

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan hal yang terpenting dalam menunjang kehidupan manusia, karena pendidikan bagi manusia berpengaruh pada dinamika sosial budaya masyarakatnya dan juga berperan untuk menghasilkan sumber daya yang berkualitas agar mampu melanjutkan pembangunan bangsa. Pendidikan itu dapat di tempuh melalui pendidikan formal maupun pendidikan non formal. Pendidikan formal bisa dicapai melalui proses belajar di sekolah, sedangkan pendidikan non formal bisa dicapai tanpa harus datang ke sekolah, tetapi tetap dilaksanakan secara terstruktur dan berjenjang. Menurut Gagne (1984), belajar didefinisikan sebagai suatu proses di mana suatu organisasi berubah perilakunya sebagai akibat pengalaman (Dahar RW, 2011).

Proses belajar di lingkungan perguruan tinggi itu berbeda dengan proses pembelajaran di lingkungan sekolah. Persyaratan akademik di perguruan tinggi itu bukan sekedar mengikuti perkuliahan saja, tetapi ada ketentuan seperti persentase kehadiran, penyelesaian tugas – tugas dan mengikuti kegiatan lainnya (diskusi, kuis, mengikuti ujian, dan presentasi). Setelah mahasiswa mengikuti ketentuan – ketentuan tersebut, maka akan memperoleh nilai akademik sebagai penghargaan atas keberhasilan dalam proses perkuliahan. Keberhasilan itu di berikan dalam bentuk prestasi belajar. Prestasi belajar dalam lingkup perkuliahan disebut dengan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK). Indeks prestasi kumulatif adalah jumlah angka (biji) yang diperoleh dari semua mata kuliah pada suatu semester di bagi dengan total kredit pada semester itu (Novia D, 2003).

Ada banyak faktor yang dapat mempengaruhi tinggi rendahnya prestasi belajar yang diperoleh siswa, baik itu faktor dari dalam diri siswa itu sendiri, maupun faktor dari luar diri siswa yang sering disebut sebagai faktor lingkungan. Salah satu faktor dalam diri siswa yang sangat berpengaruh terhadap prestasi belajar adalah konsentrasi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh beberapa ahli pendidikan,

rendahnya kualitas prestasi belajar siswa sebagian besar disebabkan oleh lemahnya kemampuan siswa untuk dapat berkonsentrasi ketika pembelajaran. Padahal, optimal tidaknya prestasi belajar siswa sangat tergantung pada intensitas kemampuan siswa untuk melakukan konsentrasi belajar (Surya H, 2003).

Konsentrasi seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal seperti cahaya, temperatur, suara, dan metode belajar, sedangkan faktor internal seperti motivasi belajar, jenis kelamin, usia, nutrisi, keadaan psikologis, keadaan fisiologis, dan aktifitas fisik (Lestari D, 2009).

Aktifitas fisik adalah setiap gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka yang membutuhkan pengeluaran energi. Aktifitas fisik yang terstruktur, terencana, dan berulang disebut latihan fisik. Latihan fisik akan memiliki manfaat yang maksimal bagi tubuh apabila seseorang melakukannya secara teratur dengan takaran yang sesuai, yaitu meliputi durasi, frekuensi, intensitas, dan tipe (Mardiyah A, 2015).

Aktifitas fisik 30 menit setiap hari dapat menstimulasi otak. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Blaydes, ditemukan bahwa konsentrasi dan fokus mental anak-anak meningkat sesudah melakukan latihan fisik yang terstruktur. Latihan-latihan ini mempunyai efek pada otak yang berguna untuk konsentrasi mental, perencanaan, dan pengambilan keputusan (Blaydes J, 2001).

Sejalan menurut pandangan Islam, Islam mendukung pemeluknya untuk menjadi kuat dan sehat baik secara rohani maupun jasmani. Islam menunjukkan keutamaan kekuatan dan kesehatan sebagai modal besar di dalam beramal saleh dan beraktivitas di dalam urusan agama dan urusan dunia seorang muslim. Allah Subhanah wa Ta'ala berfirman:

وَالْجِسْمِ الْعَلِيمِ فِي بَسْطَةٍ وَزَادَهُ عَلَيْكُمْ اصْطَفَاءُ اللَّهِ إِنَّ قَال

“(Nabi mereka) berkata, “Sesungguhnya Allah Subhanah wa Ta’ala telah memilihnya menjadi rajamu dan menganugerahinya ilmu yang luas dan tubuh yang perkasa.” (QS. al-Baqarah(2): 247).

Allah Subhanah wa Ta’ala juga berfirman:

قَالَتْ إِحْدَاهُمَا يَا أَبَتِ اسْتَأْجِرْهُ إِنَّ خَيْرَ مَنِ اسْتَأْجَرْتَ الْقَوِيُّ الْأَمِينُ

“Karena sesungguhnya orang yang paling baik yang kamu ambil untuk bekerja (pada kita) ialah orang yang kuat fisiknya lagi dapat dipercaya.” (QS. al-Qashash(28): 26).

Sehingga dari uraian di atas, peneliti ingin meneliti hubungan antara intensitas olahraga dengan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI Angkatan 2017.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan kajian yang telah dijelaskan pada latar belakang, diketahui bahwa terdapat peran yang cukup penting dari olahraga terhadap prestasi belajar seseorang.

Untuk itu peneliti merasa tertarik mengkaji permasalahan tersebut. Peneliti tertarik untuk mengkaji pengaruh dan hubungan intensitas olahraga terhadap prestasi belajar mahasiswa Kedokteran Universitas YARSI dengan judul **“Hubungan Antara Intensitas Olahraga dengan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI Angkatan 2017 dan Tinjauannya menurut Pandangan Islam”**.

1.3 Pertanyaan Penelitian

1. Adakah hubungan intensitas olahraga terhadap IPK mahasiswa Kedokteran Universitas YARSI Angkatan 2017 yang ditinjau menurut ilmu kedokteran?

2. Adakah hubungan intensitas olahraga terhadap IPK mahasiswa Kedokteran Universitas YARSI Angkatan 2017 yang ditinjau menurut pandangan Islam?

1.4 Tujuan penelitian

- 1) Untuk mengetahui adanya hubungan intensitas olahraga dengan IPK Mahasiswa Kedokteran Universitas YARSI Angkatan 2017 yang ditinjau menurut ilmu kedokteran.
- 2) Untuk mengetahui adanya hubungan intensitas olahraga dengan IPK Mahasiswa Kedokteran Universitas YARSI Angkatan 2017 yang ditinjau dari pandangan Islam.

1.5 Manfaat Penelitian

1. Manfaat bagi peneliti

Peneliti dapat mengetahui hubungan antara intensitas olahraga terhadap IPK Mahasiswa Kedokteran khususnya Universitas YARSI.

2. Manfaat bagi institusi

Sebagai edukasi dan referensi tentang pentingnya berolahraga untuk meningkatkan prestasi belajar mahasiswa.

3. Manfaat bagi mahasiswa

Sebagai upaya untuk mendorong mahasiswa agar lebih sering berolahraga dan mengetahui dampaknya.