

**TINJAUAN PELAKSANAAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN
JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN
DI SMK NEGERI 9 PADANG**

SKRIPSI

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



Oleh:

**SYARIF HIDAYAT
NIM: 19086437**

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

PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

**Judul : Tinjauan Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani
Olahraga dan Kesehatan di SMK Negeri 9 Padang**

Nama : Syarif Hidayat

NIM : 19086437/ 2019

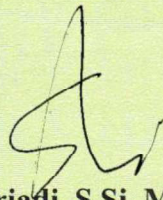
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Departemen : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Agustus 2023

**Mengetahui:
Ketua Departemen Pendidikan Olahraga**



**Sepriadi, S.Si, M.Pd
NIP. 1989090 1201404 1 002**

**Disetujui:
Pembimbing**



**Dra. Darni, M.Pd
NIP. 19601225 198403 2 001**

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Syarif Hidayat
NIM : 19086437/ 2019

**Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang
dengan judul**

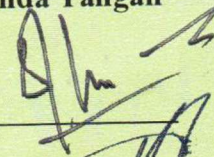
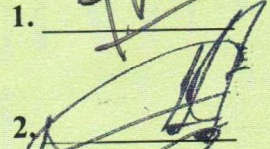
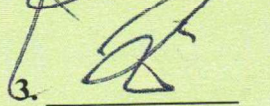
**Tinjauan Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan
Kesehatan di SMK Negeri 9 Padang**

Padang, Agustus 2023

Tim Penguji

1. Ketua : Dra. Darni, M.Pd
2. Anggota : Drs. Ali Umar, M.Kes
3. Anggota : Frizki Amra, S.Pd, M.Pd

Tanda Tangan

1. 
2. 
3. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Tinjauan Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMK Negeri 9 Padang” adalah karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, arahan dari pembimbing.
3. Didalam 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 dicantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan di dalam 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, Agustus 2023
Yang membuat pernyataan



Syarif Hidayat

ABSTRAK

Syarif Hidayat, (2023). Tinjauan Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMK Negeri 9 Padang

Masalah dalam penelitian ini adalah belum diketahuinya tentang pelaksanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di sekolah SMK Negeri 9 Padang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pelaksanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di sekolah SMK Negeri 9 Padang .

Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI SMK Negeri 9 Padang, yang berjumlah sebanyak 465 orang siswa. Teknik penarikan sampel dalam penelitian ini adalah simpel random sampling yaitu berjumlah 35 orang. Data dikumpulkan dengan menggunakan angket dalam pelaksanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Data dianalisis dengan teknik analisis perhitungan persentase.

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa hasil penelitian angket yang dijawab siswa siswi di SMK Negeri 9 Padang tentang perencanaan pembelajaran terhadap pelaksanaan pembelajaran PJOK sudah berjalan dengan sangat baik, proses pelaksanaan pembelajaran PJOK sudah berjalan dengan baik, dan evaluasi yang digunakan saat pelaksanaan pembelajaran PJOK sudah berjalan dengan baik. Secara keseluruhan tinjauan pelaksanaan pembelajaran PJOK berdasarkan tiga indikator yaitu: Perencanaan pembelajaran, proses pelaksanaan pembelajaran, evaluasi yang digunakan sudah berjalan dengan baik di SMK Negeri 9 Padang.

Kata kunci: Pelaksanaan Pembelajaran PJOK

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ungkapkan kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan karunia serta hidayah-Nya yang telah memberikan kekuatan kepada peneliti. Sehingga telah dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Tinjauan Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMK Negeri 9 Padang”. Shalawat beserta salam teruntuk Nabi besar Muhammad SAW yang telah bersusah payah merubah peradapan manusia dari zaman Jahiliah kepada zaman yang berilmu pengetahuan pada saat sekarang ini. Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat mencapai gelar sarjana (S.Pd) pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Dalam penelitian skripsi ini peneliti banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, baik secara moril maupun materil, sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini. Sebagai tanda hormat penulis pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang tidak terhingga kepada:

