

**HUBUNGAN KEBUGARAN JASMANI DENGAN HASIL BELAJAR  
PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA, DAN KESEHATAN  
SISWA KELAS V SD NEGERI 02 SARIAKLAWEH  
KECAMATAN AKABILURU  
KABUPATEN 50 KOTA**

**SKRIPSI**

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan  
Pada Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang



Oleh

**Maigy Yahdi Habillah  
18086285**

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

## HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Hubungan Kebiasaan Jaminan dengan Hasil Belajar  
Pendidikan Jaminan, Olahraga dan Kesehatan Siswa Kelas  
V SD Negeri 02 Saraklaweh Kecamatan Akahiluru  
Kabupaten SO Kota

Nama : Mury Yuhda Handoah

NIM : 183062387

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Departemen : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Padang, 30 Januari 2024

Ditandatangani

Kepala Departemen Pendidikan Olahraga

Dr. Alho Nara Putra, M.Pd.  
NIP. 198909012018031001

Pembimbing

M. Rizki A. F. M. Pd.  
NIP. 197908142006041001

## BALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

Dinyatakan Lulus setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi Program  
Studi Pendidikan Jurusan Kesehatan dan Rekreasi  
Departemen Pendidikan Olahraga  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Negeri Padang

Judul Hubungan Kebiasaan Jajanan Jengkol Hasil Belajar Pendidikan Jajanan, Olahraga dan Kesehatan Siswa Kelas V SD Negeri 02 Sarakabandi Kecamatan Akabuluru Kabupaten Solok

Nama Masy Yaldi Bahidin

NIM 10094205

Program Studi Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi

Departemen Pendidikan Olahraga

Fakultas Fakultas Ilmu Kesehatan

Padang, 30 Januari 2024

### Tim Penguji

No	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	Arifinal, S.Pd., M.Pd	1. 
2. Anggota	Dr. Hedy Bahdi, M.Kes., AIPP	2. 
3. Anggota	Muhammad Aswadi, S.Si., M.Pd	3. 

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul "Hubungan Kebugaran Jasmani dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Siswa Kelas V SD Negeri 02 Sariaklaweh Kecamatan Akabiluru Kabupaten 50 Kota" 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 diantumkan 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, Februari 2024  
Yang membuat pernyataan

The image shows an official stamp of Universitas Islam Sumatera Utara (UISU) on the left, featuring the university's logo and name. To the right of the stamp is a handwritten signature in black ink.

Muhyi Yaldi Habibillah  
NIM. 2018/18086285

## ABSTRAK

**Maigy Yahdi Habillah (2023) : Hubungan Kebugaran Jasmani dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Siswa Kelas V SD Negeri 02 Sariaklaweh Kecamatan Akabiluru Kabupaten 50 Kota**

Mata Pelajaran Pendidikan dalam kurikulum nasional yang bertujuan untuk membantu pembinaan dan pengembangan individu maupun kelompok dalam menunjang pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, sosial serta emosional yang serasi selaras dan seimbang. Kurang seriusnya siswa kelas V SD Negeri 02 Sariak Laweh dalam belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan diakibatkan oleh kurangnya sarana dan prasarana olahraga, keadaan lingkungan yang tidak memadai, tingkat kebugaran jasmani siswa, latar belakang ekonomi orang tua, metode yang diajarkan kurang tepat. Masalah dalam penelitian ini digunakan untuk mengetahui bagaimanakah hubungan kebugaran jasmani dengan hasil belajar PJOK siswa kelas V SD Negeri 02 Sariaklaweh.

