

**TINJAUAN HASIL BELAJAR KOGNITIF PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA  
DAN KESEHATAN SISWA KELAS VII SMP NEGERI SE-KECAMATAN  
KOTO TANGAH KOTA PADANG PADA  
MASA PANDEMI COVID-19**

**SKRIPSI**

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Departemen Pendidikan Olahraga Sebagai  
Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



**OKTAVRYAN PRATAMA  
NIM. 18086517**

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2022**



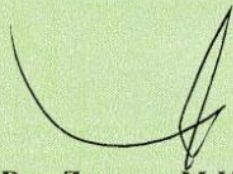
**PERSETUJUAN SKRIPSI**

**TINJAUAN HASIL BELAJAR KOGNITIF PENDIDIKAN JASMANI  
OLAHRAGA DAN KESEHATAN SISWA KELAS VII SMP  
NEGERI SE-KECAMATAN KOTO TANGAH KOTA  
PADANG PADA MASA PANDEMI COVID-19**

Nama : Oktavryan Pratama  
Nim : 18086517  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi  
Departemen : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

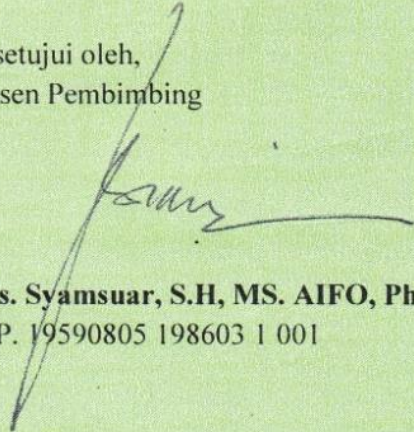
Padang, Juli 2022

Mengetahui  
Kepala Departemen Pendidikan Olahraga



**Drs. Zarwan, M.Kes**  
NIP. 19611230 198803 1 003

Disetujui oleh,  
Dosen Pembimbing



**Drs. Syamsuar, S.H, MS. AIFO, Ph.D**  
NIP. 19590805 198603 1 001



## HALAMAN PENGESAHAN LULUS SKRIPSI

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi  
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang

**Judul** : **Tinjauan Hasil Belajar Kognitif Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Siswa Kelas Vii SMP Negeri Se-Kecamatan Koto Tengah Kota Padang Pada Masa Pandemi Covid-19**

**Nama** : Oktavryan Pratama

**Nim** : 18086517

**Program Studi** : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi

**Departemen** : Pendidikan Olahraga

**Fakultas** : Ilmu Keolahragaan

Padang, Juli 2022

Tim Penguji

Tanda Tangan

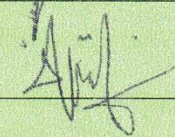
1. Ketua : Drs. Syamsuar, S.H, MS. AIFO, Ph.D

1.   
\_\_\_\_\_

2. Anggota : Dr. Syahrastani, M.Kes. AIFO

2.   
\_\_\_\_\_

3. Anggota : Weny Sasmitha, S.Pd, M.Pd

3.   
\_\_\_\_\_



## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul **“Tinjauan Hasil Belajar Kognitif Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Siswa Kelas Vii Smp Negeri Se-Kecamatan Koto Tengah Kota Padang Pada Masa Pandemi Covid-19”** adalah asli karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing dan kontributor.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan di cantumkan pada keputakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan didalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Juli 2022

Yang membuat pernyataan



**Oktavryan Pratama**  
**NIM. 18086517**

## ABSTRAK

### **Oktavryan Pratama. 2022. Tinjauan Hasil Belajar Kognitif Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Siswa Kelas Vii Smp Negeri Se-Kecamatan Koto Tengah Kota Padang Pada Masa Pandemi Covid-19**

Masalah dalam penelitian ini adalah Pencapaian pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang belum maksimal. diduga berakibat kepada hasil belajar kognitif siswa SMP Negeri se Kecamatan Koto Tengah Kota Padang pada masa Pandemi Covid 19. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hasil belajar siswa selama belajar daring di SMP Negeri se Kecamatan Koto Tengah Kota Padang.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri se Kecamatan Koto Tengah Kota Padang pada bulan Februari s.d Maret 2022. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMP Negeri se Kecamatan Koto Tengah Kota Padang yang berjumlah 1702 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *Propotional Random Sampling* jumlah sampel yang diambil 20% dari populasi, maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 342 siswa. Instrument dalam penelitian ini dengan melihat hasil belajar kognitif siswa SMP Negeri se Kecamatan Koto Tengah Kota Padang yang diperoleh dari guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan masing-masing sekolah. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif persentatif.

