

**MINAT SISWA DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI  
OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SEKOLAH DASAR NEGERI 16  
AMPALU KACIAK KECAMATAN V KAUM  
KABUPATEN TANAH DATAR**

**SKRIPSI**

*Diajukan sebagai tugas akhir dalam menyelesaikan perkuliahan pada program studi  
Pendidikan Olahraga FIK UNP*



**OLEH:**

**AZWAR EFFENDI  
52288**

**JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2011**

## HALAMAN PERSETUJUAN

### **MINAT SISWA DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SEKOLAH DASAR NEGERI 16 AMPALU KACIAK KECAMATAN V KAUM KABUPATEN TANAH DATAR**

**Nama : Azwar Effendi**

**NIM : 52288**

**Program : Strata Satu ( S<sub>1</sub> )**

**Program Studi : Penjaskesrek**

**Jurusan : Pendidikan Olahraga**

**Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang**

**Padang, Maret 2011**

**Disetujui oleh :**

**Pembimbing I**

**Pembimbing II**

**Drs. Willadi Rasyid, M.Pd  
NIP : 19591121 198503 1 002**

**Drs. Yulifri, M.Pd  
NIP :**

**Mengetahui  
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga**

**Drs. Hendri Neldi, M.Kes.AIFO  
Nip : 19620520 198703 1 002**

## **ABSTRAK**

**Minat Siswa Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga  
Dan Kesehatan Di Sekolah Dasar Negeri 16 Ampalu Kaciak  
Kecamatan V Kaum Kabupaten Tanah Datar.**

**OLEH : Azwar Effendi /2011**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Minat Siswa Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Sekolah Dasar Negeri 16 Ampalu Kaciak Kecamatan V Kaum Kabupaten Tanah Datar Materi dan metoda dalam pengajaran Penjas di SD N 16. Kec. Koto Parik Gadang dalam keadaan atau penulis kata gorikan kurang baik. hal tersebut di sebabkan oleh system pengajaran yang kurang terprogram dan terkoordinir secara terpadu.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang bertujuan untuk mengungkapkan tentang Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Penjas Orkes di SD N 16 Ampalu Kaciak Kecamatan V Kaum Kabupaten Tanah Datar. Pengambilan sampel menggunakan teknik rondon sampling yaitu siswa kelas IV, V dan VI SD N 16 Ampalu Kaciak Kecamatan V Kaum Kabupaten Tanah Datar yang dijadikan sampel penelitian. Teknik pengambilan data dengan observasi dan menyebarkan angket kepada siswa yang terpilih sebagai sampel penelitian.

Untuk dapat melihat katagori penilaian persetase pada variable materi, maka dapat dilihat dari Siswa yang menjawab variable Materi dengan Skor 5 ( Sangat Setuju ) sebanyak 52 jawaban dengan persentase 38,23 %. Menurut (Arikunto, 1996 : 224) yang menjawab dari hasil persentase sangat baik sebanyak 38,23 %, maka dapat dikatagorikan **Kurang baik**. Untuk dapat melihat katagori penilaian persetase pada variable Metoda, maka dapat dilihat dari Siswa yang menjawab variable Metoda dengan Skor 5 ( Sangat Setuju ) sebanyak 46 jawaban dengan persentase 27,05 %. Menurut (Arikunto, 1996 : 224) yang menjawab dari hasil persentase sangat baik sebanyak 27,05 %, maka dapat dikatagorikan **Kurang baik**

## DAFTAR ISI

**HALAMAN PERSETUJUAN .....** ..... **i**

**DAFTAR ISI .....** ..... **ii**

**DAFTAR TABEL .....** ..... **iv**

**DAFTAR GAMBAR .....** ..... **v**

### **BAB I PENDAHULUAN**

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

### **BAB II KAJIAN TEORISTIS DAN KERANGKA KONSEPTUAL**

A. Kajian Teoristik.....	7
1. Minat Siswa terhadap Pembelajaran Penjasorkes .....	7
2. Materi dalam Pembelajaran Penjasorkes.....	12
3. Metoda dalam Pembelajaran Penjasorkes .....	14
4. Pelaksanaan dalam Pembelajaran Penjasorkes .....	17
B. Kerangka Konseptual.....	22
C. Pertanyaan Penelitian.....	23

### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

A. Jenis, Tempat dan Waktu Penelitian.....	24
B. Populasi dan Sampel .....	24

1. Populasi .....	24
2. Sampel.....	25
C. Jenis dan Sumber Data.....	26
1. Jenis Data .....	26
2. Sumber Data.....	26
D. Teknik dan Pengumpulan Data.....	27
E. Teknik Analisa Data .....	27

#### **BAB IV ANALISIS DAN PEMBAHASAN**

A. Analisis Data.....	29
1. Proses Belajar Mengajar (PBM) .....	30
2. Metoda .....	31
3. Pelaksanaan Pembelajaran Penjas.....	33
B. Pembahasan.....	34

#### **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan .....	32
B. Saran .....	32

#### **DAFTAR PUSTAKA**



## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

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

Maju mundurnya pendidikan dipengaruhi oleh perkembangan dan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi dewasa ini mempunyai dampak yang nyata pada kebutuhan akan pentingnya pendidikan bagi bangsa Indonesia, karena tanpa adanya pendidikan, manusia akan terus berada dalam kebodohan dan keterbelakangan. Pendidikan mampu mengubah manusia dari ketidak berdayaan menjadi manusia yang tangguh, memiliki pengetahuan, keterampilan, semangat, harga diri dan mengajarkan bagi mana cara berfikir dan memecahkan masalah serta kemampuan untuk mengembangkan diri secara optimal menuju masa depan yang lebih baik dan lebih cerah.

