

**HUBUNGAN AKTIVITAS OLAHRAGA DENGAN PRESTASI
AKADEMIK MAHASISWA FAKULTAS ILMU
KEOLAHRAGAAN TAHUN 2008**

SKRIPSI

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



Oleh :

DEDE SEPTIANA
2008/07056

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
JURUSAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2013**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Hubungan Aktivitas Olahraga Dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Tahun 2008

Nama : Dede Septiana

BP/NIM : 2008/07056

Jurusan : Kepelatihan Olahraga

Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Februari 2013

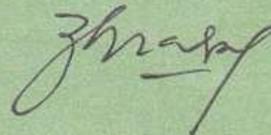
Disetujui :

Pembimbing I



Drs. Arvadie Adnan, M.Si
NIP. 19581020 198403 1 003

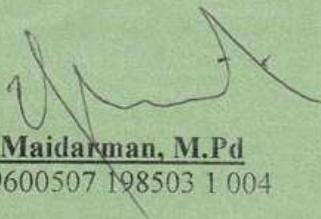
Pembimbing II



Drs. Masrun, M.Kes
NIP. 19631104 198703 1 002

Mengetahui :

Ketua Jurusan Keolahragaan



Drs. Maidarman, M.Pd
NIP. 19600507 198503 1 004

HALAMAN PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

*Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Di Depan Tim Penguji Skripsi
Jurusan Kepeleatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang*

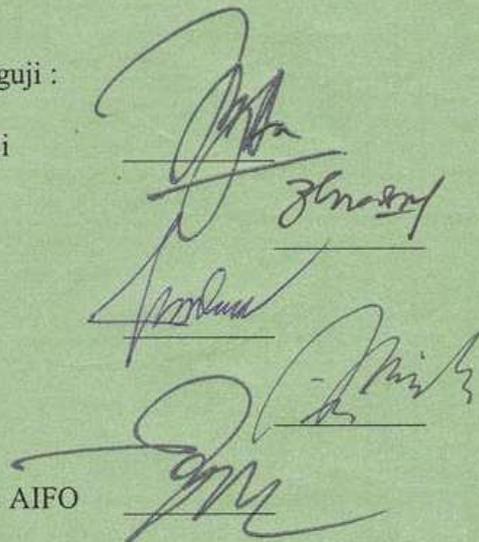
**HUBUNGAN AKTIVITAS OLAHRAGA DENGAN PRESTASI
AKADEMIK MAHASISWA FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
TAHUN 2008**

Nama : Dede Septiana
BP/NIM : 2008 / 07056
Jurusan : Kepeleatihan
Program Studi : Pendidikan Kepeleatihan
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Februari 2013

Tim Penguji :

Ketua : Drs. Aryadie Adnan, M.Si
Sekretaris : Drs. Masrun, M.Kes
Anggota : Dr. Ishak Aziz, M.Pd
: Drs. Hermanzoni, M.Pd
: Drs. Umar Nawawi, M.S. AIFO

The image shows four handwritten signatures in black ink, each written over a horizontal line. The signatures are arranged vertically on the right side of the page, corresponding to the names of the examiners listed on the left. The first signature is the largest and most prominent, followed by three smaller ones.

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Padang, Februari 2013
Yang menyatakan,

Dede Septiana

ABSTRAK

Dede Septiana. 2013. "Hubungan Aktivitas Olahraga Dengan Prestasi Akademik Mahasiswa FIK Tahun 2008".

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya prestasi akademik mahasiswa FIK tahun 2008. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauhmana terdapat hubungan antara aktivitas olahraga dengan prestasi akademik mahasiswa FIK 2008. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan metode korelasional.

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa jurusan kepelatihan olahraga Non Reguler 2008 FIK UNP. Penentuan sampel dilakukan secara *random sampling* yaitu 25% dari 118 yaitu sebanyak 30 orang. Hipotesis penelitian yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas olahraga dengan prestasi akademik mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan.

Pengambilan data aktivitas olahraga seseorang dalam penelitian ini digunakan angket penelitian terhadap mahasiswa FIK tahun 2008 sedangkan prestasi akademik melalui lembaran hasil studi. Analisis data dan pengujian hipotesis penelitian menggunakan teknik analisis korelasi sederhana dan korelasi koefisien kontingensi dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$. Hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas olahraga dengan prestasi akademik mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan dengan perolehan indeks korelasi kontingensi diperoleh μ yaitu $0,381 > r_{\text{tabel}}$ pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ yaitu 0,361. Semakin tinggi aktivitas olahraga mahasiswa, maka semakin baik prestasi akademik diikuti semakin besar semangat mahasiswa dalam belajar sambil berolahraga.

