

**MINAT SISWA XI DALAM MENGIKUTI PEMBELAJARAN  
PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
DI SMA NEGERI 1 BANUHAMPU**

**SKRIPSI**

**Untuk memenuhi sebagian persyaratan  
Memperoleh gelar Sarjana Pendidikan**



**Oleh:**

**FATAHUR RISKI**  
**NIM. 18086245**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2024**

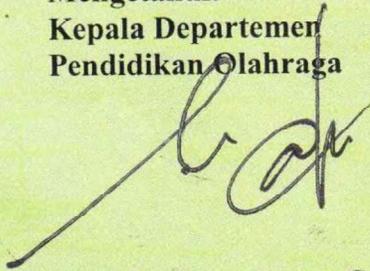
**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

**SKRIPSI**

**Judul** : Minat Siswa XI Dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMA Negeri 1 Banuhampu  
**N a m a** : Fatahur Riski  
**NIM** : 18086245  
**Program Studi** : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
**Departemen** : Pendidikan Olahraga  
**Fakultas** : Ilmu Keolahragaan

Padang, Maret 2024

**Mengetahui:**  
**Kepala Departemen**  
**Pendidikan Olahraga**



**Dr. Aldo Naza Putra, S.Pd, M.Pd**  
**NIP. 19890901 201803 1 001**

**Disetujui:**  
**Pembimbing**



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

## PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Fatahur Riski  
NIM : 18086245

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

Minat Siswa XI Dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani  
Olahraga dan Kesehatan di SMA Negeri 1 Banuhampu

Padang, Maret 2024

### Tim Penguji

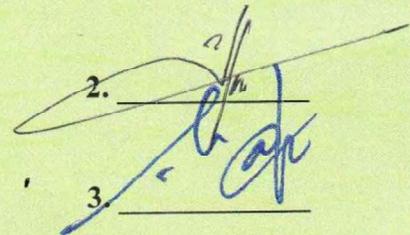
1. Ketua : Sepriadi, S.Si, M.Pd
2. Anggota : Drs. Edwarsyah, M.Kes
3. Anggota : Dr. Aldo Naza Putra, S.Pd, M.Pd

### Tanda Tangan

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

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

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



## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi saya yang berjudul Minat Siswa XI Dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMA Negeri 1 Banuhampu adalah karya tulis saya dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik Sarjana di Universitas Negeri Padang maupun Perguruan Tinggi lainnya.
2. Skripsi ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya dan bukan merupakan duplikasi orang lain.
3. Di dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara jelas dicantumkan dalam kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Maret 2024  
Yang membuat pernyataan



Fatahur Riski  
NIM. 18086245

## ABSTRAK

### **Fatahur Riski. 2024. Minat Siswa XI Dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMA Negeri 1 Banuhampu**

Permasalahan penelitian ini adalah belum diketahuinya minat siswa kelas XI SMA Negeri 1 Banuhampu dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui minat siswa kelas XI SMA Negeri 1 Banuhampu dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK).

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. penelitian ini dilaksanakan pada bulan November s.d Desember 2023 di SMA Negeri 1 Banuhampu. populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI SMA Negeri 1 Banuhampu yang berjumlah 264. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*, maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 72 orang siswa. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan angket atau kuesioner penelitian. Teknik analisis data menggunakan analisis statistik deskriptif persentatif.

Hasil penelitian ini menyatakan bahwa minat siswa kelas XI SMA Negeri 1 Banuhampu dalam mengikuti pembelajaran PJOK sebanyak 72 siswa, dapat dikatakan bahwa minat siswa kelas XI SMA Negeri 1 Banuhampu dalam mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) memperoleh kategori baik.

**Kata Kunci: Minat, Pembelajaran PJOK**

## KATA PENGANTAR



Alhamdulillah, puji syukur peneliti ucapkan kehadiran ALLAH SWT, atas berkah dan hidayah-Nya peneliti dapat menyusun dan menyelesaikan penelitian yang berjudul “Minat Siswa XI Dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan di SMA Negeri 1 Banuhampu”. Shalawat beiringkan salam penulis ucapkan kepada junjungan Nabi besar Muhammad SAW yang telah bersusah payah membimbing umatnya dari zaman kebodohan ke zaman yang penuh dengan ilmu pengetahuan seperti yang kita rasakan saat ini.