Hasil penelitian ini adalah hasil belajar kognitif Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMP se kecamatan koto tengah memiliki nilai 66, berada pada kategori kurang, dengan nilai KKM 75.

**Kata kunci: Hasil Belajar Kognitif, Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan**

## KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji dan syukur ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Tinjauan Hasil Belajar Kognitif Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Siswa Kelas VII SMP Negeri Se-Kecamatan Koto Tangah Kota Padang Pada Masa Pandemi Covid-19”**.

Penulisan skripsi ini selain bertujuan untuk melengkapi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, disamping itu juga untuk mengetahui hasil belajar kognitif siswa kelas VII SMP Negeri Se-Kecamatan Koto Tangah Kota Padang Pada Masa Pandemi Covid-19.

Penulis menyadari bahwa penulisan ini jauh dari kesempurnaan dan harapan. Hal tersebut disebabkan oleh keterbatasan kemampuan penulis sendiri. Untuk itu penulis sangat mengharapkan kritik yang sehat dan masukan-masukan yang sifatnya membangun dari semua pihak, guna kesempurnaan skripsi ini.

Dalam pelaksanaan penulisan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak baik perorangan maupun badan-badan terkait yang telah memberikan bantuan dan bimbingan sampai selesainya skripsi ini.

Secara khusus penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Alnedral, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Drs. Zarwan, M.Kes selaku ketua Departemen Pendidikan Olahraga Universitas Negeri Padang, yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
3. Drs. Syamsuar, M.S AIFO, Ph.D selaku dosen pembimbing yang telah memberikan waktu dan tenaganya untuk membimbing penulis dalam penyusunan skripsi ini.
4. Dr. Syahrastani, M.Kes., AIFO dan Weny Sasmitha, S.Pd, M.Pd selaku dosen penguji yang telah memberikan kritikan, masukan serta saran kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu staf pengajar di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat.
6. Kepala Sekolah Menengah Pertama se Kecamatan Koto Tangah yang telah memberi izin penelitian di sekolah tersebut.
7. Teristimewa buat keluarga saya yang telah memberikan semangat, dorongan, biaya dalam menyelesaikan skripsi ini.

Semoga segala bantuan yang telah diberikan menjadi amal saleh dan diridhoi oleh Allah SWT.

Amin...

Padang, Juni 2022

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	iv
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Pembatasan Masalah .....	7
D. Rumusan Masalah.....	7
E. Tujuan Penelitian .....	8
F. Manfaat Penelitian.....	8
<b>BAB II. KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Kajian Teori .....	9
1. Hasil Belajar .....	9
a. Pengertian Belajar .....	9
b. Pengertian Pembelajaran .....	14
c. Pengertian Hasil Belajar .....	16
d. Faktor yang Mempengaruhi Hasil Belajar .....	21
2. Hakekat Penjasorkes .....	26
3. Pembelajaran Daring .....	30
a. Pengertian Pembelajaran Daring .....	30
b. Tujuan Pembelajaran Daring.....	32
c. Manfaat Pembelajaran Daring.....	32
4. Pandemi Covid-19.....	34
B. Kerangka Konseptual.....	35
C. Pertanyaan Penelitian.....	37
<b>BAB III MOTODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian .....	38
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	38
C. Populasi dan Sampel Penelitian .....	38



