

**PENERAPAN MODEL PERMAINAN KECIL DALAM PEMBELAJARAN  
PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
KELAS X SMA N I IV ANGKEK KABUPATEN AGAM**

**SKRIPSI**

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga Sebagai  
Salah Satu Persyaratan guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)*



**OLEH:**

**AHMAD FAUZI  
15086008/2015**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2019**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**SKRIPSI**

**Judul** : Penerapan Model Permainan Kecil Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Di Kelas X SMA N I IV Angkek Kabupaten Agam

**Nama** : Ahmad Fauzi

**NIM** : 15086008

**Program studi** : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

**Jurusan** : Pendidikan Olahraga

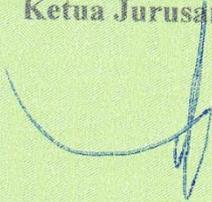
**Fakultas** : Ilmu Keolahragaan

**PTN** : Universitas Negeri Padang

Padang, Mei 2019

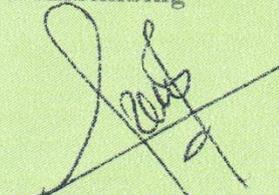
Disetujui Oleh:

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Zarwan, M.Kes  
NIP. 19611230 198803 1 003

Pembimbing



Dra. Rosmawati, M.Pd  
NIP. 19610311 198403 2 001

## HALAMAN PENGESAHAN

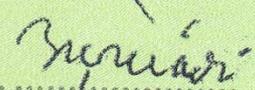
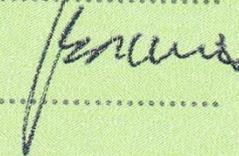
Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi  
Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang

**Judul** : Penerapan Model Permainan Kecil Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Kelas X SMA N I IV Angkek Kabupaten Agam

**Nama** : Ahmad Fauzi  
**NIM** : 15086008  
**Program Studi** : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
**Jurusan** : Pendidikan Olahraga  
**Fakultas** : Ilmu Keolahragaan

Padang, Mei 2019

### Tim Penguji

N a m a	Tanda Tangan
1. Ketua : Dra. Rosmawati, M.Pd	1. 
2. Sekretaris : Dr. Willadi Rasyid, M.Pd	2. 
3. Anggota : Drs. Syamsuar, S.H, MS, AIFO, Ph.D	3. 

## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, merupakan tugas akhir berupa skripsi dengan judul ” **Penerapan Model Permainan Kecil Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Kelas X SMA N 1 IV Angkek Kabupaten Agam**” adalah hasil karya saya sendiri
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain kecuali Pembimbing.
3. Didalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan didalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan pada kepustakaan
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan dalam pernyataan ini saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena berupa karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Mei 2019  
Yang menyatakan



**Ahmad Fauzi**  
**NIM : 15086008**

## ABSTRAK

**Ahmad Fauzi (2019): Penerapan Model Permainan Kecil Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Kelas X SMA N 1 IV Angkek Kabupaten Agam.**

Masalah dalam penelitian ini adalah kurangnya penerapan model permainan kecil dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di kelas X SMA N 1 IV Aangkek Kabupaten Agam. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana penerapan model permainan kecil dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di kelas X SMA N 1 IV Angkek Kabupaten Agam.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas X SMA N 1 IV Angkek Kabupaten Agam yang berjumlah 303 orang siswa. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara *Stratifiet Random Sampling*. Sampel yang diambil sebanyak 60 siswa dari 10 kelas. Instrumen yang digunakan adalah angket.

Berdasarkan analisis data diperoleh hasil penelitian: 1) Didapatkan kualitas guru dalam penerapan model permainan kecil dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di kelas X SMA N 1 IV Angkek Kabupaten Agam cukup. 2) Didapatkan kepuasan siswa dalam penerapan model permainan kecil dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di kelas X SMA N 1 IV Angkek Kabupaten Agam cukup. 3) Didapatkan alat dan lokasi yang digunakan dalam penerapan model permainan kecil dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di kelas X SMA N 1 IV Agkek Kabupaten Agam cukup.

**Kata Kunci:** Model Permainan Kecil, Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Kelas X SMA

## KATA PENGANTAR



Syukur Alhamdulillah penulis persembahkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian dan penulisan skripsi yang berjudul “ **Penerapan Model Permainan Kecil Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Kelas X SMA N I IV Angkek Kabupaten Agam**”. Shalawat dan salam kepada Nabi Muhammad SAW yang menjadi suri tauladan bagi seluruh umat di alam semesta ini.

