

**PELAKSANAAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI
OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SEKOLAH DASAR
NEGERI 03 LUHAK NAN DUO KECAMATAN LUHAK
NAN DUO KABUPATEN PASAMAN BARAT**

SKRIPSI

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



Oleh

**YESSI ARISANDI
NIM. 21086524**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2 0 2 3**

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Karya tulis/ Skripsi dengan judul ***“Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan Di Sekolah Dasar Negeri 03 Luhak Nan Duo Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat”*** 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,




Yessi Arisandi
NIM. 2021/ 21086524

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

**Julud : Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga
Dan Kesehatan Di Sekolah Dasar Negeri 03 Luhak Nan
Duo Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman
Barat**

Nama : Yessi Arisandi

NIM/BP : 21086524

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



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

Pembimbing



Dr. Hendri Neldi, M. Kes., AIFO
NIP. 19620520 198703 1 002

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

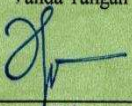

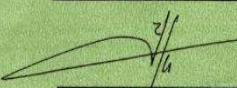
Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

Julud : Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga
Dan Kesehatan Di Sekolah Dasar Negeri 03 Luhak Nan
Duo Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman
Barat

Nama : Yessi Arisandi
NIM/BP : 21086524
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. Hendri Neldi, M.Kes., AIFO	
2. Anggota	: Sepriadi, S.Si., M.Pd	
3. Anggota	: Drs. Edwarsyah, M.Kes	

ABSTRAK

Yessi Arisandi (2022) : “Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Sekolah Dasar Negeri 03 Luhak Nan Duo Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat”.

Masalah dalam penelitian ini yaitu Pembelajaran PJOK di Sekolah Dasar Negeri 03 Luhak Nan Duo Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat kurang terlaksana dengan baik. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui bagaimana pelaksanaan pembelajaran PJOK di Sekolah Dasar Negeri 03 Luhak Nan Duo Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan November 2022. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah berupa angket (kuisisioner) dengan skala *Litker*. Populasi penelitian ini berjumlah 110 siswa dengan status terdaftar sebagai siswa di Sekolah Dasar Negeri 03 Luhak Nan Duo Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat Tahun Ajaran 2021/2022. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan cara *Purposive Sampling* sehingga menjadi 39 siswa sebagai sampel.

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 03 Luhak Nan Duo Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat yaitu tujuan pembelajaran 86,3% diklasifikasikan sangat baik, materi pembelajaran 87,8% diklasifikasikan sangat baik, metode pembelajaran 82,9% diklasifikasikan sangat baik, media/alat pembelajaran 85,8% diklasifikasikan sangat baik dan evaluasi pembelajaran 81,8% diklasifikasikan sangat baik. Hasil dari lima indikator didapat (*mean*) seluruh jawaban 84,9% diklasifikasikan “**sangat baik**”.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “ **Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Sekolah Dasar Negeri 03 Luhak Nan Duo Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat**”.

Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP).

Penulis menyadari skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca demi kesempurnaan.

Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu melalui ini penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. Alnedral, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.
2. Sepriadi, S.Si., M.Pd selaku Kepala Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.

3. Dosen Pembimbing, yang telah memberikan bimbingan dan dorongan, semangat, pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti dalam penulisan skripsi ini.
4. Dosen Penguji yang telah memberikan masukan, saran, motivasi, sumbangan pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti baik dalam penulisan maupun dalam menguji skripsi ini.
5. Seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada penulis selama penulis mengikuti perkuliahan.
6. Buat keluarga dan teman-teman yang senasib dan seperjuangan yang tidak disebutkan namanya satu persatu yang telah memberikan bantuan dan dorongan baik moril maupun materil dalam penyusunan skripsi ini.

Akhirnya penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Februari 2023

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI	i
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	ii
ABSTRAK.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	
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
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori.....	7
1. Pembelajaran.....	7
2. Pendidikan jasmani olahraga kesehatan	9
3. Pembelajaran PJOK	10
B. Kerangka Konseptual.....	20
C. Pertanyaan Penelitian.....	21
BAB III METODOLOGI PENULISAN	
A. Jenis Penelitian	23
B. Tempat dan Waktu Penulisan.....	23
C. Defenisi Operasional.....	24
D. Populasi dan Sampel	24
E. Jenis dan Sumber Data.....	26
F. Instrumen Penelitian	27
G. Teknik Pengumpulan Data	28