1. Kedua Orang Tua yang terkasih, Ayahanda tercinta Syafril dan Ibunda tersayang Yulina serta keluarga yang telah memberikan dukungan baik moril maupun materil serta do'a, motivasi yang senantiasa membantu memberikan dorongan semangat untuk penulis.
2. Rektor Universitas Negeri Padang Bapak Prof. Ganefri, Ph.D
3. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Bapak Prof. Dr. Nurul Ihsan, S.Pd, M.Pd
4. Ketua Prodi Pendidikan Olahraga Bapak Sepriadi, S.Si, M.Pd

5. Ibu Dra. Darni, M.Pd selaku pembimbing yang telah memberikan masukan serta arahan dalam penulisan skripsi ini.
6. Bapak Drs. Ali Umar, M.Kes, dan Bapak Frizki Amra, S.Pd, M.Pd, selaku penguji yang banyak memberikan masukan dan saran dalam perbaikan skripsi ini.
7. Kepala Sekolah SMK Negeri 9 Padang dan guru PJOK yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.
8. Rekan-rekan mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan masukan dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini hingga selesai melaksanakan penelitian ini.

Terimakasih yang begitu khusus pada keluarga dan para sahabat yang selalu mendo'akan dan memberikan bantuan moral, moril dan materi sehingga penelitian ini dapat diselesaikan. Atas segala bantuan, bimbingan dan pengorbanan tersebut di atas, semoga mendapat berkah dari Allah SWT. Aamiin-Aamiin ya rabbal'alamiin.

Padang, Agustus 2023

Syarif Hidayat

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II KERANGKA TEORITIS	
A. Kajian Teori	8
1. Hakikat belajar.....	8
2. Perencanaan Pembelajaran	12
3. Pelaksanaan Pembelajaran.....	31
4. Penilaian atau Evaluasi Hasil Pembelajaran.....	34
5. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan	36
B. Kerangka Konseptual	40
C. Pertanyaan Penelitian	41
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis, Tempat dan Waktu Penelitian	41
B. Populasi dan Sampel	41
C. Jenis dan Sumber Data	44
D. Teknik dan Alat Pengumpulan Data	44
E. Teknik Analisis Data	45

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data	46
1. Indikator 1 (Perencanaan pembelajaran)	46
2. Indikator 2 (Proses Pelaksanaan Pembelajaran)	48
3. Indikator 3 (Evaluasi yang digunakan).....	49
4. Indikator 4 (Pelaksanaan Pembelajaran PJOK).....	51
B. Pembahasan Hasil Penelitian	52
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	59
B. Saran	60
DAFTAR PUSTAKA	61
LAMPIRAN	64

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Rekapitulasi Nilai Siswa	4
2. Populasi Penelitian	43
3. Sampel Penelitian	43
4. Pernyataan Alternative Jawaban	45
5. Klasifikasi Nilai	45
6. Perencanaan pembelajaran	47
7. Proses pelaksanaan pembelajaran.	49
8. Evaluasi yang digunakan	50
9. Pelaksanaan Pembelajaran PJOK.....	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konseptual	40
2. Diagram indikator 1 (Perencanaan Pembelajaran).....	48
3. Diagram Indikator 2 (Proses Pelaksanaan Pembelajaran)	49
4. Diagram Indikator 3 (evaluasi yang digunakan).....	51
5. Diagram Pelaksanaan Pembelajaran PJOK.....	52

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Kisi-Kisi Angket	64
2. Angket Instrumen Penelitian.....	65
3. Data Penelitian	68
4. Dokumentasi Penelitian	69