Skripsi ini merupakan salah satu persyaratan dalam menyelesaikan program S-1 Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (Penjaskesrek) guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Dalam penelitian dan penyelesaian skripsi ini, bimbingan saran, bantuan, dorongan dan petunjuk dari berbagai pihak telah banyak didapatkan. Untuk itu penulis ucapkan terima kasih yang tulus kepada semua pihak yang telah membantu pada penelitian dan penulisan skripsi ini.

1. Ibu Dra. Rosmawati, M.Pd sebagai pembimbing yang telah meluangkan waktu dan tenaga dalam penyelesaian skripsi ini.
2. Bapak Dr. Willadi Rasyid, M.Pd dan bapak Drs. Syamsuar, S.H, MS.,AIFO.,Ph.D sebagai dosen pembahas skripsi yang telah banyak memberi saran dan masukan dalam penyelesaian skripsi ini.
3. Bapak Drs. Zarwan, M.Kes, Bapak Dr. Nurul Ihsan, M.Pd, dan selaku ketua jurusan pendidikan olahraga, sekretaris jurusan pendidikan olahraga dan ketua

prodi pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi (Penjaskesrek) Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang.

4. Kepala sekolah dan guru-guru Penjaskes SMA N I IV Angkek Kabupaten Agam
5. Siswa siswi kelas X SMA N I IV Angkek Kabupaten Agam.
6. Orang tua, teman-teman seangkatan, Adik-adik, dan Kakak tingkat yang telah banyak memberikan masukan dalam penyelesaian skripsi ini.

Skripsi ini ditulis dengan berpedoman kepada buku panduan penulisan tugas akhir/skripsi Universitas Negeri Padang. Namun dengan segala kerendahan hati, penulis mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun dari berbagai pihak untuk kesempurnaan skripsi ini. Semoga bimbingan, arahan, dan bantuan yang telah diberikan kepada penulis menjadi amal ibadah dan diridhoi oleh Allah SWT.

Padang, April 2019

Penulis

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</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 LANDASAN TEORI</b>	
A. Kajian Teori.....	7
1. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan .....	7
2. Belajar dan Pembelajaran .....	12
3. Modifikasi .....	13
4. Permainan Kecil dan Bermain .....	17
5. Bentuk Pembelajaran Penjasorkes dalam Permainan Kecil .....	28
B. Kerangka Konseptual .....	31
C. Pertanyaan Penelitian... ..	31
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian.....	33
B. Waktu dan Tempat Penelitian .....	33
C. Populasi dan Sampel .....	33
D. Jenis dan Sumber Data .....	35
E. Instrumen Penelitian.....	35
F. Teknik Analisis Data.....	37

**BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Deskriptif Data .....	38
B. Analisis Data .....	39
C. Hasil Penelitian .....	48
D. Pembahasan .....	48

**BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan .....	54
B. Saran .....	54

<b>DAFTAR RUJUKAN .....</b>	<b>55</b>
-----------------------------	-----------

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1. Populasi Siswa SMA N I IV Angkek Kabupaten Agam .....	34
2. Sampel Penelitian .....	35
3. Distribusi frekuensi skor hasil penelitan terhadap kualitas guru .....	40
4. Distribusi frekuensi skor hasil penelitian terhadap kepuasan guru.....	42
5. Distribusi frekuensi skor hasil penelitian terhadap alat dan lokasi.....	44
6. Distribusi frekuensi skor hasil penilaian secara keseluruhan.....	46

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
1. Kerangka konseptual.....	31
2. Histogram hasil penilaian terhadap kualitas guru .....	41
3. Histogram hasil penilaian terhadap kepuasan siswa .....	43
4. Histogram hasil penilaian terhadap alat dan lokasi.....	46
5. Histogram penerapan model permainan kecil dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan berdasarkan indikator .....	47
6. Peneliti membagikan angket kepada siswa .....	72
7. Peneliti memantau siswa yang sedang mengisi angket penelitian .....	72
8. Siswa sedang mengisi angket penelitian .....	73
9. 6 orang perkelas yang jadi sampel .....	74
10. 6 orang perkelas yang jadi sampel .....	74
11. 6 orang perkelas yang jadi sampel .....	75
12. 6 orang perkelas yang jadi sampel .....	75
13. 6 orang perkelas yang jadi sampel .....	76
14. 6 orang perkelas yang jadi sampel .....	76
15. 6 orang perkelas yang jadi sampel .....	77
16. 6 orang perkelas yang jadi sampel .....	77
17. 6 orang perkelas yang jadi sampel .....	78
18. 6 orang perkelas yang jadi sampel .....	79
19. Peneliti sedang mengumpulkan angket penelitian .....	79

