

**PROFIL HASIL BELAJAR YANG DIUJI SECARA NASIONAL PADA
ATLET PEKAN OLAHRAGA PROVINSI DI KOTA PAYAKUMBUH**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Kesehatan dan Rekreasi Sebagai Salah
Satu syarat Memperoleh Gelar Sarjana Sains (S.si)*



Oleh :

ROSA LIANDRI

00984/2008

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2014**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Profil Hasil Belajar Yang DiUji Secara Nasional Pada
Atlet Pekan Olahraga Provinsi di Kota Payakumbuh

Nama : Rosa Liandri

Nim/TM : 00984/2008

Program Studi : Ilmu Keolahragaan

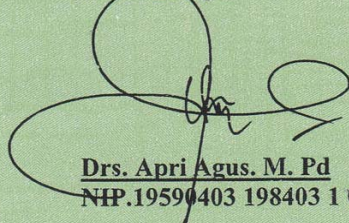
Jurusan : Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Agustus 2014

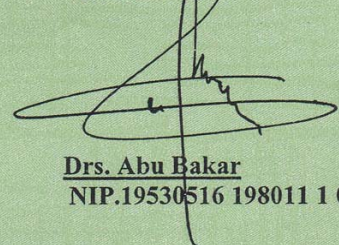
Disetujui oleh :

Pembimbing I



Drs. Apri Agus. M. Pd
NIP.19590403 198403 1 002

Pembimbing II



Drs. Abu Bakar
NIP.19530516 198011 1 001

Menyetujui,
Ketua Jurusan Kesehatan dan Rekreasi



Drs. Didin Tohidin, M. Kes, AIFO
NIP.19581018 198003 1 001

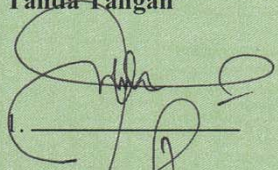
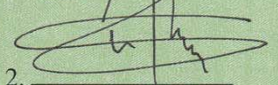
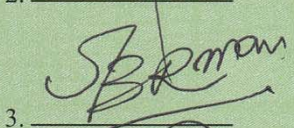
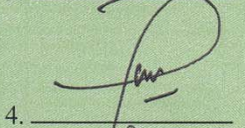
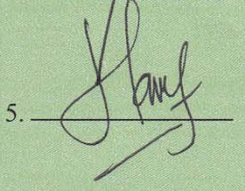
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

Judul : Profil Hasil Belajar Yang DiUji Secara Nasional Pada
Atlet Pekan Olahraga Provinsi di Kota Payakumbuh
Nama : Rosa Liandri
Nim/TM : 00984/2008
Program Studi : Ilmu Keolahragaan
Jurusan : Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Agustus 2014

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Drs. Apri Agus, M. Pd	
2. Sekretaris	: Drs. Abu Bakar	
3. Anggota	: Dr. Bafirman HB, M. Kes, AIFO	
4. Anggota	: Drs. Syafrizar, M. Pd	
5. Anggota	: Drs. Hanif Badri	

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan disuatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah dibahas, ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali secara tertulis dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Padang, Agustus 2014



ROSA LIANDRI

ABSTRAK

Rosa Liandri (2014) : Profil Hasil Belajar Mata Pelajaran Yang di Uji Secara Nasional Atlet Pekan Olahraga Provinsi (PORPROV) Di Kota Payakumbuh

Masalah dalam penelitian ini adalah hasil belajar yang kurang baik pada siswa yang merangkap sebagai atlet. Banyak faktor yang menyebabkan belum bagusnya hasil belajar tersebut, diantaranya adalah siswa yang menjadi atlet yang mengikuti PORPROV. Untuk itu perlu dilakukan suatu penelitian dengan tujuan untuk mengetahui adakah perbedaan hasil belajar siswa yang merangkap sebagai atlet sebelum dan setelah mengikuti PORPROV.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Seluruh atlet Kota Payakumbuh yang mengikuti PORPROV yang ke XII tahun 2012 dengan jumlah 237 orang. Teknik pengambilan sampelnya dilakukan dengan cara *Kuota Sampling*, yaitu ditetapkan dengan mengambil siswa atlet di SMA Negeri yang mengikuti PORPROV yang ke XII di Kota Payakumbuh dengan jumlah 30 orang. Data hasil belajar dikumpulkan dengan menggunakan studi dokumentasi. Teknik analisis data adalah dengan distribusi frekuensi dan Uji t.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: Tingkat capaian kegiatan belajar siswa atlet sebelum mengikuti PORPROV ke XII tahun 2012 80 % atau berada pada klasifikasi baik dan rata-rata hasil belajar dari 6 mata pelajaran 75.3 berada pada kategori cukup. Tingkat capaian kegiatan belajar setelah mengikuti PORPROV ke XII tahun 2012 61 % atau berada pada klasifikasi kurang dan rata-rata hasil belajar 74.2 berada pada kategori cukup. Dari analisis didapatkan hasil $t_{hitung} < t_{tabel}$ ($1.190 < 2.015$) hal ini menunjukkan “Tidak terdapat perbedaan hasil belajar sebelum dan setelah mengikuti PORPROV ke XII tahun 2012 di Kota Payakumbuh.

Kata Kunci: Atlet, Hasil Belajar

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi penelitian ini dengan judul **"Profil Hasil Belajar Yang Diuji Secara Nasional Pada Atlet Pekan Olahraga Provinsi Di Kota Payakumbuh"**. Skripsi ini dibuat sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana Sains pada jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Dalam pelaksanaan penulisan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak dan bapak dosen pembimbing. Untuk itu melalui ini penulis menyampaikan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Phil Yanuar Kiram selaku Rektor Universitas Negeri Padang
2. Bapak Drs. Arsil, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Drs. Didin Tohidin, M.Kes, AIFO selaku Ketua Jurusan Kesehatan Rekreasi Universitas Negeri Padang.
4. Bapak Drs. Apriagus, M.pd sebagai pembimbing I, dan Bapak Drs. Abu Bakar sebagai pembimbing II dalam penulisan skripsi ini yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam penyelesaian skripsi ini.
5. Bapak Drs. Hanif Badri, Bapak Dr. H Bafirman, M.Kes. AIFO dan Bapak Drs. Syafrizar, M.pd selaku Tim Penguji yang telah memberikan masukan, kritikan, dan saran demi kesempurnaan penulisan skripsi ini.