Jenis penelitian ini adalah korelasi dengan pendekatan kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V di SD Negeri 02 Sariaklaweh yang berjumlah 31 orang siswa. Penarikan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik total sampling, sehingga sampel dalam penelitian ini berjumlah 31 orang, terdiri dari 18 siswa dan 13 siswi. Teknik pengumpulan data menggunakan tes kebugaran jasmani kelompok usia 10-12 tahun atau untuk siswa sekolah dasar. Teknik analisis data menggunakan teknik analisis uji korelasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Kebugaran jasmani siswa pada kategori kategori baik sekali 1 orang dengan persentase 3,22%, , kategori baik sebanyak 7 orang dengan persentase 22,58%, kategori sedang sebanyak 13 orang dengan persentase 41,93%, kategori kurang sebanyak 9 orang dengan persentase 29,03%, dan kategori kurang sekali sebanyak 1 orang dengan persentase 3,22%. Maka dari hasil rata-rata kebugaran jasmani siswa kelas V SD Negeri 02 Sariak Laweh secara keseluruhan di kategorikan sedang. (3) Terdapat Hubungan yang signifikan antara kebugaran jasmani dengan hasil belajar PJOK dengan korelasi (0,126) memiliki tingkat hubungan yang sedang.

***Kata kunci: Kebugaran Jasmani, Hasil Belajar PJOK***

## KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan Alhamdulillah kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis telah dapat menyelesaikan Skripsi ini yang berjudul “Hubungan Kebugaran Jasmani Dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Siswa Kelas V SD Negeri 02 Sariak Laweh Kecamatan Akabiluru”.

Penulisan Skripsi ini bertujuan untuk melengkapi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana pendidikan pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Penulis menyadari dalam pembuatan Skripsi ini masih kurang sempurna, mengingat ilmu, waktu, dan informasi yang penulis miliki. Oleh karena itu apabila ada keritikan dan saran yang sifatnya membangun sangat penulis hargai. Sehubungan dengan diselesaikannya Skripsi ini, penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu dalam pembuatan Skripsi ini, khususnya kepada:

1. Bapak Atradinal S.Pd., M.Pd selaku dosen pembimbing yang telah mengorbankan waktu, tenaga dan pikiran dalam memberikan bimbingan dan bantuan terhadap penulis selama menyelesaikan Skripsi ini.
2. Bapak Dr. Hendri Neldi, M.Kes., AIFO sebagai penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam menyelesaikan Skripsi ini.
3. Bapak Muhammad Ernando, S.Si., M.Pd sebagai penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam menyusun Skripsi ini.
4. Ibu kepala sekolah SD Negeri 02 Sariak Laweh yang telah membantu penulis dalam memberikan izin serta keterangan data untuk penulisan Skripsi ini.
5. Kedua orang tua yang terkasih, Ayahanda tercinta Alm. Yahya dan Ibunda tersayang Erni S.Pd serta kakak dan adik Aisyah Erya Ayunang dan Rahmat Ibnu Yahya yang telah memberikan dukungan baik moril maupun materil serta do'a, motivasi yang senantiasa membantu memberikan dorongan semangat untuk penulis.
6. Semua rekan-rekan yang seangkatan, para senior maupun junior yang telah banyak berpartisipasi, baik secara langsung maupun tidak langsung guna memperlancar Skripsi ini.

Akhirnya penulis menyadari bahwa penulisan ini masih jauh dari kesempurnaan, baik dalam isi maupun penyajiannya, maka dengan segala kerendahan hati penulis mengharapkan agar kekurangan ini tidaklah mengecilkan arti dari penulisan ini. Dan dengan senang hati penulis menerima kritikan dan saran-saran dari pembaca demi kesempurnaan skripsi ini. Aamiin....