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran</b>	<b>Halaman</b>
1. Surat dari Fakultas Ilmu Keolahragaan.....	57
2. Surat dari Dinas Pendidikan.....	58
3. Surat Balasan Penelitian dari Sekolah .....	59
4. Kisi-Kisi Instrumen Penelitian.....	60
5. Angket Penelitian.....	61
6. Kriteria Penerapan Model Permainan Kecil dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMA N I IV Angkek Kabupaten Agam.....	66
7. Tabulasi Penelitian.....	69
8. Dokumentasi Penelitian .....	72

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Pendidikan jasmani merupakan salah satu alat yang dapat digunakan untuk mencapai tujuan pendidikan secara keseluruhan. Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat, sikap sportif dan kecerdasan emosi. Pendidikan jasmani dan kesehatan merupakan wahana pengembangan motorik, pengetahuan dan penghayatan nilai-nilai moral yang bermuara pada pengembangan jiwa peserta didik secara utuh. Isi dari pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan memuat berbagai permainan olah gerak jasmani yang dapat merangsang peserta didik untuk menjadi aktif dan kreatif sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan. Masa anak-anak merupakan masa dimana pertumbuhan dan perkembangan organ-organ tubuhnya sedang berlangsung dan bersifat terpadu.

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dapat mengembangkan derajat kepribadian seseorang yang mendasari didalam tindakannya yang nyata, didalam aktivitasnya melibatkan unsur-unsur fisik, mental, emosional, dan sosial. Menurut Paturusi (2012:7) bahwa “pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan memanfaatkan alat fisik untuk mengembangkan keutuhan manusia. Diartikan bahwa melalui fisik, aspek mental, dan emosional”. Melalui pendidikan jasmani seseorang akan memperoleh berbagai pengalaman,

terutama erat kaitannya dengan kesan pribadi yang menyenangkan, berbagai ungkapan yang kreatif, inovatif, keterampilan gerak, kesegaran jasmani, membiasakan hidup sehat, pengetahuan, dan pemahaman terhadap sesama manusia.

“Dalam kurikulum 2013, mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan dikelompokkan kedalam mata pelajaran kelompok B, yaitu kelompok mata pelajaran yang kontennya dikembangkan oleh pusat dan dilengkapi dengan konten kearifan lokal yang dikembangkan oleh pemerintah daerah, dimana kurikulum 2013 menekankan bahwa mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan memiliki konten yang unik untuk memberi warna pada pendidikan karakter bangsa, disamping diarahkan untuk mengembangkan kompetensi gerak dan gaya hidup sehat. Ada pun muatan kearifan lokal dari kurikulum 2013 diharapkan mampu mengembangkan apresiasi terhadap kekhasan multikultural dengan mengenalkan permainan dan olahraga tradisional. Pola penerapannya dapat diintegrasikan dengan kompetensi dasar yang sudah termuat di dalam kurikulum SMP/MTs/SMA/MA, atau dapat dirumuskan dengan menambahkan kompetensi dasar tersendiri”

Berdasarkan kurikulum 2013, pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang diajarkan di sekolah memiliki peran penting, yaitu memberi kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani olahraga dan kesehatan yang terpilih dan dilakukan secara sistematis. Pengalaman belajar diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan perkembangan psikis yang lebih baik sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar.

Pembelajaran dalam kurikulum 2013, guru dituntut dapat memberikan materi yang baik agar materi yang diberikan dapat diterima dengan baik oleh siswa salah satunya adalah dengan memberikan kesempatan dan mengarahkan kepada siswa untuk melakukan aktivitas gerak sebanyak mungkin, karena gerak merupakan dasar bagi manusia untuk mengenal dunia dan dirinya sendiri secara alami berkembang searah dengan perkembangan zaman.

