

**TINJAUAN PELAKSANAAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA  
DAN KESEHATAN PADA MASA PANDEMI COVID 19 DI SMP NEGERI 2 PADANG**

**SKRIPSI**

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga Sebagai  
Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



**Oleh:**

**ARI HIJRIYANTO  
NIM. 17086112/2017**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2021**

**HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI**

**Judul** : **TINJAUAN PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN  
KESEHATAN PADA MASA PANDEMI COVID  
19 DI SMP NEGERI 2 PADANG**

Nama : Ari Hijriyanto

NIM : 17086112

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

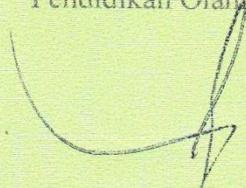
Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Februari 2021

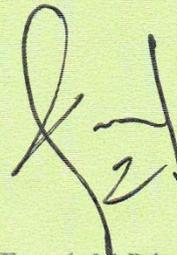
Disetujui Oleh :

Ketua Jurusan  
Pendidikan Olahraga



Drs. Zarwan, M.kes  
NIP. 196112301988031003

Pembimbing



Dr. Emral, M.Pd.  
NIP. 195812201986021002

## HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

*Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi  
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang*

Judul : Tinjauan Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani  
Olahraga dan Kesehatan pada Masa Pandemi Covid-19 di  
SMP Negeri 2 Padang

Nama : Ari Hjriyanto

NIM/TM : 17086112/2017

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

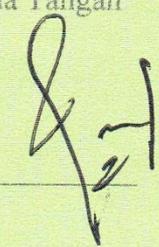
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Februari 2021

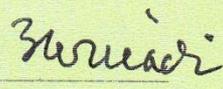
Tim Penguji

Tanda Tangan

1. Ketua : Dr. Emral, M. Pd

1. 

2. Sekretaris : Dr. Willadi Rasyid, M. Pd

2. 

3. Anggota : Dra. Darni, M. Pd

3. 

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul **“Tinjauan Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Pada Masa Pandemi Covid 19 di SMP Negeri 2 Padang”** adalah asli karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan di cantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan didalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Februari 2021  
Yang membuat pernyataan



**Ari Hijriyanto**  
**NIM. 17086112**

## ABSTRAK

**Ari Hijriyanto(2021): Tinjauan Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Pada Masa Pandemi Covid 19 Di Smp Negeri 2 Padang**

Masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana metode pembelajaran dan motivasi siswa terhadap pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada masa pandemi Covid-19. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada masa pandemi Covid-19 di SMP Negeri 2 Padang.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif, populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa siswi kelas IX SMP N 2 Padang yang berjumlah 247 orang. Penarikan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu dengan sampel berjumlah 32 orang. Teknik pengumpul data adalah berupa cara observasi, dan kuesioner atau dengan angket. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan statistik deskriptif dengan bentuk persentase.

Hasil penelitian tentang Metode pembelajaran PJOK yang diterapkan guru pada masa pandemi covid-19 di SMP N 2 Padang yang mana sebesar 69% dapat diartikan metode pembelajaran dalam klasifikasi "Baik". Selanjutnya Motivasi siswa terhadap pembelajaran PJOK pada masa pandemi Covid-19 di SMP N 2 Padang diperoleh tingkat capaian sebesar capaian 72% berada klasifikasi "Baik".

**Kata Kunci : metode pembelajaran dan motivasi belajar**

## KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum warahmatullahi wa barakatuh, Alhamdulillah, puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul: "Tinjauan Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Pada Masa Pandemi COVID-19 Di SMP Negeri 2 Padang".

Skripsi ini dibuat melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP). Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Ganefri, M.Pd, Ph.D sebagai Rektor Universitas Negeri Padang beserta staf yang telah memberikan izin dalam pemakaian atau fasilitas yang ada untuk menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Dr. Alnedral, M.Pd sebagai Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan pelayanan yang optimal selama mengikuti perkuliahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Drs. Zarwan, M. Kes sebagai ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Bapak Sepriadi, S.Si, M.Pd sebagai sekretaris Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah memberikan bantuan administrasi dan konsultatif dalam perkuliahan sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.

4. Kepada seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan ilmu yang penulis peroleh selama perkuliahan.
5. Bapak Dr. Emral, M.Pd sebagai pembimbing yang telah banyak memberikan bimbingan, nasehat serta dukungan moral kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak Dr. Willadi Rasyid, M.Pd dan Ibu Dra. Darni, M.Pd sebagai dosen penguji yang telah memberikan masukan, nasehat dalam penyelesaian skripsi ini.
7. Keluarga tercinta yang banyak memberikan dukungan moral dan materil serta bimbingan do'anya yang tulus dan tak kunjung henti kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.
8. Kepala sekolah SMP Negeri 2 Padang yang telah memberikan izin penelitian.
9. Kepada teman-teman dan SMP Negeri 2 Padang yang telah memberikan bantuan berupa moril dan materil.