6. Bapak/Ibu Staf Pengajar dan administrasi di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
7. Kepada orang tuaku yang telah memberikan dorongan dan do'a sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
8. Keluarga, kerabat dekat yang telah banyak membantu dengan tulus hati untuk menyelesaikan skripsi ini.
9. Rekan-rekan mahasiswa FIK UNP yang telah memberikan arahan dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.

Semoga Allah SWT membalas bantuan, bimbingan, motivasi dan waktu yang telah Bapak/Ibu/Sdr/i sekalian dengan limpahan pahala yang berlipat ganda. Semoga juga pengetahuan yang telah Bapak/Ibu berikan dalam proses perkuliahan dijadikan Allah SWT sebagai ilmu bermanfaat.

Terakhir, penulis menyadari bahwa penulis sebagai manusia biasa tentu tidak luput dari berbagai salah dan khilaf, baik dari segi isi, metode, maupun penulisan skripsi ini. Oleh karena itu, saran dari Bapak/Ibu Tim penguji dan berbagai pihak lainnya akan penulis jadikan sebagai masukan untuk penyempurnaan skripsi ini.

Padang, Agustus 2014

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

ABSTRAK.....	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR GRAFIK.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN.....	viii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	4
C. Pembatasan Masalah.....	5
D. Perumusan Masalah.....	5
E. Tujuan Penelitian.....	5
F. Manfaat Penelitian.....	5

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian Teori.....	7
1. Belajar.....	7
a. Pengertian Belajar.....	7
b. Tujuan belajar.....	9
c. Faktor-faktor yang mempengaruhi belajar.....	12
2. Hasil Belajar.....	13
a. Pengertian Hasil Belajar.....	13
3. Mata Pelajaran yang di Uji Secara Nasional.....	16
a. Mata Pelajaran UN SMP.....	16
b. Mata pelajaran UN SMA.....	16
4. Atlet.....	17
a. Pengertian Atlet.....	17
b. Atlet PORPROV.....	19

B. Kerangka Konseptual.....	19
C. Hipotesis.....	20
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	21
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	21
C. Populasi dan Sampel.....	21
D. Jenis Data dan Sumber Data.....	22
E. Teknik Pengumpulan Data.....	23
F. Teknik Analisis Data.....	23
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Verifikasi Data.....	25
B. Deskripsi Data.....	25
C. Pembahasan.....	31
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	35
B. Saran.....	35
DAFTAR PUSTAKA.....	36
LAMPIRAN.....	38

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Jumlah Sampel	22
2. Distribusi Frekuensi Kegiatan Belajar Sebelum PORPROV	26
3. Profil Hasil Belajar Siswa Sebelum PORPROV	27
4. Distribusi Frekuensi Kegiatan Belajar Setelah PORPROV	28
5. Pofil Hasil Belajar Siswa Setelah PORPROV	30

DAFTAR GRAFIK

	Halaman
Grafik 1 : Distribusi Kegiatan Belajar Siswa Sebelum PORPROV	27
Grafik 2 : Distribusi Kegiatan Belajar Setelah PORPROV	29

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Angket Kegiatan Belajar dan Hasil Belajar	38
2. Kegiatan Siswa Sebelum Mengikuti PORPROV.....	40
3. Kegiatan Siswa Setelah Mengikuti PORPROV	41
4. Analisis Data	43
5. Dokumentasi Penelitian	45

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pengembangan olahraga prestasi sejak usia dini saat ini terus dilakukan oleh pemerintah dengan tujuan memperbaiki prestasi olahraga dengan mempersiapkan calon-calon atlet berkualitas di masa mendatang. Atlet-atlet tersebut harus dipersiapkan secara matang, salah satu bentuk usaha yang dilakukan adalah dengan pola pembinaan atau proses pembinaan latihan yang diberikan di suatu klub olahraga.

Menurut Undang-Undang Republik Indonesia No.3 Tahun 2005 tentang sistem Keolahragaan Nasional Bab 1 pasal 1 tentang ketentuan umum: Keolahragaan adalah segala aspek yang berkaitan dengan olahraga yang memerlukan pengaturan, pendidikan, pelatihan, pembinaan, pengembangan, dan pengawasan.

Dengan adanya siswa yang juga berprofesi sebagai atlet memberikan warna tersendiri bagi sekolah yang ditunjuk, terutama bagi siswa yang mengikuti kegiatan tersebut. Mereka tidak sama dengan siswa yang bukan atlet yang memiliki waktu belajar yang banyak di rumah, tetapi atlet tersebut dituntut untuk dapat menerima pelajaran seperti siswa lainnya untuk bekal dimasa depannya kelak. Dalam hal ini sebagai atlet yang masih berstatus sebagai pelajar, selain berlatih mereka masih memiliki tugas pokok yang sangat penting sebagai pelajar, yaitu belajar.

Beban latihan yang berat serta beban mengikuti mata pelajaran di sekolah, merupakan tantangan tersendiri bagi siswa atlet. Oleh karena itu, proses latihan yang diberikan tentunya akan memberikan dampak terhadap proses belajar mengajar di sekolah maupun di luar sekolah.

Beban latihan yang berat, menuntut siswa atlet untuk menyeimbangkan antara latihan fisik dan belajar. Selain mereka mengikuti pelajaran di kelas setiap hari seperti halnya siswa yang bukan atlet, siswa atlet juga dituntut untuk mengikuti latihan olahraga yang akan menguras tenaga dan waktu.