	H. Teknik Analisis Data.....	30
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
	A. Deskripsi Data	31
	B. Hasil Penelitian.....	38
	C. Pembahasan	39
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	
	A. Kesimpulan.....	45
	B. Saran-saran	46

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian	25
2. Sampel Penelitian	26
3. Distribusi Frekuensi Indikator Tujuan Pembelajaran.....	32
4. Distribusi Frekuensi Indikator Materi Pembelajaran	33
5. Distribusi Frekuensi Indikator Metode Pembelajaran	34
6. Distribusi Frekuensi Indikator Media Atau Alat Pembelajaran.....	36
7. Distribusi Frekuensi Indikator Evaluasi Pembelajaran	37
8. Distribusi Frekuensi Pelaksanaan Pembelajaran PJOK.....	39

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konseptual	21
2. Distribusi Frekuensi Histogram Tujuan Pembelajaran.....	32
3. Distribusi Frekuensi Histogram Materi Pembelajaran	34
4. Distribusi Frekuensi Histogram Metode Pembelajaran.....	35
5. Distribusi Frekuensi Histogram Media/ Alat Pembelajaran	36
6. Distribusi Frekuensi Histogram Evaluasi Pembelajaran	37
7. Distribusi Frekuensi Histogram Pelaksanaan Pembelajaran.....	40

DAFTAR LAMPIRAN

1. Kisi-Kisi Instrumen Penelitian.....	50
2. Angket Penelitian	51
3. Data Penelitian	54
4. Surat Izin Penelitian dari FIK	57
5. Surat Izin Penelitian dari Dinas.....	58
6. Surat Izin Penelitian dari Sekolah.....	59
7. Dokumentasi	60

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 (PJOK). Menurut Kementerian Pendidikan Nasional Nomor 22 tahun 2006, tanggal 23 Mei 2006 dalam kurikulum 2006 (2006:48) bahwa PJOK 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.

PJOK 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 (PJOK) diharapkan memberi kesempatan kepada siswa terlibat secara langsung dalam memproses kegiatan belajar melalui aktivitas jasmani. Berkaitan dengan pelaksanaan proses pembelajaran PJOK saat sekarang, telah mengacu kepada Kurikulum 2013.

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 kurang terlaksananya pelaksanaan pembelajaran PJOK di SD Negeri 03 Luhak Nan Duo Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat. 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 PJOK 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 PJOK yang diterapkan di SD Negeri 03 Luhak Nan Duo Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat dan salah satunya dapat dilakukan melalui sebuah penelitian. Oleh sebab itu, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul "Studi Pelaksanaan Pembelajaran PJOK di SD Negeri 03 Luhak Nan Duo Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat". 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 PJOK di SD Negeri 03 Luhak Nan Duo Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat.

B. Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Tujuan pembelajaran PJOK di SD Negeri 03 Luhak Nan Duo Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat.
2. Materi pembelajaran PJOK di SD Negeri 03 Luhak Nan Duo Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat.
3. Metode pembelajaran PJOK di SD Negeri 03 Luhak Nan Duo Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat.
4. Media atau alat pembelajaran PJOK di SD Negeri 03 Luhak Nan Duo Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat.
5. Evaluasi dan penilaian PJOK di SD Negeri 03 Luhak Nan Duo Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat.
6. Sarana dan Prasarana di Di SD Negeri 03 Luhak Nan Duo Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat.
7. Lingkungan di Di SD Negeri 03 Luhak Nan Duo Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat.

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 PJOK di SD Negeri 03 Luhak Nan Duo Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat meliputi:

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

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 PJOK di SD Negeri 03 Luhak Nan Duo Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat yang meliputi:

1. Tujuan pembelajaran PJOK siswa di SD Negeri 03 Luhak Nan Duo Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat?
2. Materi pembelajaran PJOK siswa di SD Negeri 03 Luhak Nan Duo Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat?
3. Metode pembelajaran PJOK siswa di SD Negeri 03 Luhak Nan Duo Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat?

4. Media pembelajaran PJOK siswa di SD Negeri 03 Luhak Nan Duo Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat?
5. Evaluasi dan penilaian pembelajaran PJOK siswa di SD Negeri 03 Luhak Nan Duo Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai melalui penelitian ini adalah untuk mengetahui sejauhmana pelaksanaan pembelajaran PJOK di SD Negeri 03 Luhak Nan Duo Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat.

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 PJOK di SD Negeri 03 Luhak Nan Duo Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat.
4. Perpustakaan, sebagai bahan bacaan untuk menambah ilmu pengetahuan.