

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Era Revolusi Industri 4.0 membawa perubahan yang signifikan terhadap kehidupan sehari-hari. Perkembangan teknologi banyak mengalami kemajuan salah satunya dengan munculnya gawai. Kemajuan teknologi ini dapat menimbulkan dampak negatif bagi generasi muda khususnya siswa. Sebagai contoh anak malas melakukan kegiatan olahraga sehingga mudah mengalami kegemukan dan obesitas. Selain itu, anak lebih sering memakai gawai dari pada berinteraksi dengan teman sekitar (Novitasari, 2016). Menurut *U.S Health and Human Services* pada tahun 2017, hanya 1 dari 3 anak yang aktif melakukan aktivitas fisik setiap hari. Aktivitas fisik perlu dikenalkan kepada anak sejak dini, agar dapat menjadi kebiasaan baik dimasa yang akan datang.

Hasil identifikasi *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2017, aktivitas fisik yang kurang menempati urutan keempat tertinggi terhadap mortalitas global (6% kematian global). Kebijakan Rencana Strategis Kementerian Kesehatan 2020-2024 yang menjadi salah satu indikator pada sasaran strategis promosi kesehatan dan pemberdayaan masyarakat, pada poin ke 3 yaitu menurunnya jumlah penduduk yang kurang melakukan aktivitas fisik kurang (150 menit per minggu) dari 33.5% menjadi 30% (RPJMN Kesehatan 2020-2024). Data Riskesdas 2018 menyatakan bahwa kurangnya aktivitas fisik pada penduduk umur lebih dari 10 tahun menurut provinsi adalah 26,1% pada tahun 2013 meningkat menjadi 33,5% pada tahun 2018. Di Jawa Barat proporsi aktivitas fisik kurang pada penduduk umur

lebih dari 10 tahun adalah 37,5%. Sedangkan jumlah aktivitas fisik pada penduduk umur lebih dari 10 tahun di Kabupaten Sukabumi sebesar 35,0% angka tersebut berada di atas rata-rata proporsi nasional (Risikesdas, 2018).

Berdasarkan studi pendahuluan bersama wali kelas IV MI Cibolang Kidul yang dilakukan melalui wawancara, bahwa proses pembelajarannya lebih banyak menggunakan buku dan media *video*, media alternatif lain masih jarang digunakan serta didapatkan fakta bahwa inovasi media pembelajaran mengenai aktivitas fisik masih kurang, sehingga keaktifan siswa masih belum dimaksimalkan. Selain itu, perkembangan teknologi yang pesat membuat siswa jarang melakukan aktivitas fisik. Hal ini tentunya akan berpengaruh pada proses pembelajaran siswa dalam mencapai tujuan pembelajaran. Pembelajaran mengenai aktivitas fisik bagi siswa SD harus disesuaikan dengan karakteristiknya. Salah satu karakteristik yang dimiliki siswa SD yaitu *homoluden* artinya seorang yang suka bermain (Vicki Ahmad, Gita Ferbia dan Dedi Supriadi, 2018).

Proses pembelajaran diperlukan inovasi salah satunya dengan permainan yang dapat meningkatkan pengalaman gerak siswa dan dapat dijadikan sebagai media pembelajaran mengenai aktivitas fisik di tingkat SD yang dikembangkan berupa media ular tangga. Media ular tangga merupakan salah satu permainan tradisional yang mendunia. Alasan peneliti memilih media permainan ular tangga yaitu dapat menciptakan suatu proses pembelajaran yang inovatif dan interaktif. Para pakar psikologi menyebutkan bahwa permainan tradisional cenderung lebih bermanfaat dibandingkan permainan melalui media elektronik (Kholishotul Amaliyah dan Wiwin Fachrudin, 2020).

Pengembangan media ular tangga ini didukung oleh penelitian terdahulu yang dilakukan Hendrik Mentara tahun 2017 yang berjudul “Pengembangan Permainan Ular Tangga Sebagai Media Pembelajaran Penjasorkes Pada Siswa Kelas IV Sekolah Dasar (SD) Model Terpadu Madani”. Hasil penelitian tersebut menyebutkan bahwa media ular tangga dinyatakan layak oleh ahli dengan kategori baik, yaitu sebesar 93,3%. Penelitian lain oleh Prita D, dkk mengenai media edukasi ular tangga tentang keamanan makanan jajanan anak sekolah, berdasarkan penelitian tersebut media pembelajaran berupa permainan edukasi dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang keamanan makanan jajanan anak sekolah. Dari kedua penelitian tersebut menunjukkan bahwa media ular tangga layak digunakan sebagai media pembelajaran siswa sekolah dasar. Media ular tangga ini diharapkan dapat mendorong anak melakukan aktivitas fisik.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti bermaksud melakukan penelitian mengenai pengembangan media ular tangga “ASIK” yang dimodifikasi dengan penambahan kartu informasi mengenai aktivitas fisik pada siswa kelas IV MI Cibolang Kidul.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “apakah pengembangan media ular tangga “ASIK” sebagai media alternatif dapat meningkatkan aktivitas fisik pada siswa kelas IV Madrasah Ibtidaiyah?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menghasilkan media ular tangga “ASIK” serta mengetahui efektivitasnya dalam meningkatkan aktivitas fisik pada siswa kelas IV Madrasah Ibtidaiyah.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui kelayakan pengembangan media ular tangga “ASIK” terhadap aktivitas fisik pada siswa kelas IV Madrasah Ibtidaiyah
- b. Mengetahui rata-rata denyut nadi sebelum dan sesudah menggunakan media ular tangga “ASIK” terhadap aktivitas fisik pada siswa kelas IV Madrasah Ibtidaiyah
- c. Menganalisis perbedaan denyut nadi menggunakan media ular tangga “ASIK” terhadap aktivitas fisik pada siswa kelas IV Madrasah Ibtidaiyah

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Praktis

- a. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan wawasan peneliti mengenai pengembangan media ular tangga “ASIK” dalam meningkatkan aktivitas fisik pada siswa kelas IV Madrasah Ibtidaiyah.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan kepustakaan untuk penelitian selanjutnya mengenai pengembangan media ular tangga “ASIK” serta menjadi media pembelajaran bagi siswa kelas IV Madrasah Ibtidaiyah dalam meningkatkan aktivitas fisik.

c. Bagi Masyarakat

Mempermudah siswa dalam menerima informasi serta meningkatkan aktivitas fisik yang dikembangkan dalam media ular tangga “ASIK” pada siswa kelas IV Madrasah Ibtidaiyah.

1.4.2 Manfaat Akademis

Penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai aktivitas fisik serta dapat memberi motivasi siswa/i untuk melakukan aktivitas fisik.