D. Defenisi Operasional Variabel.....	40
E. Instrument Penelitian .....	40
E. Jenis dan Sumber Data .....	41
F. Teknik Pengumpulan Data .....	41
G. Teknik Analisis Data .....	42
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Data.....	43
B. Analisis Deskriptif Data.....	43
1. Hasil Belajar Kognitif Siswa Kelas VII SMPN 13 Padang .....	43
2. Hasil Belajar Kognitif Siswa Kelas VII SMPN 15 Padang .....	45
3. Hasil Belajar Kognitif Siswa Kelas VII SMPN 16 Padang .....	47
4. Hasil Belajar Kognitif Siswa Kelas VII SMPN 26 Padang .....	49
5. Hasil Belajar Kognitif Siswa Kelas VII SMPN 32 Padang .....	51
6. Hasil Belajar Kognitif Siswa Kelas VII SMPN 34 Padang .....	53
7. Hasil Belajar Kognitif Siswa Kelas VII SMPN 42 Padang .....	54
8. Hasil Belajar Kognitif Siswa Kelas VII SMPN 43 Padang .....	56
C. Jawaban Pertanyaan Penelitian .....	58
D. Pembahasan.....	59
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	64
B. Saran.....	64
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Dunia pendidikan menghadapi permasalahan yang cukup kompleks di masa pandemi covid-19. Serangan virus yang hingga kini belum masih menjadi deadline utama berdampak pada penyelenggaraan pembelajaran pada semua jenjang pendidikan. Pandemi covid-19 membawa keprihatinan pada penyelenggaraan pendidikan dan pembelajaran di sekolah. Kondisi paling berat dialami oleh sekolah yang berada jauh dari perkotaan dengan akses internet dan sarana prasarana yang terbatas. Terdapat empat kendala yang dihadapi oleh dunia pendidikan di masa pandemi covid yakni ” 1) penguasaan internet yang terbatas oleh guru; 2) kurang memadainya sarana dan prasarana; 3) terbatasnya akses internet; 4) kurang memadainya sarana prasarana; 3) terbatasnya akses internet; 4) tidak siap dana pada kondisi darurat (Syah, 2020) ‘’.

Keadaan yang seperti ini menurut guru dan peserta didik menggunakan platform yang ada untuk menunjang kegiatan pembelajaran secara daring. Perbedaan kemampuan diantaranya masing-masing peserta didik tentunya menimbulkan perbedaan keadaan peserta didik tentunya menimbulkan perbedaan keadaan peserta didik dalam melakukan pembelajaran secara daring ini. Keadaan yang berubah secara tiba-tiba, gurupun tidak semuanya paham dalam menggunakan platform-platform online yang dapat menunjang kegiatan pembelajaran secara daring. Sehingga guru



hanya menggunakan metode konvensional yaitu dengan memberikan tugas-tugas kepada peserta didik. Hasilnya peserta didik lama kelamaan merasa bosan dan tertekan dengan tugas-tugas yang diberikan oleh guru (Prawanti, 2020).

Pembelajaran online di masa pandemi adalah bagian dari upaya meningkatkan kewaspadaan terhadap penyebaran virus covid-19 menurut (Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia 2020). Meskipun persebaran virus di Indonesia yang hingga bulan juli 2020 belum menunjukkan penurunan, namun sumbangan dunia pendidikan melalui pembelajaran online memiliki peranan penting dalam mendukung upaya pemerintah dan seluruh bangsa untuk menahan laju pertambahan jumlah penderita dan korban covid-19.

Ditinjau dari konten dan mata pelajaran yang diajarkan di sekolah pada masa pandemi, dapat dikategorikan dalam dua kelompok. Kelompok pertama adalah kelompok mata pelajaran yang didominasi oleh teori dan sedikit praktis, sementara kelompok kedua didominasi oleh praktik dengan sedikit teori. Kedua kelompok ini sangat berbeda dalam pembelajaran online. Pendidikan olahraga merupakan disiplin ilmu yang masuk kategori kedua, dengan dominasi praktik pada aktivitas fisik. Dalam kurikulum 2013 (K13) pendidikan olahraga di jenjang pendidikan dasar menyatu dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Olahraga (PJOK). Sementara itu kriteria ketuntasan minimum merupakan kriteria minimal untuk menyatakan siswa mencapai ketuntasan belajar mencapai ketuntasan belajar suatu mata

pelajaran. KKM menunjang pencapaian kompetensi yang dinyatakan dalam angka yaitu 0-100. KKM ditentukan berdasarkan Musyawarah Guru Mata Pelajaran (MGMP) berada pada angka 75, berfungsi sebagai acuan untuk guru, siswa, orang tua, sebagai bahan evaluasi sebelumnya agar pembelajaran berikutnya lebih baik (MGMP PJOK Kota Padang). Sejalan dengan itu maka hakikat pendidikan jasmani mencakup semua unsur kebugaran, keterampilan gerak fisik, kesehatan, permainan, olahraga, tari dan rekreasi (Qomarullah 2014).

Berdasarkan pendapat di atas jelaslah bahwa hakikat pembelajaran PJOK membutuhkan sifat gerak fisik, pembelajaran berlangsung di ruang terbuka atau di alam bebas. Metode untuk pendidikan olahraga adalah metode deduktif atau metode perintah, dengan ragam pemberian tugas, demonstrasi dan sedikit penjelasan. Dalam situasi Covid saat ini semua aktivitas pembelajaran di pindahkan ke metode dalam jaringan, dengan berbagai keterbatasan pada akses internet, dan kemampuan operasional pada fitur-fitur online, pendidikan jasmani dengan sendirinya menemui berbagai hambatan dan kendala di masa pandemi covid-19.