Dalam olahraga kelelahan akan dialami oleh atlet ketika melaksanakan program latihan. Bila kita melakukan aktivitas fisik terlalu berat, maka akan timbul kelelahan. Kelelahan dibedakan menjadi 2 macam yaitu kelelahan jasmani dan kelelahan rohani. Kelelahan jasmani disebabkan oleh aktivitas siswa yang terlalu banyak, sedangkan kelelahan rohani karena siswa mengalami berbagai masalah sehingga menjadi beban pikirannya.

Apabila siswa mengalami kelelahan fisik, hal ini dapat mempengaruhi keberhasilan belajar. Kelelahan fisik ini bukan saja disebabkan oleh aktivitas fisik tetapi juga jumlah jam pelajaran yang berlebihan.

Masalah pembagian waktu belajar juga menjadi persoalan bagi siswa atlet, karena padatnya jadwal latihan yang menyebabkan atlet itu mengalami

kelelahan sehingga atlet malas untuk belajar di rumah. Kesempatan belajar siswa atlet lebih sedikit dibandingkan siswa yang bukan atlet yang hanya mengikuti kegiatan belajar di kelas. Dengan kesempatan belajar yang sedikit, maka perhatian terhadap pelajaran akan berkurang. Jika seorang siswa tidak lagi suka belajar maka prestasi atau hasil belajarnya akan menurun”.

Pernyataan di atas terbukti dari hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan di SMA Negeri 2 Padang, bahwa terdapat 32 orang atlet yang merupakan siswa SMA Negeri 2 Padang pada tahun 2011 tinggal kelas. Menurut peneliti, hal ini menunjukkan adanya pengaruh status sebagai atlet terhadap hasil belajar.

Hasil penelitian lain yang melibatkan ratusan siswa Sekolah Dasar di Charleston yang dilakukan oleh ilmuwan dari *Medical University of South Carolina Children's Hospital* menunjukkan bahwa olahraga tidak hanya membuat tubuh jadi lebih bugar, pikiran juga ikut segar sehingga lebih mendukung proses belajar. Menurut penelitian terbaru, olahraga 5 kali sepekan bisa meningkatkan prestasi belajar siswa. Hasil penelitian ini telah dipresentasikan dalam pertemuan tahunan *Pediatric Academic Societies* di Denver. (<http://health.detik.com/read>).

Merujuk pada perbedaan di atas untuk itu perlu kiranya diketahui tentang hasil belajar. Tirtonegoro (2001:43) mengemukakan “hasil belajar adalah penilaian hasil usaha kegiatan belajar yang dinyatakan dalam bentuk simbol, angka, huruf maupun kalimat yang dapat mencerminkan hasil yang

sudah dicapai oleh setiap siswa dalam periode tertentu”. Djamarah(2011:23) mengungkapkan “hasil belajar adalah hasil yang diperoleh berupa kesan-kesan yang mengakibatkan perubahan dalam diri individu sebagai hasil dari aktivitas dalam belajar”.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi prestasi/hasil belajar siswa, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam individu, antara lain kecerdasan/intelegensi, bakat, minat dan motivasi. Sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar individu, seperti pengalaman, lingkungan keluarga, lingkungan masyarakat dan lingkungan sekolah (Slameto, 1995: 54).

Beberapa penjelasan di atas menunjukkan bahwa ada fenomena perbedaan hasil belajar pada siswa yang menjadi atlet. Secara teori juga telah dipaparkan beberapa faktor yang mempengaruhi hasil belajar tersebut. Hal ini melatarbelakangi peneliti untuk mengetahui profil hasil belajar mata pelajaran yang diuji secara nasional atlet di Kota Payakumbuh yang mengikuti PORPROV ke XII tahun 2012.

B. Identifikasi Masalah

1. Kelelahan diduga mempengaruhi hasil belajar.
2. Pembagian waktu yang kurang baik diduga mempengaruhi hasil belajar.
3. Aktivitas olahraga yang berlebihan akan mempengaruhi hasil belajar.

C. Pembatasan Masalah

Mengingat luasnya permasalahan maka peneliti perlu membatasi masalah agar penelitian ini dapat dilaksanakan sesuai dengan jangka waktu dan biaya serta tercapainya sasaran penelitian yang diinginkan. Dalam hal ini masalah penelitian dibatasi pada profil hasil belajar mata pelajaran yang diuji secara nasional atlet PORPROV di Kota Payakumbuh.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah dan pembatasan masalah, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Bagaimanakah profil hasil belajar mata pelajaran yang diuji secara nasional pada atlet di Kota Payakumbuh yang mengikuti PORPROV ke XII tahun 2012.

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui profil hasil belajar mata pelajaran yang diuji secara nasional atlet di Kota Payakumbuh yang nantinya dapat dijadikan acuan untuk peningkatan hasil belajar atlet tersebut.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat sebagai:

1. Sebagai suatu syarat bagi peneliti dalam meraih sarjana sains (S.Si) Program Studi Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Sebagai pedoman bagi guru agar lebih memperhatikan siswanya yang berprofesi sebagai atlet.
3. Sebagai acuan untuk atlet agar lebih meningkatkan hasil belajar.

4. Sebagai bahan pertimbangan bagi orang tua agar dapat menimbulkan motivasi belajar anaknya.
5. Sebagai refrensi bagi mahasiswa di Pustaka Fakultas Ilmu Keolahragaan Univeersitas Negeri Padang.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Belajar

a. Pengertian Belajar

Belajar merupakan proses perubahan di dalam kepribadian manusia dan perubahan tersebut ditampakkan dalam bentuk peningkatan kualitas dan kuantitas tingkah laku seperti peningkatan kecakapan, pengetahuan, sikap, kebiasaan, pemahaman, keterampilan, daya pikir, dan kemampuan-kemampuan yang lain. Dalam belajar terdapat tahapan-tahapan yang harus ditempuh agar hasil yang diinginkan dapat tercapai. Menurut Baharuddin (2007:16) “Proses belajar merupakan serangkaian aktivitas yang terjadi pada pusat syaraf individu yang belajar, proses belajar terjadi secara abstrak, karena terjadi secara mental dan tidak dapat diamati”. Oleh karena itu, proses belajar hanya dapat diamati jika ada perubahan perilaku yang berbeda dengan sebelumnya dari seseorang. Perubahan perilaku tersebut bisa dalam hal pengetahuan afektif, maupun psikomotoriknya.