Mengingat pentingnya pendidikan dalam mencerdaskan kehidupan bangsa, pemerintah berusaha memberikan kesempatan kepada seluruh warga negara untuk mendapatkan pendidikan dan pengajaran yang layak. Hal ini telah dituangkan dalam pasal 31 ayat 1 dan 2 UUD 1945 yang mana “ 1. Tiap-tiap warga negara berhak mendapatkan pendidikan dan pengajaran. 2. Pemerintah mengusahakan suatu sistem pengajaran nasional yang diatur dengan undang-undang. Pernyataan diatas menunjukan betapa besarnya perhatian pemerintah terhadap pendidikan. Mengenai sistem pendidikan pemeritah juga menetapkannya dalam Undang-undang No. 20 Tahun 2003 yang menjelaskan tentang tujuan Pendidikan Nasional yang bertujuan sebagai berikut :

“Pendidikan Nasional bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab”. Dari pernyataan diatas dapat dipahami bahwa pendidikan memiliki peranan penting dalam kehidupan bangsa. Maka itu pemerintah telah sengaja mendirikan lembaga pendidikan yang dapat diperoleh oleh masyarakat melalui jalur formal, informal dan non formal. Sekolah merupakan pendidikan formal dalam lingkungan pendidikan, yang dilaksanakan secara teratur, sistematis, mempunyai jenjang dan dibagi dalam waktu-waktu tertentu, yang berlangsung dari taman kanak-kanak sampai perguruan tinggi.

Menyadari beratnya tugas dan tanggung jawab yang harus dipikul oleh dunia pendidikan, agar pendidikan itu berjalan seperti yang diharapkan. Salah satu usaha untuk membantu dalam menyelesaikan, menginterpretasikan, perkembangan fisik, mental, emosional, sosial dan kerjasama setiap individu secara optimal, dengan melakukan pendidikan jasmani. Dari sekian banyak mata pelajaran yang diajarkan di sekolah salah satunya adalah pendidikan jasmani, dimana mata pelajaran ini merupakan salah satu mata pelajaran wajib yang diajarkan dan dipelajari siswa mulai dari sekolah dasar sampai sekolah menengah atas. Sesuai dengan tujuan Pendidikan Nasional pendidikan jasmani pada Sekolah Menengah Kejuruan merupakan bagian integral dengan pengajaran lainnya.

Kenyataan diatas merupakan salah satu faktor penghambat untuk terlaksananya tujuan belajar, karena dengan belajar akan membawa suatu perubahan pada individu yang belajar. Keberhasilan belajar itu sangat tergantung keaktifan siswa yang bersangkutan dalam mengikuti pembelajaran. Dalam proses belajar mengajar siswa perlu mengalami, merasakan apa yang telah diajarkan oleh gurunya. Hal ini juga dikemukakan oleh Droch yang dikutip Asril (1995) yang mengemukakan bahwa :

“ Belajar yang baik adalah dengan mengalami dan mengalami, siswa menggunakan pancha indra, sesuai dengan realita dan kenyataan yang diamati selama ini, baik dilapangan maupun di lokal terhadap pelaksanaan pembelajaran penjas ternyata para siswa kurang menguasai teknik dasar pada olah raga permainan yang telah diajarkan”.

Kenyataan yang ada masih kurangnya siswa menguasai gerak, keadaan inilah membuat hasil belajar siswa menjadi rendah. Keterampilan gerak yang rendah perlu mendapat perhatian, sebab keterampilan gerak yang rendah akan menyebabkan mereka kurang senang bermain (berolahraga), mereka kurang gerak dan berarti mereka tidak meminatinya. Bila seseorang tidak mempunyai minat yang tinggi terhadap pembelajaran penjas, belum tentu keterampilan atau hasilnya membaik. Bila masalah ini di biarkan tentu akan berakibat kurang baik terhadap perkembangan kognitif, emosional serta minat dan bakat siswa terhadap pembelajaran penjas menjadi rendah.

Atas realita yang terjadi dilapangan maka penelitian ini di rasa sangat penting untuk mengetahui tingkat minat siswa dalam pelaksanaan pelajaran pendidikan jasmani. Oleh sebab itu peneliti ingin meneliti tentang “ Minat Siswa dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Dasar Negeri 16 Ampalu Kaciak Kecamatan V Kaum Kabupaten Tanah Datar”. Untuk itu akan di coba diungkapkan melalui penelitian ini untuk kemajuan pendidikan di masa yang akan datang.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka identifikasi masalah dalam penelitian sebagai berikut :

1. Peran guru terhadap pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan.
2. Sarana dan Prasarana yang memadai.
3. Materi yang diajarkan
4. Metode yang digunakan
5. Situasi dan kondisi sekolah
6. Minat siswa
7. Dukungan dan perhatian sekolah
8. Dukungan orang tua
9. Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani.

## **C. Pembatasan Masalah**

Mengingat banyaknya faktor yang mempengaruhi kurang terlaksananya pendidikan jasmani di sekolah, maka perlu adanya pembatasan masalah.

Pembatasan masalah ini dilakukan atas beberapa pertimbangan sehingga memungkinkan tercapainya tujuan penelitian ini, pertimbangan itu antara lain : mengingat keterbatasan waktu, tenaga dan biaya. Maka dalam penelitian ini hanya membahas bagaimana minat siswa dalam pembelajaran penjasorkes di Sekolah Dasar Negeri 16 Ampalu Kaciak Kecamatan V Kaum Kabupaten Tanah Datar..