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

“Pendidikan merupakan usaha untuk mengembangkan potensi dasar manusia, mempersiapkan sumber daya yang berkualitas, memiliki daya saing dan mampu menghadapi perubahan yang sangat pesat, untuk itulah pendidikan harus berorientasi ke masa depan yang memperhatikan tuntutan kemajuan zaman yang ditandai dengan persaingan yang sangat kompleks”(Nur, Nirwandi & Asmi, 2018:93) sementara menurut Menurut Ikhsan (2017) “Pendidikan merupakan sebuah wahana untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia khususnya anak bangsa sebagai generasi penerus” Pendidikan sangat dibutuhkan sekali mulai dari taman kanak-kanak sampai tingkat perguruan tinggi untuk mencapai tujuan pendidikan nasional. Kegiatan belajar merupakan kegiatan yang paling pokok dalam keseluruhan proses pendidikan di sekolah. Berhasil atau tidaknya pencapaian tujuan pendidikan banyak bergantung pada bagaimana proses yang dialami siswa sebagai anak didik dalam belajar.

Pendidikan jasmani merupakan bagian pendidikan keseluruhan di sekolah yang mengutamakan pertumbuhan dan pengembangan tiga ranah yaitu ranah kognitif, afektif dan psikomotor peserta didik. PJOK adalah suatu proses pembelajaran yang dilakukan melalui aktivitas jasmani, yang dirancang terstruktur yang bertujuan untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan, meningkatkan kemampuan dan keterampilan jasmani, kecerdasan dan

pembentukan watak, serta nilai dan sikap yang positif bagi setiap warga negara dalam rangka untuk mencapai tujuan dari pendidikan secara nasional. Dalam pelaksanaannya di sekolah PJOK memiliki tujuan yang hendak dicapai, dimana hal ini mengacu kepada pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, emosional dan social yang selaras dalam upaya membentuk dan mengembangkan kemampuan gerak dasar, menanamkan nilai, sikap dan membiasakan hidup sehat.

Berdasarkan hal yang dijabarkan sebelumnya, seorang guru yang mengajar pada jenjang Sekolah Menengah Pertama, khususnya guru PJOK diharapkan mampu merancang model pembelajaran yang mengandung unsur-unsur karakteristik yang di miliki oleh anak pada fase ini agar tujuan dari pembelajaran PJOK itu dapat tercapai, diantaranya adalah terjadinya perubahan tingkah laku dan berkembangnya kemampuan akademik yang di miliki peserta didik. Perubahan tingkah laku serta perkembangan kemampuan akademik yang dialami peserta didik selama mengikuti proses pembelajaran PJOK di sekolah kemudian dituangkan dalam simbol, angka ataupun huruf yang melambangkan hasil yang telah dicapai peserta didik selama periode tertentu, yang mana inilah yang dimaksud dengan hasil belajar. Purwanto (2013:46) juga mengemukakan pendapatnya mengenai hasil belajar, beliau mendefinisikan hasil belajar sebagai perubahan perilaku peserta didik akibat belajar. Perubahan perilaku disebabkan karena peserta didik mencapai penguasaan atas sejumlah bahan yang diberikan dalam proses belajar mengajar.

“Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan satu-satunya mata pelajaran yang difokuskan pada aktivitas gerak jasmani” (Darni & Wellis, 2018:415). Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan mata pelajaran yang mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik siswa, pengambilan nilai-nilai yang diterapkan, serta pembiasaan pola hidup sehat sehingga dapat merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang. Dengan adanya mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah diharapkan dapat membantu peserta didik untuk tumbuh dan berkembang secara maksimal, dilaksanakan sesuai dengan kurikulum yang ditetapkan oleh pemerintah pusat. Pada saat ini kurikulum mengalami perubahan dari kurikulum tingkat satuan pendidikan menjadi Kurikulum 2013.

Dalam pencapaian keberhasilan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan diharapkan sangat dipengaruhi oleh beberapa faktor berdasarkan Kurikulum 2013 antara lain perencanaan pembelajaran yang dibuat berdasarkan Kurikulum 2013, pelaksanaan pembelajaran berdasarkan Kurikulum 2013, evaluasi pembelajaran berdasarkan Kurikulum 2013, motivasi belajar, metode pembelajaran yang digunakan, sosial ekonomi serta sarana dan prasarana.