Dalam melaksanakan penyelesaian penelitian, peneliti banyak mendapat bantuan bimbingan dari berbagai pihak. Selanjutnya peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Ganefri, Ph.D selaku rektor Universitas Negeri Padang yang telah memberikan dukungan dan fasilitas dalam perkuliahan.
2. Bapak Prof. Dr. Nurul Ihsan, S.Pd, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal selama perkuliahan.
3. Bapak Dr. Aldo Naza Putra, S.Pd, M.Pd selaku Kepala Departemen Pendidikan Olahraga sekaligus pembimbing yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga peneliti dapat mengikuti perkuliahan dengan baik dan telah memberikan bimbingan, arahan, dan petunjuk yang sangat membantu dalam penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

4. Bapak Sepriadi, S.Si, M.Pd, selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan petunjuk yang sangat membantu dalam penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
5. Bapak Drs. Edwarsyah, M.Kes dan bapak Dr. Aldo Naza Putra, S.Pd, M.Pd selaku tim penguji yang telah memberikan saran dan masukan kepada peneliti dalam penulisan skripsi ini.
6. Seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada peneliti selama mengikuti perkuliahan.
7. Kepada sampel penelitian yakni seluruh siswa kelas XI SMA Negeri 1 Banuhampu.
8. Guru PJOK SMA Negeri 1 Banuhampu yang telah membantu peneliti dalam pengambilan data penelitian.
9. Teristimewa untuk kedua orang tua yang saya cintai Ayah dan Ibu beserta Kakak dan Abang yang merupakan jiwa dan kekuatan terbesar peneliti untuk menyelesaikan perkuliahan ini.
10. Rekan-rekan mahasiswa Pendidikan Olahraga 2018 Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang senasib dan seperjuangan yang telah memberikan bantuan dan dorongan dalam penyusunan skripsi ini.

Akhirnya peneliti mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini dapat bermanfaat.

Padang, Januari 2024

Penulis

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>KAT PENGANTAR</b> .....	ii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	iv
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	vii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	5
C. Batasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah .....	6
E. Tujuan Penelitian .....	7
F. Kegunaan penelitian.....	7
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Kajian Teori.....	8
1. Pengertian Minat .....	8
2. Faktor Yang Mempengaruhi Minat.....	11
3. Ciri-Ciri Minat .....	13
4. Bentuk-Bentuk Minat.....	15
5. Aspek-Aspek Minat .....	16
6. Cara Menentukan Minat.....	17
B. Kerangka Konseptual .....	18
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian.....	20
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	20
C. Populasi dan Sampel .....	20
D. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	23
E. Teknik Pengumpulan Data.....	23
F. Teknik Analisis Data.....	24

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Deskripsi Data.....	26
B. Hasil Penelitian .....	26
1. Minat Siswa Kelas XI Dalam Mengikuti Pembelajaran pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di SMA Negeri 1 Banuhampu pada Faktor intrinsik .....	26
2. Minat Siswa Kelas XI Dalam Mengikuti Pembelajaran pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di SMA Negeri 1 Banuhampu pada Faktor ekstrinsik.....	28
C. Jawaban Pertanyaan Penelitian .....	29
D. Pembahasan.....	31

## **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan .....	35
B. Saran.....	36

## **DAFTAR PUSTAKA.....**

## **LAMPIRAN.....**

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1. Sampel penelitian .....	20
2. Kisi-kisi Instrumen Minat .....	24
3. Tingkat Kategori .....	25
4. Minat Siswa Kelas XI dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di SMA Negeri 1 Banuhampu Pada Factor Intrinsik .....	27
5. Minat Siswa Kelas XI dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di SMA Negeri 1 Banuhampu Pada Factor Ektrinsik .....	28
6. Minat Siswa Kelas XI dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di SMA Negeri 1 Banuhampu....	30

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
1. Kerangka Konseptual .....	19
2. Histogram Minat Siswa Kelas XI dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di SMA Negeri 1 Banuhampu Pada Factor Intrinsik .....	27
3. Histogram Minat Siswa Kelas XI dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di SMA Negeri 1 Banuhampu Pada Factor Ektrinsik .....	29
4. Histogram Minat Siswa Kelas XI dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di SMA Negeri 1 Banuhampu.	30

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan atau disingkat dengan PJOK bukan pembelajaran olahraga saja, dan bukan juga tentang kesehatan saja, tetapi sebagai bagian dari pendidikan jasmani. Jika selama ini guru lebih banyak mengajarkan olahraga, bukan pendidikan jasmani, maka kesalahan ini harus diperbaiki. Pendidikan jasmani adalah dasar bagi siswa untuk memiliki kemampuan gerak dasar yang akan menjadikan mereka memiliki keterampilan gerak yang bermanfaat dalam kehidupan sehari-hari, serta membiasakan gaya hidup aktif dan sehat untuk jangka panjang. Selanjutnya, dasar gerak dan keterampilan gerak dalam olahraga yang diberikan dalam pembelajaran PJOK akan memberikan manfaat kepada siswa, untuk mahir melakukan kegiatan olahraga yang disukainya. Pendidikan jasmani menjadi pembelajaran bagi siswa untuk memiliki gaya hidup sehat dan aktif.