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

Berdasarkan latar belakang, identifikasi dan pembatasan masalah maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah : Bagaimana minat siswa dam pembelajaran Penjasorkes di SDN 16 Ampalu Kaciak Kecamatan V Kaum Kabupaten Tanah Datar ?

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

Penelitian bertujuan untuk mengetahui dan mendapatkan informasi mengenai : Minat siswa dam pembelajaran Penjasorkes di SDN 16 Ampalu Kaciak Kecamatan V Kaum Kabupaten Tanah Datar

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

Penelitian ini diharapkan dapat berguna :

1. Peneliti sendiri untuk menambah khasanah Ilmu Pengetahuan terutama dalam hal penelitian dan sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana di fakultas Ilmu Keolahragaan.

2. Sebagai Informasi, pertimbangan dan bahan masukan bagi guru Pendidikan Jasmani di minat siswa dan pembelajaran Penjasorkes di SDN 16 Ampalu Kaciak Kecamatan V Kaum Kabupaten Tanah Datar dalam proses belajar mengajar.
3. Sebagai masukan bagi Kepala Sekolah dalam mengelola Pendidikan Jasmani.
4. Perpustakaan FIK-UNP sebagai tambahan literatur.

## **BAB II**

### **TINJAUAN KEPUSTAKAAN**

#### **A. Kajian Teori**

##### **1. Minat Siswa Terhadap Pembelajaran Penjas**

Pembelajaran pada hakikatnya adalah interaksi antara siswa dengan lingkungannya sehingga terjadi perubahan kearah yang lebih baik. dalam pelaksanaan pembelajaran semua tergantung pada tujuan pembelajaran apa yang akan di capai. Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pendidikan melalui aktifitas jasmani serta usaha yang dilakukan secara sadar di bidang kesehatan untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan, perilaku hidup aktif, dan sikap sportif melalui kegiatan jasmani. Lingkungan belajar di atur secara seksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah kognitif, afektif dan psikomotor. Menurut Oemar Hamalik (2003 : 3) pendidikan adalah :

“Suatu proses dalam rangka mempengaruhi peserta didik supaya mampu menyesuaikan diri sebaik mungkin dengan lingkungan dan dengan demikian akan menimbulkan perubahan dalam dirinya yang memungkinkan untuk berfungsi secara dekat dalam kehidupan masyarakat”.

Mendidik berarti membimbing atau membina pertumbuhan jasmani dan rohani dengan sengaja, teratur, berencana dengan maksud mengarahkan tingkah laku anak atau manusia kearah yang di inginkan. Menurut Soegardo dan Harahap (1981 : 257) pendidikan dalam arti luas yaitu : “Meliputi semua perbuatan dan

usaha dari generasi tua untuk mengalihkan pengetahuan, pengalaman, kecakapan serta keterampilannya kepada generasi muda sebagai usaha menyiapkan agar dapat memenuhi fungsi hidupnya baik jasmani maupun rohani”.

Bila pendapat diatas dihubungkan dengan pendidikan jasmani maka pendidikan jasmani adalah suatu proses melalui aktifitas jasmani yang di rancang dan di susun secara sistematika untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan, meningkatkan kemampuan dan keterampilan jasmani, kecerdasan dan pembentukan watak serta nilai dan sikap positif bagi setiap individu dalam rangka mencapai tujuan pendidikan.pendidikan jasmani merupakan terjemahan dari physical education : yang mana jasmani bersifat jasat bukan kejasatan, maksudnya ialah bahwa sekali-kali bukan hendak mendidik jasad manusia tetapi menggunakan tubuh manusia sebagai sasaran dalam membina pengembangan manusia. Dalam Depdiknas (2004 : 3) menyatakan :

“ Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas jasmani yang direncanakan secara sistematik, bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskules, perceptual koknitif dan emosional dalam kerangka sistem pendidikan nasional”.

Sedangkan menurut Abdul Gafur dalam Almen (2006 : 14) menyatakan bahwa :

“ Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perorangan maupun sebagai anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematik melalui kegiatan jasmani yang intensif dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan dan keterampilan

jasmani, pertumbuhan kecerdasan dan pembentukan watak”.

Suparman (1999 : 9) juga mengemukakan bahwa kesegaran jasmani adalah “Suatu aspek fisik dari kesegaran jasmani yang menyeluruh (total fitnes) yang memberikan kesegaran kepada seseorang untuk menjalankan hidup yang produktif dan dapat menyesuaikan diri pada setiap pembebanan fisik”. Berdasarkan kutipan yang dikemukakan di atas berarti kesegaran jasmani merupakan cermin dari kemampuan fungsi sistem-sistem agar dalam tubuh dapat mewujudkan suatu peningkatan kualitas hidup dalam setiap aktivitas fisik.

Gusril yang di kutip oleh Suparman (1999 : 12) menegaskan bahwa “Seseorang yang dalam kondisi sehat maka ia mempunyai kondisi badan yang sehat untuk mempertahankan diri terhadap pengaruh dari luar”. Dari pendapat tersebut dapat dikemukakan bahwa dengan memiliki tingkat kesegaran jasmani yang baik maka seseorang akan sanggup melawan pengaruh-pengaruh luar dan tidak mengurangi efisiensi kondisi tubuh serta keharmonisan proses organisme dalam tubuh.

Kesegaran jasmani merupakan suatu hal yang menitik beratkan pada fungsi fisiologis, seperti kemampuan jantung, pembuluh darah, paru dan otot agar berfungsi secara efisien dan optimal. Kesegaran jasmani adalah suatu kapasitas fisiologis atau fungsional yang memberikan suatu kualitas hidup yang meningkat. Selain itu kesegaran jasmani merupakan kemampuan melaksanakan kegiatan sehari-hari yang normal penuh aktifitas tanpa mengalami kelelahan yang berarti dan masih

mempunyai energi cadangan untuk menggunakan waktu senggang serta kejadian darurat yang datang secara tiba-tiba. Untuk itulah perlunya pendidikan jasmani diajarkan atau dimasukan kedalam kurikulum di setiap lembaga pendidikan.

