

**PELAKSANAAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI  
OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SEKOLAH DASAR  
NEGERI 15 AMPALU KECAMATAN PARIAMAN  
UTARA KOTA PARIAMAN**

**SKRIPSI**

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Departemen Pendidikan Olahraga Sebagai  
Salah Satu Persyaratan Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh

**ARDI JONI  
NIM. 21086514**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2023**

**HALAMAN PERSetujuan SKRIPSI**

**Judul** : Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Dasar Negeri 15 Ampalu Kecamatan Pariaman Utara Kota Pariaman

**Nama** : Ardi Joni

**NIM/BP** : 21086514

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

**Departemen** : Pendidikan Olahraga

**Fakultas** : Ilmu Keolahragaan

**Universitas** : Universitas Negeri Padang

Padang, Februari 2023

**Disetujui oleh:**

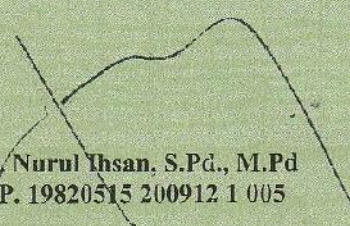
Mengetahui,

Kepala Departemen Pendidikan Olahraga

Pembimbing



**Sepriadi, S.Si., M.Pd**  
NIP. 19890901 201404 1 002



**Dr. Nurul Ihsan, S.Pd., M.Pd**  
NIP. 19820515 200912 1 005

**HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI**

**Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi  
Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang**

**Judul** : Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Dasar Negeri 15 Ampalu Kecamatan Pariaman Utara Kota Pariaman

**Nama** : Ardi Joni

**NIM/BP** : 21086514

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

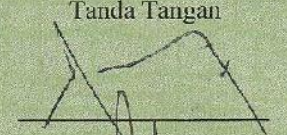
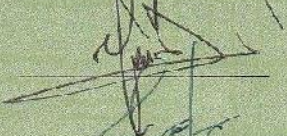

**Departemen** : Pendidikan Olahraga

**Fakultas** : Ilmu Keolahragaan

**Universitas** : Universitas Negeri Padang

Padang, Februari 2023

**Tim Penguji**

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Dr. Nurul Ihsan, S.Pd., M. Pd	
2. Anggota	: Dr. Zulbahri, S.Pd., M. Pd	
3. Anggota	: Dr. Aldo Naza Putra, M. Pd	


## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Karya tulis/ Skripsi dengan judul “Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan Di Sekolah Dasar Negeri 15 Ampalu Kecamatan Pariaman Utara Kota Pariaman” adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik baik di Universitas Negeri Padang maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya ini murni gagasan, penilaian, dan rumusan saya sendiri, tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan Tim Pembimbing).
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali dikutip secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah saya dengan disebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan pada daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, 6 Februari 2023  
Saya yang menyatakan,



  
**ARDI JONI**  
NIM. 2021/ 21086514

## ABSTRAK

**Ardi Joni (2022) : “Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Dasar Negeri 15 Ampalu Kecamatan Pariaman Utara Kota Pariaman”.**

Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Dasar Negeri 15 Ampalu Kecamatan Pariaman Utara Kota Pariaman belum terlaksana. Ini disebabkan banyak kemungkinan seperti, tujuan pembelajaran yang belum tercapai, materi pembelajaran yang belum tercapai, metode pembelajaran yang kurang tepat, media atau alat pembelajaran yang kurang baik kualitas maupun kuantitasnya, evaluasi pembelajaran yang belum terlaksana, sarana dan prasarana yang tidak memadai dan lingkungan sekolah yang tidak mendukung.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif bertujuan untuk mengetahui sejauhmana Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Dasar Negeri 15 Ampalu Kecamatan Pariaman Utara Kota Pariaman. Populasi penelitian ini berjumlah 14 siswa dengan status terdaftar sebagai guru di Sekolah Dasar Negeri 15 Ampalu Kecamatan Pariaman Utara Kota Pariaman Tahun Ajaran 2021/2022. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan cara *Total Sampling* sehingga menjadi 14 siswa sebagai sampel. Pengambilan data dilakukan dengan cara membagikan angket yang dikualifikasikan menurut skala Guttman dan dirancang sedemikian rupa sehingga bisa menyebabkan informasi yang lebih objektif dari responden.