Padang, Januari 2023  
Penulis

Maigy Yahdi Habillah

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI</b>	
<b>PERNYATAAN</b>	
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b>	
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>viii</b>
<b>BAB I.....</b>	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	5
C. Pembatasan Masalah .....	5
D. Rumusan Masalah .....	6
E. Tujuan Penelitian .....	6
F. Manfaat Penelitian .....	6
<b>BAB II LANDASAN TEORI .....</b>	<b>8</b>
A. Kajian Teori .....	8
B. Kerangka Berfikir.....	28
C. Hipotesis Penelitian.....	28
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>29</b>
A. Jenis, Tempat dan Waktu Penelitian .....	29
B. Populasi Dan Sampel .....	29
C. Jenis dan Sumber Data.....	31
D. Teknik Pengumpulan Data.....	31
E. Instrumen Penelitian.....	32



<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>45</b>
A. Deskripsi Data.....	45
B. Analisis Data Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C. Pengujian Persyaratan Analisis.....	58
D. Pembahasan.....	61
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>70</b>
A. Simpulan .....	70
B. Saran.....	70
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>72</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>74</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
Tabel 1. Populasi Penelitian .....	30
Tabel 2. Sampel Penelitian .....	31
Tabel 3. Penilaian Lari 40 Meter TKJI Anak Usia 10-12 Tahun .....	32
Tabel 4. Penilaian Baring duduk/ Sit Up 30 detik TKJI Anak Usia 10-12 Tahun.....	34
Tabel 5. Penilaian Lari Jarak Menengah 600 Meter TKJI Anak Usia 10-12 Tahun.....	36
Tabel 6. Gantung Angkat Tubuh TKJI Anak Usia 10-12 Tahun .....	38
Tabel 7. Loncat Tegak TKJI Anak Usia 10-12 Tahun .....	40
Tabel 8. Norma TKJI.....	42
Tabel 9 : Formulir TKJI.....	43
Tabel 10. Distribusi Frekuensi Kebugaran Jasmani Berdasarkan Tes Lari 40 Meter .....	46
Tabel 11. Distribusi Frekuensi Kebugaran Jasmani Berdasarkan Tes Gantung Angkat Tubuh.....	48
Tabel 12. Distribusi Frekuensi Kebugaran Jasmani Berdasarkan Tes Baring Duduk .....	50
Tabel 13. Distribusi Frekuensi Kebugaran Jasmani Berdasarkan Tes Loncat Tegak .....	52
Tabel 14. Distribusi Frekuensi Kebugaran Jasmani Berdasarkan Tes Lari 600 Meter .....	53
Tabel 15. Distribusi Frekuensi Kebugaran Jasmani .....	55
Tabel 16. Distribusi Frekuensi Nilai Hasil Belajar .....	56
Tabel 17. Uji Normalitas distribusi Data.....	59
Tabel 18. Korelasi Kebugaran Jasmani (X) dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (Y).....	60
Tabel 19. Rangkuman Uji Signifikansi Koefisien Korelasi antara Variabel Kebugaran Jasmani dengan Hasil Belajar PJOK.....	61

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
Gambar 1 . Kerangka Konseptual .....	28
Gambar 2. Posisi Start lari cepat .....	33
Gambar 3. Gerakan Baring Menuju Sikap Duduk .....	35
Gambar 4. Posisi Star Lari 600 Meter.....	37
Gambar 5. Pencatat hasil.....	38
Gambar 6. Tes gantung angkat tubuh .....	39
Gambar 7.papan loncatan.....	41
Gambar 8. Sikap menentukan raihan tegak.....	41
Gambar 9. Posisi Start Lari 600 Meter (Maigy Jumat 25 Agustus 2023).....	88
Gambar 10. Gantung Angkat Tubuh Putri (Maigy Jumat 25 Agustus 2023) .....	89
Gambar 11. Gantung Angkat Tubuh Putra (Maigy Jumat 25 Agustus 2023).....	90
Gambar 12. Baring Duduk Putra (Maigy Sabtu 25 Agustus 2023) .....	91
Gambar 13. Baring Duduk Putri (Maigy Sabtu 25 Agustus 2023).....	92
Gambar 14. Lari 40 Meter (Maigy Jumat 25 Agustus 2023).....	93
Gambar 15. Alat Tes Kebugaran Jasmani (Maigy Jumat 25 Agustus 2023).....	94
Gambar 16. Loncat Tegak Putra (Maigy Jumat 25 Agustus 2023).....	95
Gambar 17. Loncat Tegak Putri (Maigy Jumat 25 Agustus 2023) .....	96