Soemosasmito dalam Suparman (1999 : 9) mengatakan program pendidikan jasmani dan kesehatan diberi kesempatan kepada siswa untuk meningkatkan dan mempertahankan kesegaran jasmani mereka yang sesuai dengan kebutuhan mereka. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa tingkat kesegaran jasmani sangat penting dan sesuai dengan kebutuhan siswa, karena bila kesegaran jasmani meningkat akan dapat memberi sumbangan yang berarti yang berupa ketahanan jasmaniah.

Seseorang yang memiliki tingkat kesegaran jasmani yang tinggi akan memiliki kekuatan dan ketahanan untuk melakukan aktifitas kehidupan sehari-hari karena selalu mengalami kelelahan dan kelesuan. Hal ini juga dikemukakan oleh Cooper dan brown yang di kutip Asril (1999 : 13) yang mengemukakan ciri-ciri dari tingkat kesegaran jasmani yang rendah atau di bawah rata-rata yaitu :

“ 1. Menguap di meja belajar atau kerja. 2. Perasaan malas dan mengantuk sepanjang hari. 3. Cenderung bertingkah marah. 4. merasa lelah dengan kerja fisik yang minimal. 5. Terlalu capek untuk melakukan aktifitas pada waktu yang senggang. 6. mudah terkejut. 7. sukar rileks. 8. mudah cemas dan sedih. 9. mudah tersinggung”.

Dari penjelasan di atas dapat dikemukakan bahwa tingkat kesegaran jasmani merupakan faktor penting dan penentu dalam segala aspek kehidupan seseorang yang memiliki tingkat kesegaran jasmani yang tinggi atau tingkat kondisi tubuh prima akan dapat melakukan aktifitas yang lama dengan beban yang cukup tanpa

mengalami kelelahan yang berarti begitu juga sebaliknya. Mengingat pentingnya minat dalam pembelajaran penjas seorang guru perlu memperhatikan perkembangan secara umum. Setiap kegiatan yang diprogramkan harus membangkitkan inat siswa secara keseluruhan, agar tujuan yang diharapkan dapat tercapai dengan optimal.

Kegiatan pembelajaran hendaknya direncanakan sedemikian rupa sehingga mencapai perkembangan fisik, kepribadian siswa, aspek moral dan spiritual, kegiatan ini yang di dalamnya juga terdapat kegiatan olahraga, di pilih sedemikian rupa dan dilaksanakan dengan memperhatikan kaedah-kaedah kesehatan, kesiapan dan kematangan peserta didik sesuai dengan sistem nilai di masyarakat yang bersangkutan.

Perhatian pokok dari guru pendidikan jasmani bertujuan untuk membantu peserta didik agar bergerak secara efisien, meningkatkan kualitas untuk kerjanya. Belajar gerak dapat diartikan suatu rangkaian proses pembelajaran yang direncanakan, sistematik dan sistamik untuk mencapai tujuan pembelajaran yang direncanakan. Pada situasi apapun guru pendidikan jasmani akan menggunakan aktifitas gerak fisik sebagai sarana untuk merealisasikan tujuan pembelajarannya, dengan demikian kegiatan sehari-hari guru pendidikan jasmani selalu bersentuhan dengan aktifitas gerak fisik.

Menurut Syarifudin (1997 : 15) “Aktifitas fisik tersebut mendapat sentuhan, tindakan didaktik, motorik guru sehingga menjadi sarana pendidikan yang dapat membantu anak didik mengembangkan keseluruhan kepribadian anak”. Pada dasarnya pertumbuhan dan perkembangan peserta didik bergantung pada dua unsur

yang saling mempengaruhi yakni bakat yang dimiliki oleh peserta didik secara lahir, dan lingkungan yang mempengaruhi hingga bakat itu tumbuh dan berkembang. Pendidikan jasmani dan kesehatan yang mengutamakan aktifitas jasmani dan kesehatan hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari mempunyai peranan yang penting dalam pembinaan dan pengembangan individu maupun kelompok dalam pembinaan untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, sosial serta emosional yang serasi dan seimbang.

## **2. Materi Pembelajaran Penjasorkes**

Materi pembelajaran merupakan suatu yang disajikan guru untuk diolah dan kemudian dipahami oleh siswa dalam rangka pencapaian tujuan-tujuan instruksional yang telah ditetapkan. Dengan kata lain materi pelajaran merupakan salah satu unsur atau komponen yang sangat penting artinya untuk mencapai tujuan pembelajaran yang terdiri dari fakta-fakta, konsep dan aturan-aturan yang terkandung dalam mata pelajaran.

Menurut Ibrahim (1993 : 71) mengatakan yang dimaksud dengan materi di sini adalah materi dalam pembelajaran penjas yang akan diajarkan kepada siswa disekolah pada waktu jam pelajaran penjaskes yang diajarkan pada setiap lokal atau kelas. Materi ini terdiri dari teori dan praktek, materi teoritik bertujuan untuk pengembangan aspek kognitif siswa yang berupa pengalaman dan pengetahuan di bidang kesehatan.