Pendapat lain tentang belajar yang dikemukakan oleh Sardiman (2004:20) “Belajar itu senantiasa merupakan perubahan tingkah laku atau penampilan dengan serangkaian kegiatan, misalnya dengan membaca, mengamati, mendengarkan, meniru dan lain sebagainya”. Banyak pendapat mengenai definisi atau pengertian belajar itu sendiri, definisi mengenai belajar dikemukakan oleh para ahli pada intinya adalah sama yaitu setelah proses pembelajaran selesai,

maka seseorang akan mendapatkan sesuatu yang baru atau keterampilan yang belum pernah dimiliki.

Banyak hal yang dapat dilakukan dalam kegiatan belajar, belajar itu tidak identik dengan pelajaran sekolah yang duduk, mendengarkan, tugas, dan lain-lain. Menurut Ngalim (2007:87) “Dalam bermain juga sebetulnya terjadi proses belajar. Belajar bekerjasama, memecahkan masalah secara cepat, dan belajar menghargai”. Untuk melengkapi pengertian mengenai makna belajar, perlu kiranya dikemukakan prinsip-prinsip yang berkaitan dengan belajar. Dalam hal ini ada beberapa prinsip yang penting untuk diketahui Menurut Sardiman (2004:24):

- 1) Belajar pada hakikatnya menyangkut potensi manusiawi dan kelakuannya, 2) belajar memerlukan proses dan penahapan serta kematangan diri para siswa, 3) belajar akan lebih mantap dan efektif, bila didorong dengan motivasi, terutama motivasi dari dalam/dasar kebutuhan/kesadaran atau *intrinsic motivation*, lain halnya belajar dengan rasa takut atau dibarengi dengan rasa tertekan dan menderita, 4) dalam banyak hal, belajar merupakan proses percobaan (dengan kemungkinan berbuat keliru) dan *conditioning* atau pembiasaan, 5) kemampuan belajar seseorang siswa harus diperhitungkan dalam rangka menentukan isi pelajaran, 6) belajar melalui praktek atau mengalami secara langsung akan lebih efektif mampu membina sikap, keterampilan, cara berpikir kritis dan lain-lain, bila dibandingkan dengan belajar hafalan saja, 7) perkembangan pengalaman anak didik akan banyak mempengaruhi kemampuan belajar yang bersangkutan, 8) bahan pelajaran yang bermakna/berarti, lebih mudah dan menarik untuk dipelajari, daripada bahan yang kurang bermakna, 9) informasi tentang kelakuan baik, pengetahuan, kesalahan serta keberhasilan siswa, banyak membantu kelancaran dan gairah belajar, 10) belajar sedapat mungkin diubah ke dalam bentuk aneka ragam tugas, sehingga anak-anak melakukan dialog dalam dirinya atau mengalaminya sendiri.

Keterangan di atas dapat disimpulkan bahwa belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk melakukan perubahan pengetahuan, kecakapan, tingkah laku yang baru secara keseluruhan baik yang diamati maupun

yang tidak diamati, secara langsung sebagai hasil pengalaman dalam interaksinya dengan lingkungan dan berusaha mengatasi apabila ada masalah yang muncul.

b. Tujuan Belajar

Mengenai tujuan-tujuan belajar itu sebenarnya sangat banyak dan bervariasi. Tujuan-tujuan belajar yang eksplisit diusahakan untuk dicapai dengan tindakan instruksional, lazim dinamakan dengan *instructional effects*, yang biasa berbentuk pengetahuan dan keterampilan. Sedang tujuan-tujuan yang lebih merupakan hasil sampingan yaitu: tercapai karena siswa “menghidupi (*to live in*) suatu sistem lingkungan belajar tertentu seperti contohnya, kemampuan berpikir kritis dan kreatif, sikap terbuka dan demokratis, menerima pendapat orang lain. Semua itu lazim diberi istilah *nurturant effects*. Jadi guru dalam mengajar, harus sudah memiliki rencana dan menetapkan strategi belajar-mengajar untuk mencapai *instructional effects*, maupun kedua-duanya. Sardiman (2004:26) menyatakan bahwa tujuan belajar itu ada tiga jenis:

1) Untuk mendapatkan pengetahuan

Hal ini ditandai dengan kemampuan berpikir. Pemilikan pengetahuan dan kemampuan berpikir sebagai yang tidak dapat dipisahkan. Dengan kata lain, tidak dapat mengembangkan kemampuan berpikir tanpa bahan pengetahuan, sebaliknya kemampuan berpikir akan memperkaya pengetahuan. Tujuan inilah yang memiliki kecenderungan lebih besar perkembangannya di dalam kegiatan belajar. Dalam hal ini peranan guru sebagai pengajar lebih menonjol.

Adapun jenis interaksi atau cara yang digunakan untuk kepentingan pada umumnya dengan model persentasi atau pemberian tugas-tugas bacaan.

Dengan cara demikian, anak didik atau siswa akan diberi pengetahuan sehingga menambah pengetahuannya dan sekaligus akan mencarinya sendiri untuk mengembangkan cara berpikir dalam rangka memperkaya pengetahuannya.