Analisis data penelitian menggunakan teknik distribusi frekuensi (statistik deskriptif) dengan perhitungan persentase  $P = F/N \times 100\%$ . Dari analisis data diperoleh hasil rata-rata jawaban penelitian masing-masing indikator dari Studi Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Dasar Negeri 15 Ampalu Kecamatan Pariaman Utara Kota Pariaman yaitu tujuan pembelajaran 96,8% diklasifikasikan sangat baik, materi pembelajaran 100% diklasifikasikan sangat baik, metode pembelajaran 100% diklasifikasikan sangat baik, media/alat pembelajaran 92,9% diklasifikasikan sangat baik dan evaluasi pembelajaran 100% diklasifikasikan sangat baik. Hasil dari lima indikator didapat (*mean*) seluruh jawaban 97,9% diklasifikasikan “sangat baik”.

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>ii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>iii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>vii</b>
<b>BAB I    PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Pembatasan Masalah .....	5
D. Perumusan Masalah.....	5
E. Tujuan Penulisan .....	6
F. Manfaat Penulisan .....	6
<b>BAB II   TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Kajian Teori.....	7
1. Pembelajaran .....	7
2. Pendidikan jasmani olahraga kesehatan .....	9
3. Pembelajaran Penjasorkes .....	11
B. Kerangka Konseptual .....	22
C. Pertanyaan Penelitian .....	23
<b>BAB III METODOLOGI PENULISAN</b>	
A. Jenis Penelitian.....	24
B. Tempat dan Waktu Penulisan.....	24
C. Defenisi Operasional .....	25
D. Populasi dan Sampel .....	25
E. Jenis dan Sumber Data .....	27
F. Instrumen Penelitian.....	27
G. Teknik Pengumpulan Data .....	28
H. Teknik Analisis Data .....	29

<b>BAB IV</b>	<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
	A. Deskripsi Data .....	31
	B. Hasil Penelitian .....	39
	C. Pembahasan .....	41
<b>BAB V</b>	<b>KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
	A. Kesimpulan.....	47
	B. Saran-saran .....	48
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	.....	49

## DAFTAR TABEL

1. Distribusi Frekuensi Tujuan Pembelajaran .....	32
2. Distribusi Frekuensi Materi Pembelajaran .....	33
3. Distribusi Frekuensi Metode Pembelajaran .....	35
4. Distribusi Frekuensi Media/ Alat Pembelajaran .....	36
5. Distribusi Frekuensi Evaluasi Pembelajaran.....	38
6. Distribusi Frekuensi Pelaksanaan Pembelajaran.....	40



## DAFTAR GAMBAR

1. Kerangka Konseptual.....	23
2. Histogram Tujuan Pembelajaran.....	33
3. Histogram Materi Pembelajaran .....	34
4. Histogram Metode Pembelajaran.....	36
5. Histogram Media/ Alat Pembelajaran.....	37
6. Histogram Evaluasi Pembelajaran .....	39
7. Histogram Pelaksanaan Pembelajaran .....	41

## **DAFTAR LAMPIRAN**

1. Kisi- kisi Penelitian.....	51
2. Angket Penelitian.....	52
3. Data Mentah Penelitian.....	56
4. Surat Izin Penelitian dari FIK .....	58
5. Surat Izin Penelitian dari Dinas .....	59
6. Surat Izin Penelitian dari Sekolah .....	60
7. Dokumen Penelitian.....	61

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Pendidikan nasional merupakan suatu usaha yang strategis untuk peningkatan kualitas sumber daya manusia, sebagaimana dinyatakan dalam UU RI No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pada Bab II pasal 3 dijelaskan bahwa: “Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa”.