Kata Kunci: Aktivitas Olahraga, Prestasi Akademik.

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan YME, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Aktivitas Olahraga Dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Tahun 2008”.

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

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

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

1. Drs. Arsil, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan dorongan untuk segera menyelesaikan skripsi ini.
2. Drs. Maidarman, M.Pd selaku Ketua Jurusan Kepelatihan 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. Drs. Aryadie Adnan, M.Si selaku Pembimbing I dan Drs. Masrun, M.Kes selaku Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan petunjuk yang sangat membantu dalam penulisan skripsi ini.
4. Bapak Dr. Ishak Aziz, M.Pd, Bapak Drs. Hermanzoni, M.Pd dan Bapak Drs. Umar Nawawi, M.S. AIFO selaku tim penguji yang telah memberikan pengarahan dan petunjuk yang sangat membantu dalam penulisan skripsi ini.
5. Staf Pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada penulis selama penulis mengikuti perkuliahan.
6. Rekan-rekan mahasiswa FIK UNP yang telah memberikan bantuan dan dorongan baik moril maupun materil dalam penyusunan skripsi ini.
7. Kepada kedua orang tua yang telah memberikan dorongan dan do'a sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.

Akhirnya peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Tuhan YME memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Februari 2013

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

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	6
D. Perumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	6

BAB II KERANGKA TEORITIS

A. Kajian Teori.....	8
1. Aktivitas Olahraga.....	8
2. Prestasi Akademik.....	10
3. Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan.....	21
B. Kerangka Konseptual	21

C. Hipotesis.....	23
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	24
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	24
C. Populasi dan Sampel	25
D. Defenisi Operasional	26
E. Jenis dan Sumber Data	27
F. Instrumen Penelitian.....	28
G. Teknik Pengumpulan Data	29
H. Teknik Analisis Data.....	29
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Hasil Uji Coba Penelitian.....	33
B. Hasil Penelitian	33
C. Analisis Data	35
D. Pembahasan.....	38
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	42
B. Saran-saran	42
DAFTAR PUSTAKA	44

DAFTAR TABEL

Tabel	halaman
1. Populasi Penelitian	25
2. Sampel Penelitian	26
3. Analisis Koefisien Kontingensi	31
4. Distribusi Frekuensi Aktivitas Olahraga (X).....	33
5. Distribusi Frekuensi Prestasi Akademik (Y).....	35
6. Rangkuman Analisis Uji Normalitas.....	37
7. Indeks Korelasi Kontingensi X dengan Y	38

DAFTAR GAMBAR

Gambar	halaman
1. Histogram Aktivitas Olahraga (X)	34
2. Histogram Prestasi Akademik (Y)	35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	halaman
1. Kisi-kisi Angket Uji Coba	45
2. Angket Uji Coba	47
3. Data Uji Coba	51
4. Kisi-kisi Angket Penelitian	56
5. Angket Penelitian.....	57
6. Data Penelitian	60
7. Uji Validitas secara keseluruhan.....	63
8. Data Penelitian Aktivitas Olahraga (X) dan Prestasi Akademik (Y).....	64
9. Uji Reliabilitas	65
10. Analisis Uji Normalitas Aktivitas Olahraga	67
11. Analisis Uji Normalitas Prestasi Akademik	68
12. Data mengenai Aktivitas Olahraga dan Prestasi Akademik dari jumlah 30 orang	69
13. Daftar Luas Dibawah Lengkungan Normal Standar Dari o ke z.....	71
14. Daftar Nilai Kritis L Untuk Uji Lilliefors.....	72
15. Tabel Harga Kritik dari Product-Moment.....	73
16. Foto Penelitian	74
17. Surat Penelitian	

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

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

Pendidikan tinggi merupakan jenjang pendidikan setelah pendidikan menengah yang mencakup program pendidikan diploma, sarjana, magister, spesialis, dan doktor yang diselenggarakan oleh pendidikan tinggi. Sesuai dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, maka untuk meningkatkan sumberdaya manusia disebarlah berbagai pendidikan tinggi di seluruh propinsi yang ada di Indonesia. Salah satu pendidikan tinggi yang dimaksud adalah pendidikan tinggi Universitas Negeri Padang (UNP) yang terletak di kota Padang propinsi Sumatera Barat.