2) Penanaman konsep dan keterampilan

Penanaman konsep atau merumuskan konsep, juga memerlukan suatu keterampilan. Jadi soal keterampilan yang bersifat jasmani maupun rohani. Keterampilan jasmaniah adalah keterampilan-keterampilan yang dapat dilihat, diamati, sehingga akan menitikberatkan pada kemampuan gerak/penampilan dari anggota tubuh seseorang yang sedang belajar. Termasuk dalam hal ini masalah-masalah teknik dan pengulangan. Sedangkan keterampilan rohani lebih rumit, karena tidak selalu berurusan dengan masalah-masalah keterampilan yang dapat dilihat bagaimana ujung pangkalnya, tetapi lebih abstrak, menyangkut persoalan-persoalan penghayatan, dan keterampilan berpikir serta kreativitas untuk menyelesaikan dan merumuskan suatu masalah atau konsep. Jadi semata—mata bukan soal pengulangan tetapi mencari jawab yang cepat dan tepat.

Keterampilan memang dapat dididik, yaitu dengan banyak melatih kemampuan. Demikian juga mengungkapkan perasaan melalui bahasa tulis atau lisan, bukan soal kosa kata atau tata bahasa, semua memerlukan banyak latihan. Interaksi yang mengarah pada pencapaian keterampilan itu akan menuruti kaidah-kaidah tertentu dan bukan semata-mata hanya menghafal atau meniru.

3) Pembentukan sikap

Dalam menumbuhkan sikap mental, perilaku dan pribadi anak didik guru harus lebih bijak dan hati-hati dalam pendekatannya. Untuk itu dibutuhkan

kecakapan dalam mengarahkan motivasi dan berpikir dengan tidak lupa menggunakan pribadi guru itu sendiri sebagai contoh atau model.

Dalam interaksi belajar-mengajar guru akan senantiasa diobservasi, dilihat, didengar, dan ditiru semua perilakunya oleh para siswanya. Dari proses observasi siswa mungkin juga menirukan perilaku gurunya, sehingga diharapkan proses internalisasi yang dapat menumbuhkan proses penghayatan pada setiap diri siswa untuk kemudian diamalkan.

Pembentukan sikap mental dan perilaku anak didik, tidak akan terlepas dari soal penanaman nilai-nilai. Oleh sebab itu guru tidak sekadar pengajar, tetapi betul-betul sebagai pendidik yang akan memindahkan nilai-nilai itu kepada anak didiknya. Dengan dilandasi nilai-nilai itu, anak didik/siswa akan tumbuh kesadaran dan kemauannya untuk mempraktikkan segala sesuatu yang sudah dipelajarinya. Cara berinteraksi atau metode-metode yang dapat digunakan misalnya dengan diskusi dan demonstrasi.

Jadi pada intinya, tujuan belajar itu adalah ingin mendapatkan pengetahuan, keterampilan dan penanaman sikap mental/nilai-nilai. Pencapaian tujuan belajar berarti akan menghasilkan hasil belajar. Relevan dengan uraian mengenai tujuan belajar tersebut, hasil belajar itu meliputi: a) hal ihwal keilmuan dan pengetahuan, konsep atau fakta (kognitif), b) hal ihwal personal, kepribadian atau sikap (afektif), c) hal ihwal kelakuan, keterampilan atau penampilan (psikomotorik).

Ketiga hasil belajar di atas dalam pengajaran merupakan tiga hal yang secara perencanaan dan programatik terpisah, namun dalam kenyataannya pada

diri siswa akan merupakan suatu kesatuan yang utuh dan bulat. Ketiganya itu dalam kegiatan belajar-mengajar, masing-masing direncanakan sesuai dengan butir-butir bahan pelajaran (*content*). Karena semua itu bermuara kepada anak didik, maka setelah terjadi proses internalisasi terbentuklah suatu kepribadian yang utuh. Dan untuk itu semua, diperlukan system lingkungan yang mendukung.

c. Faktor-faktor yang mempengaruhi belajar

Hasil belajar setiap individu dipengaruhi oleh belajar siswa. Muhibbin (2003: 144) menyebutkan tiga faktor yang mempengaruhi belajar siswa yaitu faktor internal, eksternal dan pendekatan belajar.

- a. Faktor dari dalam yaitu faktor-faktor yang dapat mempengaruhi belajar yang berasal dari siswa belajar. Faktor dari dalam (internal) meliputi dua aspek, fisiologi dan psikologis: 1) Fisiologi, faktor ini meliputi kondisi jasmaniah secara umum dan kondisi panca indra. 2) Kondisi psikologis, faktor ini meliputi kecerdasan, bakat, minat, motivasi, emosi dan kemampuan kognitif.
- b. Faktor dari luar yaitu faktor-faktor yang berasal dari luar siswa yang mempengaruhi proses dan hasil belajar. Faktor-faktor ini meliputi lingkungan sosial dan lingkungan non sosial. 1) Lingkungan sosial yang dimaksud adalah manusia atau sesama manusia, baik manusia itu ada (kehadirannya) ataupun tidak langsung hadir. Dalam lingkungan sosial yang mempengaruhi belajar siswa ini dapat dibedakan menjadi tiga yaitu rumah, sekolah dan masyarakat. 2) Lingkungan non sosial meliputi keadaan udara, waktu belajar, cuaca, lokasi gedung sekolah dan alat-alat pembelajaran.
- c. Faktor pendekatan belajar (*approach to learning*) yaitu jenis upaya belajar yang meliputi strategi, model dan metode yang digunakan siswa untuk melakukan kegiatan pembelajaran materi-materi pelajaran.

Dengan demikian guru harus memperhatikan perbedaan individu dalam memberikan pelajaran kepada mereka, supaya dapat menangani siswa sesuai dengan kondisinya untuk menunjang keberhasilan belajar. Hal tersebut dikarenakan faktor-faktor yang mempengaruhi belajar peserta didik, satu dengan yang lainnya berbeda.