Pembelajaran dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sangat bervariasi dan mempunyai tujuan agar siswa merasa senang serta melatih mental dan keterampilan gerak siswa terutama untuk peningkatan kesehatan jasmani dan rohani serta pembentukan watak serta kepribadian dan kemampuannya.

Tercapainya tujuan pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan dapat dilihat pada keterampilan dan kualitas guru dalam mengaplikasikan materi pelajaran yang sudah dirancang sedemikian rupa, untuk dapat menghasilkan hal tersebut maka perlu adanya metode pembelajaran yang tepat. Salah satu metode pembelajaran yang perlu dan dibutuhkan dalam mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah memodifikasi cabang olahraga kedalam permainan kecil.

Permainan kecil merupakan salah satu cara dalam mencapai tujuan pembelajaran agar siswa dapat melakukan gerak sebanyak mungkin. Permainan kecil secara garis besar merupakan bagian dari cabang olahraga yang dapat dikelompokkan dengan berbagai sudut pandang (Gustiawati,2017: 53). Selain itu permainan kecil juga merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh para guru agar proses pembelajaran dapat lebih bervariasi dan menyenangkan dalam bentuk aktivitas belajar yang potensial sehingga dapat memberikan kepuasan siswa dalam belajarnya. Cara ini dimaksudkan untuk menuntun, mengarahkan, dan membelajarkan siswa yang tadinya tidak bisa menjadi bisa, yang tadinya kurang terampil menjadi lebih terampil, karena melalui bermain, anak dapat memetik berbagai manfaat bagi perkembangan aspek psikomotorik, kecerdasan dan sosial emosional.

Ketiga aspek ini saling menunjang satu sama lain dan tidak dapat dipisahkan. Bila salah satu aspek tidak diberikan kesempatan untuk berkembang akan terjadi ketidak seimbangan. Karena bermain adalah aktivitas yang menyenangkan dan merupakan kebutuhan yang sudah melekat dalam setiap diri anak.

Dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan akan mencapai hasil yang maksimal, apabila pelaksanaannya disekolah baik dan menarik. Guru berusaha dengan sebaik mungkin bagaimana agar pembelajaran yang diberikan dilapangan dapat berpengaruh positif terhadap diri siswa. Pembelajaran yang disajikan hendaknya bagian dari bentuk bermain atau dikenal juga dengan permainan kecil.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, beserta siswa SMA N I IV Angkek Kabupaten Agam di peroleh informasi bahwa dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan khusus untuk kelas X guru telah menggunakan kurikulum2013 dan guru belum sepenuhnya menerapkan permainan kecil dan belum menarik perhatian siswa, karena pembelajaran yang diberikan mulai dari kegiatan pemanasan sampai kegiatan inti hanya berupa kegiatan yang monoton dan kaku.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian pada latar belakang di atas, terdapat beberapa permasalahan yang berkaitan dengan aktivitas belajar siswa di SMA N I IV Angkek Kabupaten Agam yang dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Kurikulum 2013
2. Penerapan permainan kecil
3. Kualitas guru
4. Kepuasan siswa
5. Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan
6. Alat pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan

### **C. Pembatasan Masalah**

Dari beberapa masalah yang telah teridentifikasi, agar penelitian ini lebih terarah dan mencapai sasaran yang diharapkan maka batasan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Penerapan model permainan kecil dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMA N I IV Angkek Kabupaten Agam.
2. Kualitas guru
3. Kepuasan siswa
4. Alat pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan

### **D. Perumasan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimanakah Penerapan Model Permainan Kecil Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMA N I IV Angkek Kabupaten Agam”

### **E. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana penerapan model permainan kecil dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMA N I IV Angkek Kabupaten Agam.

## **F. Manfaat Penelitian**

1. Untuk penulis yaitu sebagai syarat akhir dalam menyelesaikan program studi strata satu (S1) pada jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Pihak sekolah sebagai bahan masukan dalam pelaksanaan pembelajaran penjasorkes.
3. Bagi guru, agar dapat memperbaiki dan meningkatkan efektifitas pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.
4. Bagi siswa, sebagai salah satu sarana dan prasarana yang dapat menarik perhatian siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.
5. Untuk Menambah khasanah ilmu pengetahuan terutama dalam hal penelitian.
6. Sebagai bahan bacaan di perpustakaan.
7. Sebagai *referensi* untuk melakukan penelitian selanjutnya.