Akhirnya penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Februari 2021

Penulis

## DAFTAR ISI

Halaman

<b>HALAMAN JUDUL</b>	
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b>	
<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	iv
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	vii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	viii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	4
C. Pembatasan Masalah .....	5
D. Perumusan Masalah .....	5
E. Tujuan Penelitian .....	5
F. Manfaat Penelitian .....	6
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Kajian Teori .....	7
1. Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan.....	7
2. Metode Pembelajaran.....	16
3. Motivasi Belajar .....	21
B. Penelitian Relevan.....	29
C. Kerangka Konseptual.....	31
D. Pertanyaan Penelitian .....	33
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian .....	34
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	34
C. Populasi dan Sampel .....	34
1. Populasi .....	34

2. Sampel.....	35
D. Instrumen Penelitian.....	36
1. Jenis Instrumen.....	36
2. Skala Pengukuran Data.....	36
E. Teknik dan Alat Pengumpulan Data .....	36
F. Teknik Analisis Data.....	36
G. Uji Validitas.....	39
H. Uji Reabilitas.....	39
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Data.....	40
1. Variabel Metode Pembelajaran .....	40
2. Variabel Motivasi Siswa .....	42
B. Pembahasan.....	44
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan.....	46
B. Saran .....	46
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>48</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>50</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1. Populasi penelitian .....	35
2. Sampel penelitian .....	36
3. Distribusi Frekuensi Data Metode Pembelajaran.....	41
4. Distribusi Frekuensi Data Motivasi Siswa .....	43

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
1. Kerangka Konseptual .....	32
2. Histogram Metode Pembelajaran .....	42
3. Histogram Motivasi Siswa .....	44

## DAFTAR LAMPIRAN

	<b>Halaman</b>
1. Kisi-sisi Angket Penelitian.....	50
2. Angket Instrumen Penelitian.....	51
3. Hasil Uji Validitas.....	74
4. Pengujian Relibialitas Data.....	76
5. Data Tabulasi Angket.....	77
6. Data Tabulasi Angket Metode Pembelajaran.....	78
7. Data Tabulasi Angket Motivasi Siswa.....	79
8. Frekuensi Jawaban Metode Pemebelajaran .....	80
9. Frekuensi Jawaban Motivasi Siswa .....	86
10. Dokumenstasi Penelitian.....	90
11. Dokumentasi Pembelajaran Daring.....	92
12. Surat Izin Penelitian .....	94

## **BAB I PENDAHULUAN**

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

Pendidikan jasmani yang merupakan mata pelajaran wajib yang diberikan mulai dari sekolah dasar, sekolah menengah pertama dan sekolah menengah atas. Hal ini ditujukan untuk mengembangkan potensi diri sehingga terbentuknya siswa yang berkualitas, memiliki kemampuan intelektual yang baik dan memberikan kematangan mental serta emosional yang selaras dan seimbang. Melalui gerak semua potensi seseorang dikembangkan, baik secara fisik maupun psikologis agar menjadi siswa yang cerdas dan beriman.

Keberhasilan pembelajaran PJOK akan tergambar pada kemampuan dan keterampilan guru dalam mengaplikasikan semua bentuk materi pelajaran yang sudah dirancang sebelumnya dengan sistematis agar siswa tertarik dan senang melakukan olahraga. Untuk dapat menghasilkan hal tersebut maka perlu metode-metode dan strategi pembelajaran yang akan diterapkan seorang guru dalam proses pembelajaran PJOK di sekolah. Bentuk-bentuk metode yang dapat diterapkan ke dalam kelas diantaranya berupa metode komando, latihan, ceramah, demonstrasi, diskusi, simulasi dan lain-lain tetapi di masa pandemi covid-19 sekarang metode yang bisa dilaksanakan yaitu diskusi, latihan, dan demonstrasi.

Pada masa pandemi covid-19 proses pembelajaran PJOK yang digunakan adalah pembelajaran online atau tanpa tatap muka. Belajar Dari Rumah (BDR) menjadi alternatif pembelajaran di masa pandemi dalam

pencapaian tujuan dan menuntaskan materi dari setiap mata pelajaran. Hal itu sesuai dengan Surat Edaran No. 15 Tahun 2020 tentang pedoman penyelenggaraan Belajar Dari Rumah dalam masa darurat penyebaran Corona Virus Disiase (COVID-19).

Selain metode juga terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi pembelajaran PJOK di sekolah. Faktor-faktor tersebut diantaranya, kurangnya kemampuan guru dalam penguasaan teknologi yang digunakan pada masa pandemi covid-19 sedangkan di masa pandemi saat ini guru di tuntut untuk bisa terampil dalam penggunaan teknologi baik itu WA, Geschol, Elearning dan media pembelajaran lainnya. Didalam evaluasi pembelajaran guru mengoreksi hasil kerja siswa sedangkan pada masa pandemi covid-19 banyak nya siswa yang tidak mengumpulkan tugas sehingga guru terkendala dalam mengevaluasinya. Di dalam pembelajaran daring selama pandemi, guru di fasilitasi sekolah akses internet sehingga tidak terkendala dalam proses pembelajaran, jika guru di rumah terkendala dengan akses internet seperti jaringan yang tidak stabil, kuota internet yang tidak memadai. Motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran PJOK sangatlah tinggi sedangkan pada masa pandemi sekarang ini motivasi siswa untuk mengikuti pembelajaran PJOK sangatlah berkurang karena pembelajaran yang hanya daring dan disuruh mengerjakan tugas atau latihan.