Salah satu yang mempengaruhi belajar adalah faktor pendekatan belajar (*approach to learning*), yang di dalamnya terdapat model pembelajaran. Trianto (2010:22) menyatakan “model pembelajaran mengarahkan kita ke dalam mendesain pembelajaran untuk membantu peserta didik sedemikian rupa sehingga tujuan pembelajaran tercapai”. Tepat tidak nya guru menggunakan model pembelajaran, turut menentukan bagaimana hasil belajar yang dicapai siswa. Maka dalam penelitian ini membicarakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi hasil belajar yaitu model pembelajaran.

2. Hasil Belajar

a. Pengertian Hasil Belajar

Suatu aktivitas pembelajaran dapat dikatakan efektif bila proses pembelajaran tersebut dapat mewujudkan sasaran atau hasil belajar tertentu. Beraneka ragamnya tingkah laku yang diperoleh dalam perbuatan belajar, maka orang menyebutnya sebagai kapabilitas. Kapabilitas ini tidak hanya pada pengetahuan, akan tetapi juga mencakup sikap dan keterampilan. Ketiga kawasan ini merupakan minded integrity. Artinya ketiga kawasan ini akan dapat diperoleh/dicapai melalui suatu aktivitas pembelajaran.

Pendapat Gagne (dalam Djafar, 2001: 82) “hasil belajar merupakan kapabilitas atau kemampuan yang diperoleh dari proses belajar yang dapat dikategorikan dalam lima macam yaitu: 1) informasi verbal (verbal information), 2) keterampilan intelektual (intellectual skills), 3) strategi kognitif (cognitive strategies), 4) sikap (attitude), 5) keterampilan motorik (motor skills)”. Kelima macam hasil belajar tersebut dapat diuraikan sebagai berikut.

Pertama, informasi verbal yaitu kemampuan seseorang untuk menuangkan pikirannya dalam bentuk bahasa baik lisan maupun tertulis. Kedua, keterampilan intelektual yaitu kemampuan yang dimiliki seseorang untuk membedakan, mengabstraksikan suatu objek, menghubungkan-hubungkan konsep dan dapat menghasilkan suatu pengertian dan memecahkan suatu persoalan. Ketiga, strategi kognitif yaitu kemampuan seseorang untuk mengatur dan mengarahkan aktivitas mentalnya sendiri dalam memecahkan persoalan yang dihadapinya. Keempat, sikap adalah kemampuan yang dimiliki seseorang berupa kecenderungan dengan menerima dan menolak suatu objek berdasarkan penilaian atas objek itu. Kelima, keterampilan motorik adalah kemampuan seseorang untuk melakukan serangkaian gerakan jasmani dari anggota badan secara terpadu dan terkoordinasi.

Berkaitan dengan kemampuan yang diperoleh sebagai hasil belajar, Pendapat Bloom(dalamDjafar,2001: 83)“membagi hasil belajar dalam tiga ranah atau kawasan yaitu: 1) ranah kognitif (cognitive domain), 2) ranah afektif (affective domain), dan 3) ranah psikomotor (psychomotor domain)”. Ketiga ranah atau kawasan itu dirinci menjadi aspek-aspek sebagai berikut: ranah kognitif meliputi pengetahuan, pemahaman, penerapan, analisis, sintesis dan evaluasi. Ranah afektif mencakup penerimaan, partisipasi, penilaian/penentuan sikap, organisasi dan pembentukan pola hidup. Ranah psikomotor terdiri dari persepsi, kesiapan, gerakan terbimbing, gerakan yang terbiasa, gerakan yang kompleks, penyesuaian pola gerakan dan kreativitas.

Menurut Djafar (2001:83) “kedua teori mengenai hasil belajar yang diuraikan di atas menjadi acuan untuk mengkaji hakikat hasil belajar sebagai

konsekuensi logis kegiatan pembelajaran”. Beberapa hal yang penting yang perlu dikemukakan berkaitan dengan kedua teori dimaksud antara lain sebagai berikut:

- 1) Rincian mengenai beberapa jenis perilaku mental seperti pengetahuan, analisis dan sintetis dipandang kurang memadai, tumpang tindih antara beberapa kategori, struktur hierarkis dalam ranah tertentu belum dapat dibuktikan secara meyakinkan, terutama pada kategori yang lebih tinggi.
- 2) Tidak dijelaskan bagaimana kemampuan-kemampuan internal individu harus dikembangkan dan bagaimana sebaiknya prosedur pembelajaran yang harus menyertai pengembangan masing-masing kemampuan.
- 3) Urutan hierarkis jenis-jenis perilaku belum memberikan gambaran secara pasti mengenai urutan dikembangkannya kemampuan-kemampuan internal melalui suatu program pembelajaran.
- 4) Hasil belajarlh yang terutama disoroti, saluran belajar yang harus dilalui peserta didik untuk sampai pada hasil (kemampuan internal) tidak ditinjau dengan demikian pengajar belum mendapat petunjuk mengenai pembelajaran yang sebaiknya digunakan selama proses pembelajaran berlangsung.

Sebagai implikasi terhadap pengelolaan pembelajaran maka pengajar dapat melakukan kegiatan antara lain:

- 1) untuk mengidentifikasi jenis perilaku disarankan untuk menggunakan klasifikasi yang dikembangkan oleh Bloom ranah kognitif, afektif dan psikomotor,
- 2) untuk kegiatan pembelajaran, sistematika yang dikembangkan oleh Gagne sangat membantu karena sistematika ini meninjau proses belajar yang harus dicapai oleh siswa dan juga menunjukkan kegiatan-kegiatan yang perlu dilakukan oleh pengajar dalam proses pembelajaran,
- 3) untuk dapat mengembangkan komponen-komponen dari kemampuan yang dimiliki peserta didik secara berdaya guna, maka dimungkinkan untuk menggunakan klasifikasi Bloom dan sistematika Gagne dalam bentuk kombinasi. Dengan cara ini kegiatan pembelajaran dapat dicapai sarannya, baik dari segi pencapaian substansi (isi ajaran), pelaksanaan dan langkah-langkah pembelajaran yang sistematis maupun terwujudnya jenis perilaku yang diharapkan.