Menurut buku pedoman akademik UNP tahun 2008/2009 dijelaskan bahwa Universitas Negeri Padang (UNP) adalah hasil konversi IKIP Padang menjadi Universitas, yang pada mulanya bernama Perguruan Tinggi Pendidikan Guru (PTPG). Semenjak didirikan pada tanggal 1 September 1954, UNP telah mengalami banyak perubahan. Dalam sejarah perkembangannya, perubahan-perubahan yang terjadi meliputi bukan saja nama dan tempat kedudukannya tetapi juga status serta program-program pendidikan yang dikembangkannya, sesuai dengan kebijakan untuk memenuhi tuntutan perkembangan pendidikan di tanah air. Perubahan ini dapat diklasifikasikan dalam lima periode, yaitu periode PTPG Batusangkar, periode FKIP Universitas Andalas Bukittinggi di Batu Sangkar, periode FKIP Universitas andalas Padang, Periode IKIP Jakarta cabang Padang, Periode IKIP Padang dan periode UNP.

UNP terdiri dari berbagai Fakultas yang bertujuan untuk menghasilkan lulusan yang berkompotensi dalam berbagai bidang. FIK adalah salah satu fakultas yang terdapat di Universitas Negeri Padang yang bertujuan untuk menghasilkan lulusan yang memiliki ilmu pengetahuan, sikap, dan keterampilan yang profesional dalam bidang olahraga bermoral, berwawasan nasional, memiliki etos kerja yang tinggi serta berbudi luhur. Oleh sebab itu, prestasi akademik merupakan salah satu tolak ukur yang dapat digunakan untuk mengetahui tingkat kualitas sumberdaya mahasiswanya.

Prestasi akademik merupakan perubahan dalam hal kecakapan tingkah laku, ataupun kemampuan yang dapat bertambah selama beberapa waktu dan tidak disebabkan proses pertumbuhan, tetapi adanya situasi belajar. Perwujudan bentuk hasil proses belajar tersebut dapat berupa pemecahan lisan maupun tulisan, dan keterampilan serta pemecahan masalah langsung dapat diukur atau dinilai dengan menggunakan tes yang berstandar.

Prestasi akademik adalah istilah untuk menunjukkan suatu pencapaian tingkat keberhasilan tentang suatu tujuan karena suatu usaha belajar telah dilakukan oleh seseorang secara optimal (Setiawan, 2006). Menurut idealnya, apabila tingkat aktivitas olahraga seseorang tinggi, maka tingkat prestasi akademik yang diperoleh cenderung meningkat. Sebaliknya, apabila tingkat aktivitas olahraga seseorang rendah, maka tingkat prestasi akademik yang diperoleh cenderung menurun.

Berdasarkan hasil wawancara dan pemantauan peneliti di lapangan diperoleh kesimpulan bahwa menurunnya tingkat prestasi akademik yang diperoleh mahasiswa FIK UNP, khususnya mahasiswa jurusan kepelatihan tahun masuk 2008. Hal ini disebabkan, mahasiswa merasa jenuh, bosan dan tidak berkonsentrasi untuk mengikuti perkuliahan teori tanpa disertai dengan adanya aktivitas olahraga dalam perkuliahan.

Di samping itu, terbatasnya jumlah dosen yang mengajar. Jumlah mahasiswa dalam satu kelas melebihi kapasitas sebenarnya, seperti dari 60 orang ketentuan dalam satu kelas bisa menjadi 80 orang. Hal ini dikarenakan keterbatasan jumlah dosen yang mengajar. Keterbatasan sarana dan prasarana,

serta media pengajaran yang ada dibandingkan dengan jumlah mahasiswa yang belajar.

Selanjutnya, kebanyakan mahasiswa beralih kepada kegiatan organisasi sehingga waktu yang tersedia untuk belajar sangat sedikit dan bahkan tidak ada sama sekali. Di samping itu, aktivitas olahraga di dalam kegiatan ekstrakurikuler (krida) yang diadakan oleh FIK belum dapat memenuhi kebutuhan mahasiswa dalam menunjang prestasi akademik. Hal ini disebabkan masih banyak cabang-cabang olahraga yang tidak ada di dalam krida, seperti olahraga renang, fitness, massage padahal cabang olahraga ini merupakan bahagian dari mata kuliah praktikum. Lebih lanjut, dikarenakan keterbatasan fasilitas serta staf pengajarnya.