Salah satu upaya untuk mencapai fungsi pendidikan nasional adalah melalui pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjas Orkes). Menurut Kementerian Pendidikan Nasional Nomor 22 tahun 2006, tanggal 23 Mei 2006 dalam kurikulum 2006 (2006:48) bahwa Penjasorkes merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Penjas Orkes merupakan bagian dari keseluruhan mata pelajaran yang diajar di sekolah dan tidak dapat dipisahkan dengan pendidikan yang lain,

bahkan merupakan bagian pendidikan yang sangat penting dalam mendukung proses pendidikan yang lain. Hasil pembelajaran Pembelajaran Jasmani Olahraga Kesehatan (Penjas Orkes) diharapkan memberi kesempatan kepada siswa terlibat secara langsung dalam memproses kegiatan belajar melalui aktivitas jasmani.

Lebih lanjut dalam Peraturan Kementerian Pendidikan Nasional Nomor 23 Tahun 2006 pada tanggal 23 Mei 2006 di jelaskan tentang standar isi dan standar kompetensi kelulusan untuk satuan pendidikan dasar dan menengah bahwa pengembangan standar kompetensi dan operasional tingkat satuan pendidikan, merupakan tanggung jawab satuan pendidikan. Peraturan tersebut dilaksanakan pada tahun ajaran 2021/2022.

Berdasarkan pengamatan penulis dan fenomena yang terjadi di lapangan, penulis menduga bahwa belum terlaksananya pelaksanaan pembelajaran Penjas Orkes di SD Negeri 15 Ampalu Kecamatan Pariaman Utara Kota Pariaman. Ini disebabkan banyak kemungkinan seperti, tujuan pembelajaran yang belum tercapai, materi pembelajaran yang belum tercapai, metode pembelajaran yang kurang tepat, media atau alat pembelajaran yang kurang baik kualitas maupun kuantitasnya, evaluasi pembelajaran yang belum terlaksana, sarana dan prasarana yang tidak memadai dan lingkungan sekolah yang tidak mendukung.

Dalam melaksanakan pembelajaran Penjas Orkes diduga belum tercapainya tujuan pembelajaran disebabkan siswa belum memiliki berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan dan olahraga, menanam nilai-nilai (sportifitas, jujur, kerjasama, dan lain-lain) serta

pembiasaan pola hidup sehat. Selanjutnya materi pembelajaran yang diterapkan belum melibatkan unsur fisik mental, intelektual, emosional, dan sosial secara menyeluruh. Kemudian metode pembelajaran yang digunakan belum mendapatkan sentuhan didaktik metodik, sehingga aktivitas yang dilakukan belum dapat mencapai tujuan pengajaran. Lebih lanjut diduga guru yang mengajar masih kurang melakukan evaluasi pembelajaran sehingga tingkat pembelajaran yang terlaksana belum dapat dideteksi sejauhmana tingkat keberhasilan pelaksanaan pembelajaran yang dilakukan. Selanjutnya, semua proses pelaksanaan membutuhkan sarana dan prasarana untuk mendukung ketercapaian pembelajaran. Namun masih ditemui pada saat pelaksanaan pembelajaran di lapangan kurangnya sarana untuk berolahraga dan masih menggunakan pekarangan sekolah yang kecil serta tidak sebanding dengan kapasitas siswa yang belajar. Di samping itu, lingkungan sekolah berada pada lingkungan yang sulit dijangkau oleh kemajuan teknologi karena berada di tepi laut dan sulitnya transportasi untuk ke sekolah bagi siswa-siswa dan guru-guru yang jauh tempat tinggalnya dari sekolah.

Bertolak dari hal di atas, perlu kiranya dicarikan solusi untuk mengatasi permasalahan yang terjadi dalam pelaksanaan pembelajaran Penjas Orkes yang diterapkan di SD Negeri 15 Ampalu Kecamatan Pariaman Utara Kota Pariaman dan salah satunya dapat dilakukan melalui sebuah penelitian. Oleh sebab itu, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul "Studi Pelaksanaan Pembelajaran Penjas Orkes di SD Negeri 15 Ampalu Kecamatan Pariaman Utara Kota Pariaman". Hal ini merupakan faktor yang paling penting untuk perubahan kurikulum. Diharapkan dari hasil penelitian ini bisa

dilahirkan suatu simpulan yang bisa dijadikan langkah antisipatif bagi peningkatan pelaksanaan pembelajaran Penjas Orkes di Di SD Negeri 15 Ampalu Kecamatan Pariaman Utara Kota Pariaman.