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan 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.

Pendidikan nasional adalah pendidikan yang berdasarkan Pancasila dan Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945 yang berakar pada nilai-nilai agama, kebudayaan nasional Indonesia dan tanggap terhadap tuntutan perubahan zaman (UU No. 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional). Berdasarkan peraturan undang-undang ini adalah sebagai acuan pelaksanaan pembelajaran PJOK.

Pendidikan melalui aktivitas fisik ini diharapkan akan menumbuhkan sikap spiritual, sosial serta memiliki keterampilan dalam aktivitas gerak pada siswa. Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) menggunakan olahraga sebagai sarana. Sehingga dalam pelaksanaan di sekolah bukan mempelajari kecabangan dalam olahraga melainkan siswa agar memahami bagaimana prinsip dasar gerak dilakukan dengan baik. Diharapkan agar generasi penerus memiliki keterampilan gerak, kecerdasan, tanggung jawab, dan menghargai teman.

PJOK adalah mata pelajaran yang membekali siswa dengan kemampuan untuk memiliki kebugaran dan keterampilan jasmani yang bermanfaat dalam kehidupan sehari-hari. Memiliki tujuan supaya siswa dapat memperoleh perubahan perilaku gerak, perilaku berolahraga dan perilaku sehat. Pada akhirnya jasmani dibarengi dengan sikap yang sesuai sehingga memperoleh hasil yang optimal.

Pembelajaran merupakan proses yang interaktif antara guru dengan peserta didik. Pembelajaran melibatkan multi pendekatan dengan

menggunakan teknologi yang akan membantu memecahkan permasalahan faktual di dalam kelas.

Pembelajaran PJOK bertujuan untuk meningkatkan *life-long physical activity* dan mendorong perkembangan fisik, psikologis dan sosial peserta didik (Sumaryoto, dkk 2017:8). Jika ditelaah lebih lanjut, tujuan ini mendorong perkembangan motivasi diri untuk melakukan aktivitas fisik, memperkuat konsep diri, belajar bertanggung jawab dan keterampilan kerjasama. Peserta didik akan belajar mandiri, mengambil keputusan dalam proses pembelajaran, belajar bertanggung jawab dengan diri dan orang lain. Proses menuju memiliki rasa tanggung jawab ini setahap demi setahap beralih dari guru kepada peserta didik.

Mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) dipandang sebagai mata pelajaran pilihan yang kurang menarik, bahkan dianggap tidak penting dan dirasakan kurang bermanfaat bagi perkembangan akademik. Hal ini akan lebih terlihat nyata kurang menarik oleh peserta didik dikarenakan kurangnya minat dalam diri siswa untuk mengikuti kegiatan belajar PJOK. Proses belajar mengajar akan berjalan dengan lancar apabila peserta didik memiliki minat belajar yang kuat terhadap satu bidang pelajaran.

Minat mendorong seseorang melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan yang ingin dicapainya. Bila hal ini diterapkan dalam proses pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan maka minat mempunyai peranan yang penting. Minat adalah kecenderungan yang tetap untuk memperhatikan dan mengenang beberapa kegiatan. Minat merupakan suatu yang dapat

diekspresikan melalui suatu pernyataan yang menunjukkan bahwa siswa lebih menyukai suatu hal dari pada hal lainnya, dapat pula dimanifestasikan melalui partisipasi dalam satu aktivitas. Siswa yang memiliki minat terhadap subjek tertentu cenderung untuk memberikan perhatian yang lebih besar terhadap subjek tersebut (Slameto 2003: 57).