Banyak faktor-faktor yang menyebabkan rendahnya prestasi akademik seseorang. Adapun faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi prestasi akademik adalah motivasi terkait dengan dorongan dari dalam maupun luar dirimahasiswa untuk mau belajar. Kemudian, sikap terkait kepada tingkah laku mahasiswa yang mengikuti perkuliahan. Selanjutnya, minat terkait keinginan mahasiswa untuk mengikuti perkuliahan. Di samping itu, kebiasaan belajar mahasiswa dapat menggambarkan perolehan prestasi akademik. Semua itu juga didukung oleh konsep diri mahasiswa yang menuntut dirinya untuk berhasil mencapai tujuan perkuliahan, terutama dalam mendapatkan prestasi akademik di FIK UNP. Dengan demikian, mereka beranggapan tidak akan dapat mencapai prestasi akademik yang baik di akhir semester.

Berdasarkan masalah yang terjadi pada mahasiswa FIK 2008, peneliti menduga banyak faktor yang menyebabkan banyak terjadinya permasalahan pada mahasiswa untuk dapat meningkatkan prestasi akademiknya. Dari berbagai faktor yang dikemukakan di atas, peneliti menduga faktor aktivitas olahraga merupakan faktor yang dominan menyebabkan menurunnya prestasi akademik mahasiswa FIK UNP. Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk membuktikan secara ilmiah tentang hubungan antara aktivitas olahraga dengan prestasi akademik mahasiswa FIK 2008 melalui sebuah penelitian yang diharapkan berguna untuk kemajuan prestasi akademik.

B. Identifikasi Masalah

Mengingat banyaknya permasalahan yang dapat dikemukakan dalam latar belakang masalah di atas, maka peneliti mengidentifikasi masalah sebagai berikut :

- 1) Terdapat hubungan antara aktivitas olahraga dengan prestasi akademik mahasiswa FIK 2008.
- 2) Terdapat hubungan antara prestasi olahraga dengan prestasi akademik mahasiswa FIK 2008.
- 3) Aktivitas olahraga yang tinggi menghasilkan prestasi akademik yang baik.
- 4) Aktivitas olahraga yang rendah menghasilkan prestasi akademik yang rendah.
- 5) Aktivitas olahraga yang rendah menghasilkan prestasi akademik yang tinggi.

C. Pembatasan Masalah

Mengingat latar belakang masalah tersebut di atas cukup luas, maka penelitian ini hanya dibatasi pada “Aktivitas olahraga dan Prestasi Akademik mahasiswa FIK 2008”.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi dan pembatasan masalah serta untuk lebih fokusnya masalah yang diteliti, maka dapat diajukan perumusan masalah yaitu, “Apakah terdapat hubungan antara aktivitas olahraga dengan prestasi akademik mahasiswa FIK 2008 ?”.

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini yaitu, “Untuk mengetahui sejauhmana terdapat hubungan antara aktivitas olahraga dengan prestasi akademik mahasiswa FIK 2008”.

F. Manfaat Penelitian

Sesuai dengan tujuan dalam penelitian ini nantinya diharapkan dapat bermanfaat yaitu :

1. Peneliti, sebagai syarat untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan di Jurusan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

2. Mahasiswa, sebagai informasi dan pengetahuan tentang faktor-faktor yang menentukan aktivitas olahraga dan prestasi akademik mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan.
3. Dosen, sebagai bahan masukan untuk meningkatkan aktivitas olahraga dan prestasi akademik mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan.
4. Perpustakaan, sebagai bahan bacaan untuk menambah ilmu pengetahuan dan dapat mengungkap informasi yang bermanfaat terutama dalam bidang teori dan praktik olahraga sebagai pengetahuan yang diperlukan dalam pembinaan olahraga dan peningkatan prestasi akademik mahasiswa.
5. Civitas akademika, untuk memperkaya disiplin ilmu kepelatihan dalam bidang keolahragaan, sekaligus sebagai pengembangan wawasan dalam memperluas kajian dalam Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
6. Para peneliti selanjutnya, sebagai acuan untuk melakukan penelitian yang baru.