Berdasarkan uraian-uraian di atas dapat dikemukakan bahwa suatu proses pembelajaran pada akhirnya akan menghasilkan kemampuan atau kapabilitas yang mencakup pengetahuan, sikap dan keterampilan. Ketiga kemampuan ini merupakan minded integrity, artinya kemampuan ini dapat diperoleh melalui

suatu proses pembelajaran. Dalam arti bahwa kemampuan sebagai konsekuensi pembelajaran merupakan indikator untuk mengetahui hasil belajar.

Jadi melalui hasil belajar, siswa dapat mengetahui seberapa besar kemampuan dirinya dalam kemampuan akademiknya. Bagi guru melalui hasil belajar dapat mengetahui berhasil tidaknya metode yang digunakan dalam mengajarkan kepada siswanya. Gambaran tentang hasil belajar terlihat dalam buku rapor sekolah siswa. Buku rapor kurang lebih memuat semua nilai hasil tes akhir mata pelajaran yang diterima oleh peserta didik selama periode waktu tertentu. Semakin tinggi nilai rapor maka semakin tinggi pula hasil belajar peserta didik tersebut.

3. Mata Pelajaran yang diuji Secara Nasional

Menurut Peraturan BSNP No. 0020/P/BSNP/I/2013 dan Revisi POS UN 2013 oleh Kemdikbud:

a. Mata pelajaran UN SMP

1. Bahasa Indonesia
2. Bahasa Inggris
3. Matematika
4. Ilmu Pengetahuan Alam

b. Mata pelajaran UN SMA

Jurusan IPA

1. Bahasa Indonesia
2. Bahasa Inggris
3. Matematika

4. Fisika
5. Kimia
6. Biologi

Jurusan IPS

1. Bahasa Indonesia
2. Bahasa Inggris
3. Matematika
4. Geografi
5. Sosiologi
6. Ekonomi

4. Atlet

a. Pengertian Atlet

Dalam kehidupan sehari-hari sering terdengar kata atlet sebagai sebutan seseorang, sebutan ini biasanya dikaitkan dengan bidang olahraga. Dilihat dari realita di lapangan disebut sebagai atlet apabila seseorang adalah seorang olahragawan yang mengikuti sebuah perlombaan atau pertandingan yang meliputi kekuatan, ketangkasan dan kecepatan dalam bidang olahraga. Selain itu dikatakan sebagai atlet apabila seseorang itu ahli dalam suatu cabang olahraga dan memiliki prestasi (berprestasi) dari cabang olahraga tersebut.

Menurut Wibowo (2002: 05) “atlet adalah subjek/seseorang yang berprofesi atau menekuni suatu cabang olahraga tertentu dan berprestasi pada cabang olahraga tersebut”. Sedangkan menurut Monty (2002: 29) “atlet adalah individu yang memiliki keunikan tersendiri yang memiliki bakat tersendiri, pola

perilaku dan kepribadian tersendiri, serta latar belakang yang mempengaruhi spesifik dalam dirinya”.

Atlet dituntut untuk selalu memiliki kondisi tubuh yang prima, terutama pada musim pertandingan untuk mencapai hasil yang optimal. Seperti yang dikemukakan oleh Sajoto (2011:57) “kondisi fisik adalah salah satu persyaratan yang sangat diperlukan dalam usaha meningkatkan prestasi atlet, bahwa dapat dikatakan sebagai keperluan dasar yang tidak dapat ditunda atau ditawar-tawar lagi”. Atlet dengan jadwal pertandingan yang padat memiliki kemungkinan cukup besar mengalami kelelahan fisik. Dinangsit (2009:34) mengemukakan bahwa “kelelahan dapat mempengaruhi kapasitas kemampuan normal seorang atlet atau mengakibatkan seorang atlet tidak mampu menyediakan kekuatan yang diperlukan”. Kondisi tersebut tentunya akan sangat menyulitkan atlet yang mengikuti pertandingan untuk tampil optimal dan jika dipaksakan akan semakin menumpuk tingkat kelelahan menjadi semakin besar. Semakin tinggi aktivitas yang dilakukan maka semakin cepat pula kelelahan akan timbul.

Penyebab terjadinya kelelahan pada atlet adalah akibat dari penumpukan asam laktat pada otot, seperti yang dikemukakan oleh Dinangsit (2009: 5) “kelelahan timbul karena penumpukan asam laktat dalam jaringan”. Hal ini disebabkan oleh kemampuan tubuh menetralsir tumpukan asam laktat tersebut tidak sebanding dengan kecepatan asam laktat yang terbentuk akibat beratnya aktivitas olahraga yang dilakukan. Selain itu kelelahan juga timbul akibat dari terjadinya ketidakmampuan olahdaya aerobik untuk mengimbangi olahdaya anaerobik. Griwijoyo (2012:230) mengemukakan bahwa:

“ ketidakmampuan olahdaya aerobik mengimbangi olahdaya anaerobik berakibat terjadinya kelelahan. Hal ini disebabkan: 1) olahdaya anaerobik terlalu besar, yang berarti bahwa kerja/olahraga yang sedang dilakukan terlalu berat, dan 2) kemampuan olahdaya aerobik (kapasitas aerobik) terlalu rendah. Jadi meningkatnya olahdaya aerobik adalah untuk mempertahankan kelangsungan kerja/olahdaya aerobik yang sedang terjadi, oleh karena itu salah satu cara menghilangkan kelelahan ialah dengan proses oksidasi (proses aerobik)”.