Sedangkan materi praktek bertujuan untuk mengembangkan aspek psikimotor yang berupa penguasaan keterampilan dan teknik-teknik tertentu dalam

aktivitas jasmani atau gerak berolahraga. Pendidikan jasmani diyakini dapat memberikan kesempatan untuk berpartisipasi dalam kegiatan olahraga, karena materi yang disajikan menuntut siswa untuk berpartisipasi secara aktif dalam setiap kegiatan, hal ini sesuai dengan penjelasan yang dikeluarkan oleh Diknas (2002 : 6) menjelaskan :

“Materi pendidikan jasmani harus meliputi hal sebagai berikut : pengalaman mempraktekan latihan untuk mempertahankan dan meningkatkan kebugaran jasmani. Pengalaman mempraktekan atletik, senam, permainan, bela diri dan renang. Pengetahuan yang berkaitan dengan kebugaran jasmani, penilaian kebugaran jasmani, masalah kesehatan karena kebugaran jasmani yang jelek. Pratik yang aman dalam latihan kebugaran jasmani. Nilai-nilai psikologis, pengaturan stres, pengaturan gizi, dan isu konsumerisme untuk kebugaran jasmani. Peraturan, strategi/taktik penyelenggaraan pertandingan dalam praktik pertandingan yang aman dalam kegiatan pelaksanaan atletik, senam, beladiri, dan renang. Prilaku yang menggambarkan jiwa sportivitas dan gaya hidup sehat dan aktif”.

Berdasarkan uraian di atas bahwa yang perlu diperhatikan dalam memilih dan menetapkan materi pelajaran adalah sebagai berikut :

1. Materi pelajaran hendaknya ditetapkan dengan mengacu pada tujuan-tujuan instruksional yang ingin di capai.
2. Materi yang dipilih hendaknya merupakan bahan yang betul-betul penting, baik dilihat dari tujuan yang ingin di capai maupun fungsi untuk mempelajarai bahan berikutnya.

3. Materi yang dipilih hendaknya bermakna bagi siswa dalam artian mengandung nilai praktis dan atau bermanfaat dalam kehidupan sehari-hari
4. Kedalaman materi hendaknya ditetapkan dengan memperhitungkan tingkat kemampuan berfikir siswa yang bersangkutan, dalam hal ini biasanya telah dipertimbangkan dalam kurikulum sekolah yang bersangkutan.
5. Materi yang diberikan hendaknya di tata dalam urutan yang memudahkan dipelajarinya keseluruhan materi oleh peserta didik atau siswa.

Berdasarkan keterangan di atas dapat dipahami bahwa mata pelajaran pendidikan jasmani bukan sekedar mengajar keilmuan saja seperti matematika, bahasa dan ilmu lainnya yang menekankan pada penguasaan materi saja atau pada satu ranah saja. Tujuan pembelajaran pendidikan jasmani terlihat sekali keterkaitan antara ranah kognitif, afektif dan psikomotor. Sebab dalam pembelajaran siswa dituntut untuk dapat memahami dan menganalisa tentang materi yang diberikan. Pada kondisi seperti inilah terjadi kerjasama antara kognitif, afektif dan psikomotor siswa dan membentuk tujuan bersama yaitu siswa mampu melakukan gerakan-gerakan olah raga serta mampu menerapkannya secara individu dan kelompok.

### **3. Metoda dalam Pembelajaran Penjasorkes**

Yang dimaksud dengan metoda di sini adalah metoda belajar mengajar yang dipakai dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan yaitu suatu cara yang digunakan oleh guru untuk menentukan urutan kegiatan di dalam melaksanakan kegiatan belajar mengajar, sebagai salah satu usaha untuk mencapai

tujuan yang telah ditetapkan banyak ahli yang mengemukakan tentang metoda. Winarno dalam Ersan (2003 : 21) mengemukakan bahwa metoda adalah cara yang sebaik-baiknya untuk mencapai tujuan, kemudian Sujana (1992 ; 193) juga berpendapat bahwa metoda mengajar adalah cara guru dalam mengadakan hubungan dengan siswa pada saat berlangsungnya pengajaran. Sedangkan menurut kamus umum bahasa indonesia metoda merupakan cara kerja yang konsisten untuk memudahkan pelaksanaan suatu kegiatan guna mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

Dari beberapa pendapat di atas mengatakan bahwa metoda itu adalah cara atau aturan untuk mencapai tujuan. Metoda juga merupakan suatu hal yang sangat penting dalam proses belajar mengajar, proses belajar mengajar akan berjalan dengan lancar, tertib dan bergairah bila didukung oleh pemilihan metode yang tepat. Tetapi sebaliknya kelas akan menjadi kacau dan tidak terkendali apabila guru tidak dapat memilih metoda yang relevan dengan materi yang akan diajarkan, sehingga proses belajar mengajar tidak berjalan dengan baik. Oleh karena itu metoda merupakan salah satu hal yang sangat penting untuk diperhatikan oleh guru dalam mengajar.

Metoda pengajaran pendidikan jasmani merupakan metoda yang tidak umum di pakai dalam pengajaran yang lain. Hal ini disebabkan karena materi pengajaran pendidikan jasmani merupakan suatu materi yang mempunyai karakteristik tersendiri, oleh sebab itu selain harus mengetahui dan menguasai metoda khusus pendidikan jasmani serta prinsip penggunaan dan karakteristik, maka guru

pendidikan jasmani juga mutlak harus menguasai metode pengajaran umum. Ada beberapa jenis metoda mengajar yang sesuai dan cocok dengan materi pelajaran pendidikan jasmani yang bersifat praktek dilapangan antara lain sebagai berikut :

a. Metoda Demonstrasi

Merupakan metoda mengajar yang cukup efektif, sebab metoda ini membantu para siswa untuk memperoleh jawaban dengan cara mengamati suatu peristiwa atau proses terjadinya sesuatu, dimana keaktifan biasanya lebih banyak berpihak pada guru, karena disini sebelum materi dilaksanakan oleh siswa, terlebih dahulu guru mencontohkan gerakan, setelah itu baru siswa melakukannya atau mengikuti.