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran</b>	<b>Halaman</b>
Lampiran 1: Data Mentah Kebugaran Jasmani Putra .....	75
Lampiran: 2 Data Mentah Kebugaran Jasmani Putri .....	76
Lampiran 3: Data Hasil Putra.....	77
Lampiran 4: Data Hasil Putri .....	78
Lampiran 5: Hasil Belajar PJOK Siswa Kelas V Semester 1 SD 02 Sariak Laweh .....	79
Lampiran 6: Data Penelitian.....	80
Lampiran 7: Dokumentasi Penelitian.....	81
LAMPIRAN 8: SURAT-SURAT PENELITIAN.....	97

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

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

Pendidikan adalah salah satu bidang yang memegang peran penting untuk membangun manusia Indonesia seutuhnya. Tujuan pendidikan itu sendiri adalah mengembangkan sumber daya manusia sedini mungkin secara terarah, menyeluruh dan optimal serta sehat jasmani dan rohani berlandaskan Pancasila. Dalam usaha mengembangkan dan pembangunan disegala bidang melalui pendidikan pemerintah berupaya melalui penyelenggaraan mata pelajaran yang dimuat dalam kurikulum nasional yang bertujuan untuk membantu pembinaan dan perkembangan jasmani, mental serta emosional yang serasi, selaras dan seimbang. Hal ini sesuai dengan pasal 3 undang-undang RI NO.20 Tahun 2003 tentang system pendidikan Nasional yang menyatakan bahwa :

“Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap kreatif, mandiri, dan menjadi warga Negara yang demokrasi dan bertanggungjawab” (Depdikbud. 2003:5).

Tujuan utama dari pendidikan adalah belajar, tidak ada pendidikan tanpa kegiatan belajar. Pendidikan adalah indikator yang digunakan untuk kemajuan suatu negara yang mendukung pembangunan dan merupakan kompetensi suatu negara. Melalui pendidikan manusia

dapat menghadapi dan menyelesaikan masalah serta tantangan yang dihadapi oleh manusia. Berbicara tentang pendidikan, pendidikan tidak dapat dipisahkan dengan upaya-upaya yang harus dilakukan untuk menciptakan sumber daya manusia yang kompeten dan berkualitas. Belajar sangat diperlukan bagi setiap individu untuk mengembangkan potensi diri dan memperoleh pengetahuan mengenai apa yang dipelajari.

Setiap proses belajar mengajar selalu menghasilkan hasil belajar. Hasil belajar merupakan perubahan tingkah laku seseorang baik dari segi pengetahuan ataupun sikap setelah melakukan proses pembelajaran baik pembelajaran formal maupun non formal. Menurut Rusmono (2017:8) menyatakan bahwa hasil belajar adalah perubahan perilaku individu yang meliputi ranah kognitif, afektif, dan psikomotorik. Perubahan perilaku tersebut diperoleh setelah siswa menyelesaikan program pembelajarannya melalui interaksi dengan berbagai sumber belajar dan lingkungan belajar.

Tercapai atau tidaknya tujuan pembelajaran dapat dilihat dari hasil belajar yang diraih oleh siswa. Hasil belajar yang baik adalah hasil belajar yang diperoleh siswa sesuai dengan Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM). Tingginya hasil belajar dapat menyatakan bahwa siswa telah menguasai setiap materi pembelajaran yang diberikan. Menurut Ade Wahyudi dan Bafirman (2019: 473), untuk mencapai hasil belajar yang diinginkan maka siswa harus memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar dimana dalam mencapai hasil belajar

tersebut dipengaruhi oleh faktor internal yaitu faktor-faktor yang berasal dari dalam diri siswa, faktor internal yang dimaksud disini adalah kecerdasan emosional, bakat, minat, motivasi, tingkat kebugaran jasmani dan status gizi siswa. Sedangkan faktor eksternal yaitu faktor-faktor yang berasal dari luar diri siswa tersebut, faktor eksternal yang dimaksud adalah sarana dan prasarana, kompetensi guru, letak geografis tempat tinggal, faktor ekonomi keluarga, pendidikan orang tua, lingkungan sekolah, lingkungan masyarakat dan sebagainya.