Berdasarkan hasil observasi dan informasi yang diterima dari guru PJOK di SMK Negeri 9 Padang menunjukkan bahwa hasil pembelajaran PJOK peserta didik SMK Negeri 9 Padang tergolong rendah, seperti terlihat dalam tabel berikut ini :

Tabel 1. Rekapitulasi Nilai Siswa

No	Kriteria	Kelas	
		XI. Perhotelan	XI. Tata Boga
1)	Jumlah siswa	39	32
2)	KKM	75	75
3)	Capaian ketuntasan	15	3
4)	Nilai rata-rata	73,94	61,79
5)	Nilai tertinggi	85	80
6)	Nilai terendah	55	40

Dari tabel di atas terlihat rendahnya capaian nilai siswa dilihat dari Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yaitu 75. Pada kelas XI. perhotelan terlihat jumlah siswa yang mencapai nilai di atas KKM 15 siswa, dengan nilai rata-rata kelas juga setara KKM yaitu 73,94, dan pada kelas XI Tata Boga terlihat jumlah siswa yang mencapai nilai di atas KKM hanya 3 siswa, dengan nilai rata-rata kelas juga masih di bawah KKM yaitu 61,79. Jadi dapat disimpulkan dari 2 lokal Kelas XI di SMK Negeri 9 Padang tidak ada kelas yang nilai rata-rata nya di atas KKM.

Berdasarkan paparan hasil observasi diatas, melihat masih rendahnya hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan siswa SMK Negeri 9 Padang. Dari permasalahan tersebut diduga ada beberapa faktor yang mempengaruhi pelaksanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan diantaranya disebabkan oleh kurangnya kemampuan guru dalam merencanakan program pengajaran, pelaksanaan pembelajaran yang kurang maksimal, proses evaluasi dan penilaian masih belum terlaksana dengan baik, kurang tepatnya metode mengajar yang digunakan guru, sarana dan prasarana, lingkungan atau lokasi sekolah yang dekat dengan keramaian seringkali mengganggu siswa dalam belajar. SMK Negeri 9 Padang memiliki sarana dan

prasarana yang masih belum lengkap, jumlah peralatan tidak seimbang dengan jumlah siswa sehingga dalam pelaksanaan praktek belum maksimal untuk pembelajaran PJOK.

Berdasarkan uraian tersebut, penulis merasa perlu dilakukan penelitian untuk meninjau pelaksanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di sekolah SMK Negeri 9 Padang.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Perencanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
2. Proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
3. Evaluasi pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
4. Ketersediaan sarana dan prasarana yang kurang memadai
5. Penggunaan metode dalam pembelajaran yang belum tepat
6. Sarana dan prasarana
7. Lingkungan sekolah
8. Motivasi siswa

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah maka peneliti membatasi ruang lingkup permasalahan yang akan diteliti yaitu :

1. Perencanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
2. Pelaksanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
3. Evaluasi pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah diatas maka penulis dapat merumuskan masalah dalam penelitian ini yaitu:

1. Bagaimanakah perencanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMK Negeri 9 Padang
2. Bagaimanakah pelaksanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMK Negeri 9
3. Bagaimanakah evaluasi pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMK Negeri 9 Padang

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dan mendeskripsikan:

1. Perencanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMK Negeri 9 Padang
2. Pelaksanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMK Negeri 9 Padang
3. Evaluasi pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMK Negeri 9 Padang

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk :

1. Bagi Sekolah

Sebagai sumber informasi dan sumbangan dalam upaya meningkatkan mutu dan kualitas pendidikan.

2. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini nantinya dapat dipergunakan sebagai referensi bagi mahasiswa lain untuk penulisan yang relevan, serta dapat menambah koleksi pustaka dan bahan bacaan bagi mahasiswa.

3. Bagi Guru

Penelitian ini dapat memberikan motivasi untuk bisa meningkatkan proses belajar mengajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan..

4. Bagi Siswa

Meningkatkan semangat belajar dan meningkatkan tingkat pemahaman peserta didik terhadap materi yang disampaikan, sehingga memudahkan siswa dalam melaksanakan pembelajaran.