengaruh dengan hal-hal yang positif maupun negatif. Dengan demikian sekolah mengarahkan waktu luang siswa dengan kegiatan yang positif, salah satu upayanya dengan mengadakan kegiatan ekstrakurikuler olahraga. Ekstrakurikuler merupakan kegiatan tambahan diluar jam pelajaran yang dapat dilakukan di sekolah maupun di luar sekolah yang bertujuan untuk menambah wawasan, pengetahuan, dan keterampilan serta membentuk karakteristik siswa sesuai minat dan bakat yang dimilikinya. Ekstrakurikuler itu sendiri dapat berbentuk kegiatan pada seni, olahraga, dan ilmu pengetahuan. Menurut Parkay (dalam Putri, Tom & Sandy, 2020) Ekstrakurikuler merupakan kurikulum yang mencakup berbagai aktivitas yang disponsori oleh sekolah, antara lain musik, drama, klub hobi, olahraga, organisasi siswa, dan *honor societies* yang siswa biasa kerjakan selain pembelajaran di bidang akademik (hlm. 34). Ekstrakurikuler yang ada di SMAN 5 Tasikmalaya terbagi menjadi dua yakni ada ekstrakurikuler olahraga dan ekstrakurikuler non olahraga. Salah satu Ekstrakurikuler olahraga yang ada adalah futsal, Bulutangkis, Bola Voli, Taekwondo, Bola Basket.

Pak Ilham juga mengungkapkan alasan beberapa siswa yang masih bertahan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga juga ada yang hanya ingin bertahan karena menjaga kebugarannya saja dengan cara mengikuti ekstrakurikuler yang di minatnya, namun ada beberapa siswa juga yang mengikuti ekstrakurikuler dengan bersungguh-sungguh karena ingin meraih prestasi sehingga memiliki motivasi lebih dalam melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler olahraga dibandingkan dengan siswa yang hanya ingin bertahan karena kebugarannya saja. Hal ini dikarenakan banyak siswa merasa telah jenuh dan pikirannya sudah terlalu lelah akibat mengikuti proses pembelajaran dikelas, sehingga pada saat kegiatan ekstrakurikuler tiba sebagian siswa merasa antusias dan senang untuk mengikuti kegiatan tersebut. Ada beberapa faktor motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler antara lain karena hobinya siswa itu sendiri seperti mengikuti bulutangkis, futsal, voli, taekwondo dan sebagainya yang tentunya menyenangkan tanpa menguras banyak pikiran. Ada juga siswa yang ingin mempertahankan kebugarannya dan melupakan kejenuhannya sejenak di lapangan.

Berdasarkan uraian diatas tentu saja menguatkan fakta dilapangan bahwa masih banyak ditemukan adanya siswa yang belum mengoptimalkan kegiatan ekstrakurikuler dengan baik. Maka diperlukannya motivasi sehingga siswa berminat mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga. Maka peneliti bermaksud untuk melakukan pengoptimalan sekolah khususnya dalam bidang ekstrakurikuler olahraga di SMAN 5 Kota Tasikmalaya.

Dari uraian latar belakang di atas peneliti ingin mengetahui seberapa besar motivasi siswa SMAN 5 Tasikmalaya dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga. Sehingga peneliti memilih judul “Motivasi Peserta Ekstrakurikuler Olahraga di SMAN 5 Kota Tasikmalaya”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, penulis merumuskan masalah umum tersebut ke dalam bentuk pertanyaan “Seberapa besar tingkat motivasi peserta ekstrakurikuler olahraga di SMAN 5 Tasikmalaya?”.

### 1.3 Definisi Operasional

Untuk menghindari kesalahan dalam pengertian terhadap istilah yang digunakan, maka perlu adanya penjelasan batasan istilah yang digunakan dalam penelitian ini, adapun istilah-istilah tersebut sebagai berikut :

#### 1) Olahraga

Menurut Mutohir (dalam Khairuddin, 2017) olahraga adalah proses sistematis yang berupa segala kegiatan atau usaha yang dapat mendorong mengembangkan, dan membina potensi-potensi jasmaniah dan rohaniah seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat berupa permainan, pertandingan, dan prestasi puncak dalam pembentukan manusia yang memiliki ideologi yang seutuhnya dan berkualitas berdasarkan Dasar Negara atau Pancasila (hlm. 14).

#### 2) Motivasi

Menurut Donal (dalam Lantanida, 2017) “Motivasi adalah suatu perubahan energi dalam pribadi seseorang yang ditandai dengan timbulnya afektif (perasaan) dan reaksi untuk mencapai tujuan. Dengan demikian munculnya motivasi ditandai dengan adanya perubahan energi dalam diri seseorang dapat disadari atau tidak” (hlm. 175).

#### 3) Ekstrakurikuler

Menurut Parkay (dalam W. Putri et al., 2020) “Ekstrakurikuler merupakan kurikulum yang mencakup berbagai aktivitas yang disponsori oleh sekolah. Antara lain musik, drama, klub hobi, olahraga, organisasi siswa, dan *honor societies* yang siswa biasa kerjakan selain pembelajaran di bidang akademik” (hlm. 34).

### 1.4 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini adalah “Untuk mengetahui seberapa besar tingkat Motivasi Peserta Ekstrakurikuler Olahraga di SMA Negeri 5 Kota Tasikmalaya”.

### 1.5 Kegunaan Penelitian

Manfaat penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat secara teoretis dan praktis sebagai berikut:

### 1) Manfaat Teoretis

- 1) Menjadi bahan acuan dan pengembangan bagi para mahasiswa dalam melaksanakan penelitian selanjutnya.
- 2) Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumbangan pemikiran dalam pengembangan ilmu pengetahuan khususnya Motivasi Ekstrakurikuler.
- 3) Dapat dipakai sebagai pembelajaran, bahan bacaan, dan referensi bagi peneliti di masa yang akan datang.

### 2) Manfaat Praktis

- 1) Bagi mahasiswa hasil penelitian ini dapat memberikan wawasan tentang pentingnya motivasi belajar terhadap matakuliah.
- 2) Bagi guru ini diharapkan dapat menjadi masukan dalam proses belajar mengajar kaitannya dengan motivasi belajar siswa terhadap pelajaran, supaya dapat banyak memotivasi siswa yang meminati ekstrakurikuler dilihat dari segi kesehatan.