Untuk melakukan tujuan pendidikan nasional tersebut, dapat melalui pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang dilaksanakan di sekolah-sekolah dimulai dari tingkat SD, SMP dan SMA. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan. Oleh karena itu, pelaksanaan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan harus diarahkan pada pencapaian tujuan tersebut.

Salah satu faktor untuk meningkatkan pendidikan dan manusia yang intelektual adalah kebugaran jasmani manusia itu sendiri. “Kebugaran jasmani merupakan kondisi tubuh seseorang, yang mempunyai peranan penting dalam kegiatan atau aktivitas sehari-hari. Setiap individu perlu memiliki tingkat kebugaran jasmani yang ideal. Hal itu disesuaikan dengan tuntutan tugas maupun aktivitas dalam kehidupan sehari-hari” (Zainul Arifin 2018:24).

Berdasarkan kutipan yang dikemukakan di atas, kebugaran jasmani bentuk ketahanan fisik manusia dalam melakukan berbagai macam bentuk aktivitas dalam kehidupan sehari-hari, Kebugaran jasmani sangat dibutuhkan oleh siswa untuk memperoleh ketangkasan, kesanggupan, ketahanan, serta kemampuan belajar yang tinggi, seperti daya tahan yang baik sangat dibutuhkan seorang siswa dalam melaksanakan aktifitas sehari-hari. Mata pelajaran PJOK disekolah, merupakan salah satu sarana dan prasarana bagi siswa dalam mengembangkan minatnya, tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti. Sehingga, masih terdapat sisa tenaga yang dapat digunakan untuk beraktifitas secara spontan, dimana seseorang yang memiliki tingkat kebugaran kurang tidak dapat melakukannya.

Melalui pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan siswa akan mempunyai pengetahuan tentang pentingnya kebugaran jasmani. Selain itu dengan PJOK dapat melatih kecepatan dan kelincahan siswa dalam melakukan aktivitas fisik. PJOK sangat dibutuhkan oleh setiap siswa untuk memperoleh ketangkasan, kesanggupan serta kemampuan belajar yang tinggi. Salah satu jalan untuk memelihara atau meningkatkan kebugaran jasmani dengan melakukan olahraga secara teratur dan aktivitas fisik sehari-hari yang bermanfaat untuk kesehatan. Jadi, mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan perlu dilaksanakan di setiap sekolah sesuai



dengan kurikulum, pendidikan, untuk membina kebugaran jasmani, kesehatan dan rohani anak didik.

Pembinaan kebugaran jasmani dan kesehatan disekolah perlu mempertimbangkan aspek kondisi sekolah, lingkungan geografi dan status ekonomi orang tua siswa. Sebab, kondisi suatu sekolah belum tentu sama dengan sekolah lainnya. Ada sekolah yang dapat menyediakan sarana dan prasarana pendukung yang memadai, tetapi ada juga sekolah yang tidak dapat menyediakan sarana pendukung pendidikan kebugaran jasmani dan kesehatan, selain itu kondisi geografis juga ikut mempengaruhi tingkat kebugaran jasmani siswa.

Pendidikan jasmani memiliki peran yang sangat penting dalam mengintensifkan penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan jasmani memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis, terarah, dan terencana. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina, sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat.

Menurut Abbas dalam Berto Appriyanto (2017: 20), menyatakan bahwa suatu proses belajar mengajar dikatakan berhasil apabila 75% dari pelajar yang mengikuti pembelajaran tersebut mendapatkan nilai di atas KKM. Dengan demikian, hasil belajar siswa

kelas V SD Negeri 02 Sariak Laweh yang mengikuti mata pelajaran PJOK belum pada tingkat yang diharapkan.