b. Metoda Eksperimen

Jika metode demonstrasi keaktifannya lebih banyak pada pihak guru, maka metode eksperimen langsung melibatkan para siswa untuk melakukan percobaan agar menemukan gerakan yang sesuai dengan materi yang telah diberikan oleh guru.

c. Metoda Pemberian Tugas

Metode ini dimaksudkan untuk memberikan kesempatan kepada siswa untuk melakukan tugas atau kegiatan yang berhubungan dengan pelajar, seperti melakukan pass atas, pass bawah dan sebagainya. Metode ini dapat dilakukan dalam bentuk pemberian tugas atau kegiatan individu berpasangan, ataupun dalam bentuk kelompok.

d. Metoda Pemberian Tugas dan Permainan Kecil

Metode permainan kecil sangat cocok untuk dikembangkan dalam pelaksanaan pengajaran pendidikan jasmani di sekolah. Permainan kecil dapat menciptakan siswa selalu senang dan aktif dalam melakukan aktifitas jasmani. Guru harus mampu menciptakan suatu permainan kecil untuk memodifikasi bentuk-bentuk permainan dengan materi yang akan diajarkan.

Mengingat materi mata pelajaran pendidikan jasmani terdiri dari teori dan praktek, maka dalam pelaksanaan pemilihan metode tidak mungkin sama antara metode teori dengan metode praktek. Untuk metode materi teori biasanya dipakai metode ceramah, tanya jawab, diskusi, simulsi, kerja kelompok atau lainnya sesuai dengan materi teori. Untuk metode materi praktek biasanya dipakai metode demonstrasi, eksperimrn, pemberian tugas, bermain, atau lainnya yang cocok untuk materi praktek.

#### **4. Pelaksanaan Pembelajaran Penjasorkes**

Dalam pelaksanaan kegiatan belajar mengajar pendidikan jasmani maupun pendidikan kesehatan sangat erat kaitannya dengan bahan pelajaran yang telah ditetapkan yang mengacu pada kegiatan siswa dalam mempelajari suatu bentuk gerakan yang disajikan oleh guru. Kegiatan anak didik dalam melakukan suatu bentuk gerakan, sangat dipengaruhi oleh kegiatan guru sewaktu mengajar, baik di dalam memadukan unsur-unsur pengajaran, susunan dan urutan kegiatan yang harus dilakukan oleh siswa maupun dalam penyusunan dan pengaturan alat-alat serta bahan pelajaran

Salah satu ciri dari keberhasilan dalam pengajaran penjaskes adalah dimana siswa aktif melakukan kegiatan atau aktifitas yaitu melakukan bentuk-bentuk gerakan yang diajarkan oleh guru. Dengan banyaknya memberi siswa kesempatan aktif, untuk melakukan latihan sesuai dengan yang ditugaskan oleh guru, siswa akan lebih memahami dan menguasai prosedur gerakan yang harus dilakukan serta konsep mengenai cara untuk melakukannya, akan tetapi dapat meningkatkan dan mengembangkannya dalam mencapai tujuan yang optimal yaitu kesegaran jasmani siswa.

Selain itu juga antusias siswa selama mengukuti pelajaran dapat juga kita amati, bila tampak siswa melakukan gerak dengan sunguh-sungguh maka pelihara situasi tersebut agar proses pembelajaran dapat terus berlangsung dengan baik. namun bila siswa nampak melakukan tugas gerak dan tidak tampak kesungguhannya, maka guru segera mengubah pendekatan pembelajaran lainnya. Jangan biarkan satu orangpun siswa melakukan gerak tidak sepenuh hati, karena akan menjadi akar dari makin menurunnya keterlibatan mental siswa lainnya. Dalam melaksanakan kegiatan belajar mengajar pendidikan jasmani khususnya, guru hendaknya jangan terlalu banyak menerangkan terhadap suatu bentuk gerakan yang harus dilakukan oleh siswa, akan tetapi harus lebih banyak memberikan kesempatan kepada siswa untuk melakukan latihan yang sesuai dengan apa yang diharapkan. Kegiatan siswa dalam belajar gerak mengenai berbagai bentuk gerakan hendaknya didasarkan kepada tujuan yang hendak dicapai, karakteristik dari bahan pelajaran, keadaan lapangan, jumlah alat yang tersedia untuk melakukan kegiatan

tersebut. dengan demikian kegiatan siswa dalam belajar atau melakukan latihan akan dapat dilaksanakan secara perorangan, berpasangan, berkelompok atau klasikal.

Selain itu dalam pelaksanaannya dapat dilakukan dengan cara bermain, perlombaan, pertandingan, belajar dan berlatih. Hal ini hendaknya sesuai dengan keadaan dan kemampuan siswa. Sistematika dalam pelaksanaan pengajaran pendidikan jasmani di sekolah dilakukan sebagai berikut.

a. Latihan pendahuluan

Latihan pendahuluan dalam pendidikan jasmani di sebut juga dengan pemanasan (Warning-up) yaitu bentuk-bentuk latihan yang dilakukan sebelum melakukan latihan atau pelajaran inti. Pemanasan dilakukan dengan tujuan utama adalah untuk menyiapkan fisik dan mental siswa untuk mengikuti kegiatan pembelajaran inti, bentuk gerakan hendaknya melibatkan seluruh otot besar tubuh.