Pandemi covid-19 mengakibatkan perubahan mengakibatkan perubahan yang sangat signifikan terhadap seluruh belahan dunia. Indonesia yang menerapkan Pembelajaran jarak jauh (PJJ) menjadikan perubahan pola pembelajaran yang semula berlangsung secara tatap muka atau luring (luar jaringan) berubah secara daring (dalam jaringan). Hal ini juga berlaku dalam pembelajaran penjas. Pembelajaran Penjas secara daring menjadikan sebuah



pengalaman baru bagi pendidik (guru/dosen penjas) dan peserta didik (siswa/mahasiswa). Penjas semasa pandemi Covid-19 harus selalu mengedepankan aspek aman, imun dan iman sebagaimana anjuran dari pemerintah. Hal tersebut sebagaimana disampaikan Ketua Satgas Penanganan Covid-19 sekaligus Kepala Badan Nasional Penanggulangan Bencana Nasional (BNPB) Doni Monardo (Aida, 2020).

Dari permasalahan tersebut akan berdampak kepada peserta didik seperti, Peserta didik belum sepenuhnya menguasai konsep pembelajaran karena tidak menggunakan model pembelajaran yang tepat dan tidak variatif sehingga banyak peserta didik cenderung jenuh dan mencari kesibukan lain seperti dengan mengganggu temannya dalam belajar, Peserta didik belum menguasai konsep secara sempurna dan hanya terpaku pada materi yang diberikan guru saja sehingga pengetahuan peserta didik tidak luas dan berkembang, Peserta didik memahami pelajaran masih secara terpisah sehingga belum sepenuhnya ada keterkaitan antara materi dengan kehidupan sehari hari, Peserta didik belum bisa memahami materi secara mandiri.

Akibat dari permasalahan tersebut akan berdampak buruk pada hasil belajar peserta didik SMP Negeri se-kecamatan koto tangah kota padang. Tujuan mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan menurut Damrah (2018:78), secara sederhana, pendidikan jasmani memberikan kesempatan bagi siswa untuk:

1. Mengembangkan pengetahuan dan keterampilan yang berkaitan dengan aktivitas jasmani, perkembangan estetika, dan perkembangan sosial.
2. Mengembangkan kepercayaan diri dan kemampuan untuk menguasai keterampilan gerak dasar yang akan mendorong

partisipasinya dalam aneka aktivitas jasmani. 3. Memperoleh dan mempertahankan derajat kebugaran jasmani yang optimal untuk melaksanakan tugas sehari-hari secara efisien dan terkendali. 4. Mengembangkan nilai-nilai pribadi melalui partisipasi dalam aktivitas jasmani baik secara kelompok maupun perorangan. 5. Berpartisipasi dalam aktivitas jasmani yang dapat mengembangkan keterampilan sosial yang memungkinkan siswa berfungsi secara efektif dalam hubungan antar orang. 6. Menikmati kesenangan dan kerianggan melalui aktivitas jasmani, termasuk permainan olahraga”.

Gerak atau aktifitas jasmani adalah dasar bagi manusia untuk mengenal dunia dan dirinya sendiri yang dialami berkembang searah dengan perkembangan zaman. Selama ini terjadi kecenderungan dalam memberikan makna mutu pendidikan yang hanya dikaitkan dengan aspek kemampuan kognitif. Pandangan ini telah membawa akibat terabaikannya aspek-aspek moral akhlak, budi pekerti, psikomotor serta *life skill*.

Berdasarkan pengamatan langsung dilapangan, penulis menemukan hambatan dalam kegiatan pembelajaran PJOK secara online di SMP Negeri di Kecamatan Koto Tangah Kota Padang, dan menemukan belum optimalnya pelaksanaan pembelajaran PJOK. Selain itu, pembelajaran PJOK tidak terlaksana sesuai RPP, yang biasanya penerapan pembelajaran PJOK membutuhkan aktifitas gerak dan praktek berubah menjadi pembelajaran daring, sehingga tujuan pembelajaran tidak tercapai. Kemudian banyak siswa yang mengeluh karena terlalu banyak tugas dan orang tua kesulitan dalam mendampingi kegiatan belajar anaknya, Hal ini ditandai dengan perolehan hasil belajar ulangan harian siswa yang masih banyak belum mencapai Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM) di sekolah, sementara Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM) PJOK berada pada angka 75, maka perlu



adanya tinjauan garis besar pelaksanaan pembelajaran PJOK selama pandemi COVID-19 untuk pembelajaran yang lebih baik.

