

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang mencapai perubahan holistik dalam bentuk fisik, mental, dan emosional melalui aktivitas fisik. Sebagai mata pelajaran, PJOK mempromosikan pertumbuhan fisik, perkembangan psikologis, keterampilan motorik, pengetahuan dan pemikiran, apresiasi (sikap mental, emosional, olahraga, spiritual dan sosial) dan pembiasaan gaya hidup sehat. Oleh karena itu, diperlukan keterampilan yang harus dimiliki siswa sebagai ukuran keberhasilan (Muhajir & Santosa, 2016).

Kompetensi PJOK di sekolah harus dicapai oleh siswa, namun bila diterapkan melalui pembelajaran jarak jauh dan pembelajaran daring, pembelajaran PJOK lebih bersifat teori daripada praktik dan dapat mempengaruhi pencapaian kompetensi pembelajaran (Jayul & Irwanto, 2020a). Kini, pandemi COVID-19 mengubah cara kita belajar untuk mencapai kompetensi dan hasil belajar (Simbolon dkk., 2021).

COVID-19 telah mengubah cara hidup orang di seluruh dunia, termasuk bagaimana pembelajaran jarak jauh harus dilakukan. Hal ini menjadi kendala utama bagi sekolah yang berlokasi jauh dari kota dengan keterbatasan akses internet dan kurangnya infrastruktur pendukung (Supriady, 2021). Covid-19 telah membuat proses belajar mengajar tidak optimal karena keterbatasan sarana dan prasarana pendukung, gangguan penilaian dan kemampuan sekolah untuk membatalkan atau menilai ujian. Keterbatasan sinyal juga menjadi salah satu kendala yang dapat menghambat proses belajar mengajar. Akibatnya, siswa tertinggal dalam kesempatan belajar dan penyerahan tugas (Aji, 2020; Siahaan, 2020). Oleh karena itu, diperlukan metode pembelajaran untuk meningkatkan kualitas dan pencapaian keterampilan.

Metode pembelajaran dapat ditentukan oleh guru atau instruktur, dengan memperhatikan tujuan pengajaran dan bahan pembelajaran, berdasarkan situasi dan kondisi yang dihadapi di sekolah. Metode pembelajaran yang optimal adalah yang dapat disesuaikan dengan karakteristik siswa, tujuan, bahan, alat dan media yang digunakan, waktu, situasi dan kondisi. Sekarang pandemi COVID-19 mengubah cara kita belajar (Simbolon dkk., 2021).

Pembelajaran daring dimulai di Indonesia mulai Maret 2020. Proses pembelajaran daring meliputi penguasaan teknologi, komunikasi, dan internet yang harus dikuasai baik oleh guru maupun siswa. Pembelajaran daring harus dirancang dengan baik untuk memastikan bahwa pengalaman belajar siswa dapat diingat dan mereka dapat mencapai tujuan pembelajaran mereka. Namun, metode pembelajaran daring masih memberikan dampak negatif bagi siswa. Beberapa siswa tidak memiliki *smartphone* sehingga mengganggu pengumpulan tugas dan pekerjaan rumah. Liburan yang terlalu lama membuat siswa mudah bosan dan bosan sehingga ingin keluar sekolah untuk bersosialisasi. Selain dua hal tersebut juga dapat mempengaruhi motivasi belajar siswa dan terlihat pada hasil belajar siswa (Ayu dkk., 2020). Dalam (Tumaloto, 2022), pembelajaran daring lebih efektif daripada pembelajaran luring. Guru dapat lebih mudah berinteraksi dengan siswa baik teori maupun praktik. Selain itu, guru dapat melakukan pembelajaran daring dengan meminta siswa menonton video tutorial di YouTube.

Efektivitas pembelajaran luring dan daring dipengaruhi oleh gangguan sinyal 19%, ketersediaan kuota internet 14%, dan kurangnya pemahaman materi dan media pembelajaran 67%. Jarak antara guru dan siswa juga berpengaruh. Hal ini dikarenakan guru tidak dapat secara langsung mengawasi siswa selama proses pembelajaran. Hasil serupa juga ditemukan pada penelitian yang dilakukan oleh Setiawan (2021). Setiawan (2021) menyatakan bahwa efektivitas pembelajaran daring pada PJOK masih kurang dari yang diharapkan. Salah satunya adalah kegiatan yang memberikan peningkatan aktivitas fisik siswa dan pemahaman mengenai

pengecahan penyalahgunaan obat terlarang. Aktivitas fisik yang dapat dilakukan disekolah, seperti senam, olahraga rutin setiap minggu, berlari kecil, berjalan cepat dan lain sebagainya, serta kegiatan yang dapat dilakukan sebagai pengecahan penyalahgunaan narkoba adalah meningkatkan pemahaman siswa dan warga sekolah dengan bekerja sama dengan Badan Narkotika Nasional (BNN), kepolisian dan rumah sakit atau puskesmas setempat. Selain edukasi yang dilakukan ke siswa, dapat juga memberikan edukasi yang dilakukan kepada orang tua siswa. Sehingga pengetahuan orang tua mengenai NAPZA dapat meningkat sebagai upaya menjaga anak untuk tidak terjerumus dalam penyalahgunaan NAPZA (Fidrayani & Utami, 2018; Sumaryoto dkk., 2017) . Dengan kegiatan – kegiatan tersebut, diharapkan perilaku siswa menjadi lebih positif. Perilaku adalah tanggapan atau reaksi individu terhadap rangsangan atau lingkungan (Setiawan, 2022) .

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti kepada 1 guru dan 10 siswa, mereka mengatakan bahwa aktivitas fisik dilakukan mayoritas siswa cenderung sering dilakukan saat jam pelajaran PJOK, namun dari pengamatan peneliti siswa juga melakukan sedikit olahraga saat ada jam kosong atau istirahat. Sedangkan edukasi mengenai NAPZA telah dilakukan beberapa saat yang lalu dengan bekerja sama dengan BNN (Badan Narkotika Nasional) dan pihak kepolisian setempat.

Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengetahui “gambaran perilaku kesehatan siswa yang mengikuti pembelajaran daring selama pandemi”.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran perilaku kesehatan siswa yang mengikuti pembelajaran daring selama pandemi?

C. Tujuan Penelitian

Berikut ini adalah tujuan penelitian:

1. Tujuan umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran perilaku kesehatan siswa yang mengikuti pembelajaran daring selama pandemi.

2. Tujuan khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah:

- a. Mengetahui gambaran perilaku penyalahgunaan narkoba siswa yang mengikuti pembelajaran daring selama pandemi.
- b. Mengetahui gambaran aktivitas fisik siswa yang mengikuti pembelajaran daring selama pandemi.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pihak-pihak yang berkaitan, yaitu:

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberi kajian teori untuk penelitian yang sama tentang gambaran perilaku kesehatan siswa yang mengikuti pembelajaran daring selama pandemi.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi guru atau tenaga pengajar: Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai perilaku kesehatan siswa di SMA Negeri 2 Bantul.
- b. Bagi Kesehatan: penelitian ini diharapkan dapat gambaran perilaku kesehatan siswa SMA Negeri 2 Bantul sehingga dapat menyusun program yang dapat mempertahankan atau meningkatkan perilaku kesehatan siswa.
- c. Bagi siswa: penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai perilaku aktivitas fisik siswa dan perilaku pencegahan penyalahgunaan narkoba.