Sehubungan dengan keterbatasan waktu, maka diperkirakan alokasi waktunya 10% dari total waktu pertemuan belajar. Melakukan pemanasan bukan hanya sekedar melakukan bentuk-bentuk gerakan saja, melainkan gerakan-gerakan tersebut harus dilakukan dengan benar dan sungguh-sungguh. Kesiapan fisik juga mensyaratkan agar siswa terhindar dari kemungkinan cidera yang disebabkan oleh kurangnya kesiapan siswa dan kurangnya pemanasan. Untuk itu siswa perlu melakukan pemanasan yang setelah itu siswa akan melakukan latihan

inti. Latihan ini dapat dikategorikan menjadi dua bagian utama yaitu sebagai berikut :

### 1. Latihan Inti Pertama

Menurut Syarufuddina (1994 : 15) latihan inti pertama merupakan bentuk latihan yang berhubungan dengan pembelajaran gerak baru atau mengulang bentuk-bentuk gerakan pada pertemuan yang lalu. Bila pelajaran dilangsungkan untuk mempelajari bentuk gerak baru, maka perhatian guru terhadap pentahapan pembelajaran gerak hendaknya diberikan secara profesional.

Tetapi bila pembelajaran yang dilaksanakan dalam bentuk pengulangan, maka perhatian guru terhadap gerak lebih terfokus pada frekuensi pengulangan dan umpan balik yang bermakna. Makin banyak siswa yang memiliki kesempatan untuk melakukan pengulangan yang disertai dengan umpan balik akan makin cepat pula proses mendapatkan keterampilan.

### 2. Latihan Inti Kedua

Latihan inti kedua pada dasarnya merupakan penerapan dari latihan inti pertama dengan tempo dan intensitas yang ditingkatkan. Dengan demikian pada latihan inti kedua adalah peningkatan intensitas kerja fisik yang disesuaikan dengan kemampuan siswa dan dilakukan dalam waktu yang telah

ditetapkan. Umpan balik untuk memperbaiki kerja, keterampilan gerak, memadukan berbagai komponen-komponen yang dipelajari secara terpisah sehingga terbentuk rangkaian keterampilan gerak yang utuh. Pelaksanaan latihan inti yang kedua inilah yang merupakan puncak dari aktifitas fisik pendidikan jasmani.

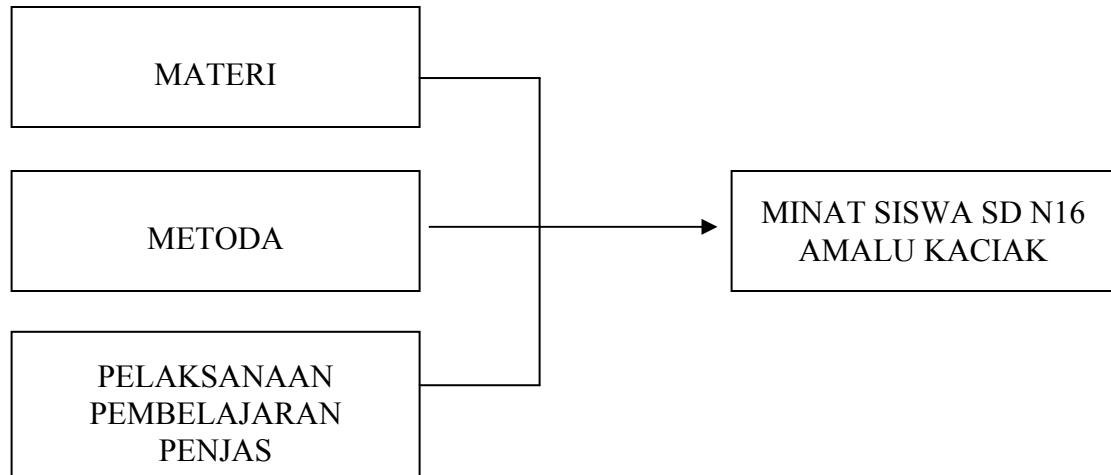
b. Latihan Penutup

Latihan penutup disebut juga pendinginan atau penenangan (Cooling Down) yang bertujuan untuk mengembalikan fisik dan mental siswa pada keadaan semula, sehingga ia siap untuk menerima pelajaran lainnya. Latihan penutup biasanya dilakukan dengan bentuk-bentuk gerakan ringan, setelah itu dapat juga dilanjutkan dengan menarik kesimpulan apa dan bagaimana pelajaran berlangsung (semua siswa tidak melakukan aktifitas yang berat).

**B. Kerangka Konseptual**

Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran yang tercantum dalam kurikulum pendidikan nasional, mata pelajaran ini bertujuan untuk menciptakan siswa yang sehat jasmani dan rohani, serta mampu hidup secara mandiri ditengah-tengah masyarakat, selain itu memiliki skill dalam bidang olahraga. Dalam pembelajarannya siswa berperan aktif dalam setiap proses pembelajaran pendidikan jasmani berlangsung, inilah yang membedakan pendidikan jasmani dengan mata pelajaran lainnya.