Akibat dari kelelahan menyebabkan kapasitas kerja menurun, sehingga akan mempengaruhi kualitas dan kuantitas performa juga menurun. Seorang atlet tidak dapat terhindar dari kelelahan, ketika mengalami kelelahan tetapi dipaksakan untuk berlatih maka hasil latihan tidak akan maksimal dan kemungkinan besar atlet akan mengalami cedera.

b. Atlet Porprov

Atlet porprov adalah orang yang terpilih dan dilatih dalam kurun waktu tertentu untuk mengikuti suatu pertandingan/perlombaan multievent sesuai dengan cabang olahraganya masing-masing antar kota/kabupaten dalam lingkup regional satu provinsi. Tujuannya adalah untuk meningkatkan prestasi olahraga, menjaring bibit olahragawan potensial, memberdayakan peran serta masyarakat dalam berbagai sektor dan memperkuat persatuan dan kesatuan bangsa.

B. Kerangka Konseptual

Berdasarkan kajian teori yang telah dipaparkan sebelumnya, belajar merupakan proses perubahan di dalam kepribadian manusia dan perubahan tersebut ditampakkan dalam bentuk peningkatan kualitas dan kuantitas tingkah laku seperti peningkatan kecakapan, pengetahuan, sikap, kebiasaan, pemahaman, keterampilan, daya pikir, dan kemampuan-kemampuan yang lain. Suatu aktivitas

pembelajaran dapat dikatakan efektif bila proses pembelajaran tersebut dapat mewujudkan sasaran atau hasil belajar tertentu.

Hasil belajar adalah hasil yang telah dicapai berupa penguasaan pengetahuan atau keterampilan yang dikembangkan oleh mata pelajaran, lazimnya ditunjukkan dengan nilai tes atau nilai angka yang diberikan oleh guru. Seorang guru selain mempunyai tugas memberikan ilmu pengetahuan juga berkewajiban meningkatkan hasil belajar siswa.

Atlet yang masih duduk di bangku sekolah di samping mereka harus belajar seperti siswa lainnya mereka juga harus mengikuti latihan-latihan olahraga untuk meningkatkan prestasinya. Untuk itu siswa yang juga berprofesi sebagai atlet harus mampu menyeimbangkan antara prestasi di sekolah dengan prestasi olahraga agar berguna untuk masa depannya kelak. Seorang atlet dituntut untuk selalu memiliki kondisi tubuh yang prima, terutama pada musim pertandingan agar mencapai hasil yang optimal.

C. Hipotesis

Berdasarkan kerangka konseptual di atas maka hipotesis yang dirumuskan dalam penelitian ini adalah:

1. Terdapat pengaruh yang berarti kegiatan dalam porprov terhadap hasil belajar mata pelajaran yang diuji secara nasional atlet Payakumbuh.
2. Terdapat perbedaan hasil belajar sebelum dan setelah mengikuti porprov pada atlet di Payakumbuh.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan pada bab terdahulu dapat dikemukakan kesimpulan sebagai berikut :

1. Kegiatan latihan olahraga tidak mempengaruhi hasil belajar sebelum dan setelah mengikuti PORPROV ke XII tahun 2012 di Kota Payakumbuh
2. Tidak terdapat perbedaan hasil belajar sebelum dan setelah mengikuti PORPROV ke XII tahun 2012 di Kota Payakumbuh

B. Saran

Berdasarkan pada kesimpulan di atas, maka penulis dapat memberikan saran-saran yang dapat membantu mengatasi masalah yang ditemui pada pelaksanaan penelitian ini yaitu:

1. Untuk mendapatkan hasil yang optimal khususnya dalam hasil belajar, peneliti menyarankan pada siswa yang menjadi atlet seharusnya selain fokus dengan pertandingan juga harus memperhatikan cara belajar.
2. Para guru agar dapat memberikan toleransi yang sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai dalam pembelajaran tersebut.
3. Pemerintah daerah, memberikan perhatian khusus untuk siswa yang menjadi atlet yang mengikuti POPPROV
4. Bagi para peneliti disarankan untuk dapat mengkaji faktor-faktor lain yang berhubungan dengan masalah hasil belajar.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto , Suharsimi. 2005. *Manajemen Penelitian (Edisi Revisi)*. Jakarta: Rineka Cipta
- Baharudin, dkk. 2007. *Teori Belajar dan Pembelajaran*. Yogyakarta: AR-Ruzz Media.
- Dimiyati dan mudjiono. 2009. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta
- Dinangsit, Dinar. 2009. *Metode Massage Air (Hydromassage) dan Metode Massage Manual Terhadap Performa Setelah Kelelahan*. Bandung : FPOK UPI
- Djafar,Tengku Zahara. 2001. *Kontribusi Strategi Pembelajaran Terhadap Hasil Belajar*. Jakarta: Universitas Negeri Padang.
- Djamarah, Syaiful Bahri. 2011. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta
- Griwijoyo, Santoso. 2012. *Ilmu Faal Olahraga (Fisiologi Olahraga)*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- (<http://health.detik.com/read/2013/08/04/133648/1632171/763/biar-pintar-siswa-harus-rajin-olahraga>)
- Monty, P. 2000. *Dasar-Dasar Psikologi Olahraga*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Muhibbin, Syah. 2003. *Psikologi Pendidikan dengan Guru*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Ngalim, Purwanto. 2007. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rosda Karya.
- Sajoto, Mochamad. 2011. *Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Jakarta: Dirjen Dikti P2LPTK. Dedikbud.
- Sardiman,A.M 2004. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Slameto. 1995. *Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suryabrata, Sumadi. 2008. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

- Tirtonegoro, Sutratinah. 2001. *Anak Supernormal dan Program Pendidikannya*. Yogyakarta: Bumi Aksara
- Trianto. 2010. *Mendesain Model Pembelajaran Inovatif Progresif*. Jakarta. PT. Kencana
- Undang-undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 *tentang Sistem Keolahragaan Nasional*. 2007. Yogyakarta: PT Sinar Grafika.
- Wibowo, Basuki. 2002. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.