Dari uraian diatas, maka permasalahan dalam penelitian ini adalah pencapaian tujuan pembelajaran PJOK yang belum tercapai. Hal ini tentu berdampak pada hasil belajar kognitif (ujian akhir semester 1) PJOK siswa, menurut Sudjana (2011:22) menyatakan bahwa hasil belajar adalah “kemampuan-kemampuan yang dimiliki siswa setelah ia menerima pengalaman belajarnya”.

Banyak fakta yang mempengaruhi hasil belajar kognitif siswa di antaranya pembelajaran secara daring/online, pembelajaran yang biasanya melalui aktifitas gerak, materi yang di ajarkan kadang-kadang susah dipahami oleh siswa disebabkan beralih ke pembelajaran daring, adapun siswa terkendala dengan keterbatasan kuota, sarana dan prasarana yang terbatas seperti HP, laptop yang digunakan untuk belajar secara online, selain itu susahny jaringan internet, sehingga mengakibatkan kurang optimalnya pelaksanaan pembelajaran PJOK. Selanjutnya kemampuan guru dalam memanfaatkan metode pembelajan, kegiatan belajar yang kurang nyaman, gangguan anggota keluarga yang menyebabkan siswa bosan belajar, kemampuan orang tua yang terbatas dalam membimbing anaknya dalam belajar.

Dari uraian di atas, jelaslah bahwa banyak fakta yang mempengaruhi hasil belajar Kognitif PJOK siswa di SMP Negeri se-Kecamatan Koto Tangah Kota Padang. Namun penulis berkeinginan untuk melakukan suatu penelitian

lebih dalam tentang hasil belajar Kognitif PJOK siswa di SMP Negeri se-Kecamatan Koto Tangah Kota Padang.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka permasalahan yang akan di angkat dalam penelitian ini adalah:

1. Pembelajaran PJOK di SMP Negeri se-Kecamatan Koto Tangah tidak terlaksana sesuai RPP.
2. Guru dan siswa belum terbiasa dengan pembelajaran PJOK secara daring karena biasanya pembelajaran dilakukan secara tatap muka dan langsung praktek di lapangan
3. Sarana dan prasarana pembelajaran PJOK secara daring yang terbatas
4. Orang tua mengalami kesulitan dalam mengarahkan dan mendampingi anaknya dalam kegiatan belajar.
5. Lingkungan belajar siswa di rumah yang belum nyaman

## **C. Pembatasan Masalah**

Agar penelitian ini terarah, maka perlu dilakukan pembatasan masalah yaitu Hasil Belajar Kognitif PJOK Kelas VII SMP Negeri se-Kecamatan Koto Tangah Kota Padang pada masa pandemi covid-19

## **D. Perumusan Masalah**

Setelah permasalahan dibatasi, maka rumusan masalah yang di ajukan dalam penelitian ini adalah: Bagaimana Hasil dari pembelajaran Kognitif PJOK kelas VII SMP Negeri se-Kecamatan Koto Tangah Kota Padang pada masa pandemi covid-19 ?

### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan pembatasan dan perumusan masalah, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana hasil dari pembelajaran Kognitif PJOK siswa kelas VII pada masa pandemi COVID-19 di SMP Negeri se-Kecamatan Koto Tangah Kota Padang pada masa covid-19.

### **F. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini di harapkan dapat bermanfaat bagi:

1. Penulis, sebagai salah satu syarat untuk meraih gelar sarjana pendidikan di FIK Universitas Negeri Padang.
2. Kepala Sekolah sebagai masukan gambaran tentang hasil belajar kognitif siswa dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.
3. Guru penjasorkes sebagai masukan dalam meningkatkan kemampuan belajar kognitif dan hasil belajar kognitif siswa dalam mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.
4. Siswa sebagai gambaran kemampuan hasil belajar kognitif pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.
5. Orang tua/wali murid dalam meningkatkan pengawasan belajar di rumah agar hasil belajar kognitif pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan menjadi lebih baik.
6. Peneliti selanjutnya dalam meneliti kajian yang sama dari sudut pandang yang berbeda dengan jumlah sampel yang lebih banyak.
7. Mahasiswa sebagai bahan bacaan dalam meneliti kajian yang sama secara lebih mendalam.