Minat merupakan salah satu gejala kejiwaan yang terjadi pada diri seseorang individu. Minat dapat mengarahkan perbuatan atau tingkah laku individu kepada suatu tujuan tertentu dengan kecenderungan individu untuk berhubungan lebih efektif dengan objek yang menarik minatnya. Minat juga merupakan suatu sikap suka seseorang terhadap suatu objek. Bila siswa tersebut suka terhadap mata pelajaran pendidikan jasmani, maka siswa tersebut akan mengikuti pelajaran tersebut dengan sunguh-sungguh. Dan minat seseorang terhadap suatu objek akan dapat dilihat dari cara bertindak, berbuat dan memusatkan tenaga psikisnya pada objek tersebut. Untuk memahami kerangka konseptual yang telah dikemukakan di atas, dapat dilihat pada gambar berikut ini :



## Gambar 1. Kerangka Konseptual.

**C. Pertanyaan Penelitian**

1. Bagaimana minat siswa SD N16 Ampalu Kaciak Kecamatan V Kaum Kabupaten Tanah Datar terhadap Penjasorkes ?
2. Bagaimana minat siswa SD N 16 Ampalu Kaciak Kecamatan V Kaum Kabupaten Tanah Datar dengan metoda yang digunakan guru saat proses pembelajaran pendidikan jasmani ?
3. Bagaimana minat siswa SD N 16 Ampalu Kaciak Kecamatan V Kaum Kabupaten Tanah Datar dengan materi pendidikan jasmani ?
4. Bagaimana minat siswa SD N 16 Ampalu Kaciak Kecamatan V Kaum Kabupaten Tanah Datar dalam pelaksanaan pendidikan jasmani ?

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Dari hasil dan analisis data dan pembahasan yang telah di kemukakan. Penulis mengambil keputusan :

1. Dari Proses Belajar Mengajar Penjas untuk mendukung Minat siswa dalam pembelajaran Penjasorkes di SD N 16 Ampalu Kaciak Kecamatan V Kaum Kabupaten Tanah Datar. Terbukti dari hasil penelitian yang diteliti penulis dari 17 responden menjawab faktor PBM yang mempengaruhi Minat siswa dalam pembelajaran Penjasorkes di SD N 16 Ampalu Kaciak Kecamatan V Kaum Kabupaten Tanah Datar. Dikategorikan **Baik**. Hal ini dikarenakan Proses Pelaksanaan Belajar Mengajar di SD N 16 tergolong baik
2. Dari Metoda Pengajaran Penjas untuk mendukung Minat siswa dalam pembelajaran Penjasorkes di SD N 16 Ampalu Kaciak Kecamatan V Kaum Kabupaten Tanah Datar. Terbukti dari hasil penelitian yang diteliti penulis dari 17 responden menjawab faktor Metoda Pengajaran yang mempengaruhi Minat siswa dalam pembelajaran Penjasorkes di SD N 16 Ampalu Kaciak Kecamatan V Kaum Kabupaten Tanah Datar. Dikategorikan **Baik**. Hal ini dikarenakan Metoda Pengajaran Belajar Mengajar di SD N 16 tergolong **baik**
3. Dari Pelaksanaan Pembelajaran Penjas Penjas untuk mendukung Minat siswa dalam pembelajaran Penjasorkes di SD N 16 Ampalu Kaciak

Kecamatan V Kaum Kabupaten Tanah Datar. Terbukti dari hasil penelitian yang diteliti penulis dari 17 responden menjawab faktor Pelaksanaan Pembelajaran Penjas yang mempengaruhi Minat siswa dalam pembelajaran Penjasorkes di SD N 16 Ampalu Kaciak Kecamatan V Kaum Kabupaten Tanah Datar. Dikatakan **Baik**. Hal ini dikarenakan Pelaksanaan Pembelajaran Penjas di SD N 16 tergolong baik

## **B. Saran**

1. Diharapkan bagi seluruh siswa agar rasa dapat meningkatkan kegiatan proses Belajar Mengajarnya agar lebih ditambah sehingga prestasi balajarnya dapat meningkat
2. Bagi pihak sekolah, selalu memberikan metoda metoda terbaru terhadap materi pembelajaran penjas di sekolah, guna mendapatkan hasil belajar siswa yang baik.
3. Bagi orang tua siswa dirumah, selalu memperhatikan kegiatan belajar anak dirumah, sehingga anak dapat melaksanakan pekerjaan rumahnya.
4. Bagi pembaca selanjutnya untuk lebih mengembangkan dari materi judul skripsi ini.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Abdul Gapur (1983), *Unsur Pembinaan Bangsa dan Pembangunan Negara*. Jakarta, Kantor Menteri Negara Pemuda dan Olahraga
- Almen (2006), *Minat Siswa Putri Terhadap Pelajaran Penjas pada Madrasah Aliyah Negeri Koto Baru Damasraya*. (Skripsi) FIK. UNP Padang
- Arikunto, Suharsimi (1989), *Prosedur Penelitian*, Jakarta ; Bhineka Cipta \_\_\_\_\_. (1992). *Manajemen Penelitian*, Jakarta ; Bumi Aksara.
- Asbial (2004), *Minat Mahasiswa FIK-UNP Terhadap Pencak Silat*, (skripsi) FIK-UNP Padang.
- Asril (1995), *Hubungan antara Minat Mahasiswa dengan Keterampilan Bermain Sepak Takraw Tingkat Pendalaman pada FPOK IKIP Padang*. (Tesis) FPOK.IKIP Padang.
- Depdiknas (2003), *Kurikulum 2004 Sekolah Menengah Tingkat Pertama Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani : Proyek Pelita*.
- Gusril (1993), *Garis-Garis Besar Program Pengajaran (GBPP)*. *Penjaskes Sekolah Menengah Umum dan Madrasah Aliyah* ; Padang : FIK UNP
- Hamalik, Oemar (2003), *Kurikulum dan Pembelajaran*, Jakarta ; Bumi aksara
- Johor, Zainul (1991), *Hubungan antara Minat dengan Keterampilan Motorik (tesis)*. FPOK.IKIP Padang.
- Margono, S (1997), *Metodologi Penelitian Pendidikan*, Rineka Cipya ; Jakarta
- Slamet, dkk (1995), *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*, Jakarta ; Depdikbud.
- Soegardo, Purbakawatja dan H.A Harahap (1981), *Ensiklopedia Pendidikan* jakarta.