## **B. Identifikasi Masalah**

Identifikasi masalah penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Tujuan pembelajaran Penjas Orkes di SD Negeri 15 Ampalu Kecamatan Pariaman Utara Kota Pariaman.
2. Materi pembelajaran Penjas Orkes di SD Negeri 15 Ampalu Kecamatan Pariaman Utara Kota Pariaman.
3. Metode pembelajaran Penjas Orkes di SD Negeri 15 Ampalu Kecamatan Pariaman Utara Kota Pariaman.
4. Media atau alat pembelajaran Penjas Orkes di SD Negeri 15 Ampalu Kecamatan Pariaman Utara Kota Pariaman.
5. Evaluasi pembelajaran Penjas Orkes di SD Negeri 15 Ampalu Kecamatan Pariaman Utara Kota Pariaman.
6. Sarana dan Prasarana di Di SD Negeri 15 Ampalu Kecamatan Pariaman Utara Kota Pariaman.
7. Lingkungan di Di SD Negeri 15 Ampalu Kecamatan Pariaman Utara Kota Pariaman.

### **C. Pembatasan Masalah**

Agar substansi penelitian ini tidak melebar dan agar dapat kesesuaian pemahaman tentang substansi yang ada dalam penelitian ini, perlu adanya pembatasan masalah. Oleh sebab itu penulis membatasi permasalahan yaitu tentang studi pelaksanaan pembelajaran Penjas Orkes di SD Negeri 15 Ampalu Kecamatan Pariaman Utara Kota Pariaman meliputi:

1. Tujuan Pembelajaran.
2. Materi Pembelajaran.
3. Metode Pembelajaran.
4. Media atau alat Pembelajaran.
5. Evaluasi Pembelajaran.

### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, identifikasi dan pembatasan masalah serta untuk lebih fokusnya masalah yang diteliti, maka dapat diajukan perumusan masalah yaitu bagaimanakah pelaksanaan pembelajaran Penjas Orkes di SD Negeri 15 Ampalu Kecamatan Pariaman Utara Kota Pariaman yang meliputi:

1. Bagaimanakah tujuan pembelajaran Penjas Orkes di SD Negeri 15 Ampalu Kecamatan Pariaman Utara Kota Pariaman?
2. Bagaimanakah materi pembelajaran Penjas Orkes di SD Negeri 15 Ampalu Kecamatan Pariaman Utara Kota Pariaman?
3. Bagaimanakah metode pembelajaran Penjas Orkes di SD Negeri 15 Ampalu Kecamatan Pariaman Utara Kota Pariaman?

4. Bagaimanakah media atau alat pembelajaran Penjas Orkes di SD Negeri 15 Ampalu Kecamatan Pariaman Utara Kota Pariaman?
5. Bagaimanakah evaluasi pembelajaran Penjas Orkes di SD Negeri 15 Ampalu Kecamatan Pariaman Utara Kota Pariaman?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan yang ingin dicapai melalui penelitian ini adalah untuk mengetahui sejauhmana pelaksanaan pembelajaran Penjas Orkes di SD Negeri 15 Ampalu Kecamatan Pariaman Utara Kota Pariaman.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi berbagai pihak yaitu :

1. Penulis, sebagai syarat untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Siswa, melalui informasi yang diperoleh dari penelitian ini, siswa dapat meningkatkan prestasi belajar menjadi lebih baik.
3. Guru, untuk meningkatkan kualitas mengajar dan kreatifitas guru dalam melaksanakan pembelajaran Penjas Orkes di SD Negeri 15 Ampalu Kecamatan Pariaman Utara Kota Pariaman.
4. Perpustakaan, sebagai bahan bacaan untuk menambah ilmu pengetahuan.