Dengan demikian agar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan mencapai hasil yang maksimal, maka pelaksanaan pembelajaran harus dilaksanakan dengan baik dan terencana sehingga siswa termotivasi untuk

mengikuti pembelajaran. Guru dituntut untuk terampil dalam penggunaan media pembelajaran secara daring sehingga memancing motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran. Guru juga seharusnya berusaha sebaik mungkin agar pembelajaran yang diberikan dapat berpengaruh positif terhadap siswa. Dalam hal ini, pembelajaran tersebut dapat meningkatkan kesegaran jasmani, perkembangan intelektual, pertumbuhan dan perkembangan fisik disamping juga menimbulkan kesenangan serta kegembiraan bagi siswa.

Berdasarkan beberapa penjelasan di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa PJOK merupakan bagian dari keseluruhan mata pelajaran di sekolah, dan tidak dapat dipisahkan dengan pendidikan yang lainnya, bahkan merupakan bagian pendidikan yang sangat penting dalam mendukung proses pendidikan yang lainnya.

Berdasarkan pengamatan penulis di SMP N 2 PADANG, pada saat pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada masa pandemi covid-19 masih terlihat kurang terlaksana sebagai mestinya. Hal ini terlihat dari cara metode-metode pengajaran yang guru terapkan kepada siswa pada masa pandemi covid 19, dimana guru mengajarkan materi dengan metode yang kurang menarik hal ini terjadi karena kurangnya kemampuan guru dalam penggunaan media pembelajaran secara daring. Dimana metode yang diajarkan selalu monoton atau hanya memakai beberapa metode saja seperti metode diskusi dan latihan. Di saat pembelajaran online guru hanya memberikan materi dalam bentuk video dan rangkaian gerakan. Dengan guru mengajarkan pembelajaran PJOK menggunakan metode yang

tidak beragam dan tidak menarik maka menjadikan kurangnya motivasi siswa untuk melakukan pembelajaran dan menyebabkan siswa tersebut pasif seperti peserta didik hanya mengambil absen online tanpa terlibat aktif dalam pembelajaran PJOK dan banyak siswa yang tidak mengerjakan tugas serta bentuk-bentuk latihan yang diberikan .

Dari uraian di atas penulis dapat menyimpulkan bahwa pelaksanaan pembelajaran PJOK pada masa pandemi covid-19 di SMP N 2 Padang terlihat kurang terlaksana sebagaimana mestinya, hal ini mungkin disebabkan masih kurangnya pengetahuan guru tentang metode-metode pembelajaran dan motivasi siswa dalam pembelajaran tersebut. Sehingga dikuatirkan tujuan pembelajaran tidak tercapai sebagaimana mestinya, benar atau tidaknya anggapan penulis kemukakan, perlu dilakukan suatu penelitian yang bertujuan dapat mengungkap fakta yang sebenarnya.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah dapat diidentifikasi beberapa faktor yang mempengaruhi terhadap pelaksanaan pembelajaran di sekolah yaitu :

1. Motivasi siswa
2. Metode-metode pembelajaran
3. Kemampuan guru
4. Evaluasi pembelajaran
5. Strategi pembelajaran
6. Dukungan dari sekolah

7. Lingkungan belajar
8. Media pembelajaran

### **C. Pembatasan Masalah**

Mengingat banyaknya masalah yang ditemui peneliti, maka tidak semua penyebab masalah yang akan diteliti secara menyeluruh. Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas maka peneliti hanya membatasi pada :

1. Metode pembelajaran
2. Motivasi siswa

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah di atas, dapat dirumuskan masalah sebagai berikut :

1. Bagaimana metode pembelajaran PJOK pada masa pandemi covid-19 di SMP N 2 Padang ?
2. Bagaimana motivasi siswa terhadap pembelajaran PJOK pada masa pandemi covid-19 di SMP N 2 Padang?

### **E. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan permasalahan dan batasan masalah, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Metode apa saja yang diterapkan oleh guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada masa pandemi covid-19 di SMP N 2 Padang.

2. Bagaimana tingkat motivasi siswa terhadap pelaksanaan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada masa pandemi covid-19 di SMP N 2 Padang.

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

Berdasarkan tujuan penelitian yang ingin dicapai, maka penelitian ini diharapkan berguna bagi :

1. Bagi peneliti, sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negri Padang.
2. Untuk memperbaiki dan meningkatkan efektifitas pelaksanaan proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada masa pandemi covid-19 di SMP N 2 Padang.
3. Sebagai bahan pertimbangan dan masukan bagi peneliti yang lainnya.
4. Bahan referensi bagi mahasiswa di perpustakaan FIK UNP dan pustaka Universitas Negri Padang.