Berdasarkan observasi yang peneliti lakukan di SDN 02 Sariak Laweh Kec.Akabiluru ditemukan lapangan saat melakukan aktivitas jasmani, diduga kebugaran jasmani siswa kelas V SDN 02 Sariak Laweh Kec.Akabiluru tergolong rendah. Hal itu dilihat dari banyak aspek mulai kenyataan di lapangan, sarana dan prasarana di sekolah yang kurang lengkap dan lingkungan sekolah tempat berolahraga yang kurang strategis biasa juga mengakibatkan beberapa peserta didik malas melakukan aktivitas jasmani. Tetapi hal tersebut tidak bisa membuktikan bahwa tingkat kebugaran jasmani siswa tersebut rendah, karena banyak aktivitas jasmani peserta didik diluar sekolah yang peneliti tidak ketahui.

Dari fenomena yang ditemukan di atas peneliti menduga bahwa banyaknya hasil belajar PJOK siswa yang tidak mencapai batas KKM berkemungkinan disebabkan oleh beberapa faktor di daalamnya, diantaranya tingkat kebugaran jasmani siswa rendah, gizi, motivasi belajar, metode pembelajaran yang kurang efektif, kurang tersedianya sarana dan prasarana sehingga membuat mereka malas belajar sehingga mempengaruhi hasil belajar PJOK dan kesehatan siswa.

Dengan demikian, untuk mendapatkan data dan informasi yang mendekati kebenaran ilmiah peneliti tertarik untuk melakukan suatu penelitian dengan judul “Hubungan Kebugaran Jasmani dengan

Hasil Belajar Siswa Kelas V SDN 02 Sariak Laweh Kec.Akabiluru kab.50 kota”. Dengan latar belakang yang peneliti paparkan diatas mendasarkan peneliti mengadakan penelitian benar mendalam, sehingga mendapatkan data dan informasi yang akurat, serta untuk dicapainya solusi atau jalan permasalahan yang akurat.

### **B. Identifikasi Masalah**

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

1. Tingkat kebugaran jasmani siswa
2. Aktivitas siswa
3. Hasil belajar
4. Latar belakang ekonomi orang tua
5. Kesehatan lingkungan
6. Sarana dan prasarana
7. Kemampuan guru/metode mengajar guru

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dijabarkan dan karena keterbatasan waktu, tenaga dan biaya, maka peneliti membatasi penelitian tentang hubungan kebugaran jasmani dengan hasil belajar PJOK.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan pembatasan masalah yang telah dijelaskan maka penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut :  
Apakah terdapat hubungan antara kebugaran jasmani dengan hasil belajar PJOK?

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

Sesuai dengan rumusan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka tujuan penelitian untuk mengetahui : Hubungan antara Kebugaran Jasmani dengan hasil belajar PJOK siswa SDN 02 Sariak Laweh Kec.Akabiluru Kab. 50 Kota.

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

Adapun manfaat penelitian diharapkan bermanfaat bagi:

1. Salah satu persyaratan memperoleh gelar sarjana pendidikan olahraga di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Bagi guru, untuk dijadikan sebagai bahan pertimbangan bagi SDN 02 Sariaklaweh Kec.Akabiluru dalam usaha peningkatan kebugaran jasmani siswanya.
3. Bagi siswa agar dapat di jadikan motivasi untuk meningkatkan kebugaran jasmaninya.
4. Bagi kepala Sekolah SDN 02 sariaklaweh Kec.Akabiluru dalam upaya peningkatan kebugaran jasmani siswanya.
5. Bahan masukan bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti secara mendalam.

6. Instansi terkait, sebagai bahan masukan dalam peningkatan mutu pendidikan jasmani kedepan.
7. Para pembaca di perpustakaan, sebagai bahan bacaan dalam pengembangan ilmu pengetahuan.