Kegiatan pembelajaran akan berjalan sesuai dengan apa yang diharapkan apabila adanya ketertarikan dari peserta didik. Ketertarikan yang dimaksud berupa minat diri dari peserta didik itu sendiri untuk mengikuti proses pembelajaran. Contohnya minat belajar terhadap mata pelajaran PJOK, maka peserta didik tersebut akan mengikuti proses pembelajaran sampai selesai dengan perasaan senang dan adanya keinginan untuk mengikuti pembelajaran PJOK kembali, serta menghasilkan kebugaran bagi tubuh peserta didik dan memperoleh nilai yang baik juga.

Dengan adanya minat dalam diri peserta didik yang kuat akan melahirkan semangat dan motivasi yang kuat pula. Karena minat mendorong seseorang melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan yang ingin dicapainya.

Berdasarkan hasil pengalaman dan pengamatan selama mengikuti praktek pengalaman kerja yang dilakukan oleh peneliti selama satu semester di SMA Negeri 1 Banuhampu, proses pembelajaran PJOK di sekolah tersebut belum sesuai dengan yang diharapkan. Masih terlihat sebagian siswa kelas XI yang masih sering datang terlambat ke lapangan sehingga menghambat pembelajaran pendidikan jasmani, beberapa siswa menunjukkan ketidaktertarikan pada materi tertentu yang diberikan guru, bahkan ada juga

yang terkadang tidak membawa pakaian olahraga. Hal ini diperkuat dengan siswa yang mengatakan bahwa mereka mengikuti pelajaran penjas karena hobi dengan beberapa jenis olahraga yang dilakukan, seperti sepakbola. Ada juga siswa yang beranggapan bahwa pelajaran pendidikan jasmani hanya untuk bermain-main saja karena bosan dan lelah dengan pelajaran yang ada di kelas.

Selain itu diketahui siswa kurang antusias, malas, dan tidak tertarik dalam mengikuti pembelajaran PJOK karena banyak siswa yang tidak mengikuti pembelajaran dengan serius dan tidak terlibat aktif dalam proses pembelajaran. Selain itu metode pembelajaran yang digunakan guru kurang menarik sehingga menyebabkan siswa kurang berminat untuk mengikuti pembelajaran PJOK.

Pembelajaran PJOK di sekolah ini juga keterbatasan teknologi dan perlengkapan olahraga sehingga memperlambat proses pembelajaran PJOK secara langsung, serta mempengaruhi hasil belajar dan minat siswa dalam melakukan kegiatan olahraga, maka peneliti berkeinginan untuk melakukan suatu penelitian dengan judul **“Minat Siswa Kelas IX dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMA Negeri Banuhampu”**.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka pokok permasalahan yang akan dikaji dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Minat dari dalam diri
2. Minat dari luar diri

3. Indikator perhatian
4. Indikator tertarik
5. Indikator aktivitas
6. Emosional

### **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah diatas, maka batasan masalah yang akan dikaji dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Minat dari dalam diri
2. Minat dari luar diri
3. Indikator perhatian
4. Indikator tertarik
5. Indikator aktivitas
6. Emosional

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan batasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana minat dari dalam diri siswa kelas XI dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMA Negeri 1 Banuhampu?
2. Bagaimana minat dari luar diri siswa kelas XI dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMA Negeri 1 Banuhampu?

3. Bagaimana indikator perhatian siswa kelas XI dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMA Negeri 1 Banuhampu?
4. Bagaimana indikator tertarik siswa kelas XI dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMA Negeri 1 Banuhampu?
5. Bagaimana indikator aktivitas siswa kelas XI dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMA Negeri 1 Banuhampu?
6. Bagaimana emosional siswa kelas XI dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMA Negeri 1 Banuhampu?

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

Sesuai dengan batasan masalah dan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah untuk mengetahui minat siswa kelas XI dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMA Negeri 1 Banuhampu.

#### **F. Kegunaan Penelitian**

Sesuai dengan masalah dan tujuan yang telah dirumuskan, maka penelitian ini diharapkan berguna untuk:

1. Bagi mahasiswa Universitas Negeri Padang (UNP), khususnya jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi sebagai bahan apresiasi dan

penyebarluasan informasi mengenai siswa kelas XI dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMA Negeri 1 Banuhampu.

2. Bagi penulis sebagai peneliti pemula untuk menambah wawasan dan pengetahuan dalam bidang olahraga terutama dalam bidang penelitian.
3. Bagi masyarakat luas, dapat memberi informasi, masukan dan sebagai referensi bagi penulis-penulis berikutnya maupun pihak terkait dalam bidang olahraga.
4. Sebagai bahan pertimbangan dan acuan bagi peneliti berikutnya.