

**TINJAUAN TENTANG PELAKSANAAN PEMBELAJARAN PENJAS  
MELALUI PENDEKATAN BERMAIN DI SDN 04 MUARA TAKUNG  
KECAMATAN KAMANG BARU  
KABUPATEN SIJUNJUNG**

**SKRIPSI**

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga  
Sebagai Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana  
Pendidikan pada Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang*



**OLEH**

**YOMALTA PERDANA  
NIM.98133**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2016**

## HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

**Judul : Tinjauan Tentang Pelaksanaan Pembelajaran Penjas Melalui Pendekatan Bermain Di SDN 04 Muara Takung Kecamatan Kamang Baru Kabupaten Sijunjung.**

Nama : **Yomalta Perdana**

BP/NIM : **98133**

Program Studi : **Penjaskesrek**

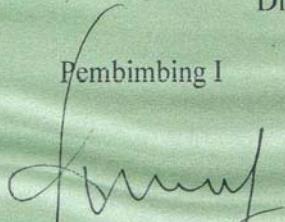
Jurusan : **Pendidikan Olahraga**

Fakultas : **Ilmu Keolahragaan**

Padang , Januari 2016

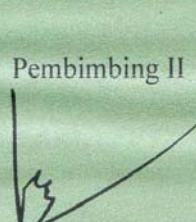
Disetujui oleh:

Pembimbing I

  
**Drs. Yulifri, M.Pd**

NIP. 19570115 198503 1 002

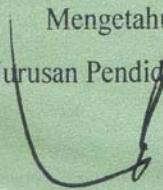
Pembimbing II

  
**Drs. Nirwandi, M.Pd**

NIP. 19580914 198102 1 001

Mengetahui,

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga

  
**Drs. Zarwan, M.Kes**

NIP. 19570115 198503 1 002

## HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

*Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Di Depan Tim Penguji Skripsi  
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang*

Nama : YOMALTA PERDANA

NIM : 98133

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Januari 2016

Tim Penguji

Ketua : Drs. Yulifri, M.Pd

Sekretaris : Drs. Nirwandi, M.Pd

Anggota : Sri Gusti Handayani, S.Pd, M.Pd

: Dr. Marjohan HS., M.Pd

: Drs. Zainul Johor, M.Pd

## ABSTRAK

**Yomalta Perdana : Tinjauan Tentang Pelaksanaan Pembelajaran Penjas Melalui Pendekatan Bermain Di SDN 04 Muara Takung Kecamatan Kamang Baru Kabupaten Sijunjung.**

Penelitian ini berawal dari kenyataan di SD Negeri 04 Muara Takung Kecamatan Kamang Baru Kabupaten Sijunjung tentang PBM pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan melalui pendekatan bermain. Pelaksanaan PBM pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di Sekolah Dasar harus dilakukan dengan pendekatan bermain. Siswa akan berusaha untuk mempelajari gerak-gerak dasar yang belum pernah dilakukan dengan rasa gembira dan senang. Jika dihubungkan antara kutipan di atas dengan kodrat anak-anak, sangat jelas bahwa ketika masa anak-anak setiap anak sangat membutuhkan bermain sebagai kebutuhan utamanya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauhmana pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (Penjasorkes) melalui pendekatan bermain di Sekolah Dasar Negeri 04 MuaraTakung Kecamatan Kamang Baru Kabupaten Sijunjung.

Penelitian ini tergolong kepada jenis penelitian deskriptif yaitu bertujuan untuk mengungkapkan sesuai dengan keadaan sebenarnya, tentang pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (Penjasorkes) melalui pendekatan bermain di SD Negeri 04 Muara Takung Kecamatan Kamang Baru Kabupaten Sijunjung. Pengambilan sampel penelitian ini dilakukan dengan teknik *purposive sampling* yaitu dengan menunjuk siswa kelas V saja dengan jumlah sampel 35 orang.

Dari 35 orang responden maka dapat diperoleh kesimpulan mengenai Perhatian Sekolah Terhadap Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Melalui Pendekatan Bermain yang disimpulkan sebesar 55,62 %, dan dapat dikategorikan kurang. Kesimpulan mengenai Perhatian Guru Terhadap Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Melalui Pendekatan Bermain yang disimpulkan sebesar 55 %, dan dapat dikategorikan kurang. Selanjutnya kesimpulan mengenai Minat Siswa Terhadap Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Melalui Pendekatan Bermain yang disimpulkan sebesar 67,39 %, dan dapat dikategorikan kurang.

**Kata kunci :** *Pelaksanaan Pembelajaran Penjasorkes Melalui Pendekatan Bermain*

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karuniaNya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Tinjauan Tentang Pelaksanaan Pembelajaran Penjas Melalui Pendekatan Bermain di SDN 04 Muara Takung Kecamatan Kamang Baru Kabupaten Sijunjung”**.

Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (Strata Satu) pada Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Dalam penulisan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu melalui ini penulis mengucapkan terimakasih yang setulus-tulusnya kepada bapak/ibu:

1. Drs. Syahrial Bachtiar, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
2. Bapak Drs. Zarwan, M.Kes selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, yang telah memberikan arahan dan motivasi kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
3. Bapak Drs. Yulifri, M.Pd dan Bapak Drs. Nirwandi, M.pd selaku Dosen pembimbing I dan Pembimbing II yang telah banyak memberikan masukan dan saran serta motivasi kepada penulis sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.

4. Ibu Sri Gusri Handayani , S.Pd, M.Pd. Bapak Dr. Marjohan HS, M.Pd dan Bapak Drs. Zainul Johor, M.Pd selaku Dosen Pengji, yang telah memberikan masukan dan saran kepada penulis.
5. Bapak Pimpinan beserta staf Perpustakaan UNP, Bapak Pimpinan perpustakaan FIK yang telah memberikan fasilitas dalam meminjamkan koleksi buku-buku yang diperlukan dalam penulisan skripsi ini.
6. Teristimewa buat kedua orang tua tercinta yang telah banyak memberikan dukungan secara moril maupun materil yang tak bisa penulis tuliskan, sehingga penulis dapat memnyelesaikan masa perkuliahan dan penyusunan skripsi ini.
7. Kepada rekan-rekan dan semua pihak yang telah memberikan saran-saran dan dukungan dalam penulisan skripsi ini.

Semoga bantuan, bimbingan dan petunjuk yang Bapak atau Ibuk dan rekan-rekan berikan menjadi amalan ibadah dan mendapat imbalan yang setimpal dari-Nya Amin

Penulis menyadari seenuhnya bahwa Skripsi ini masih banyak kekurangannya. Oleh sebab itu penulis sangat mengharapkan kritikan dan saran yang membangun dari semua pihak agar skripsi ini akan lebih baik di masa yang akan datang.

Padang, Desember 2015

Penulis

## **DAFTAR ISI**

### **HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI**

### **HALAMAN PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI**

<b>ABSTRAK .....</b>	i
----------------------	---

<b>DAFTAR ISI.....</b>	iv
------------------------	----

### **BAB I PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Pembatasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah .....	5
E. Tujuan Penelitian .....	5
F. Kegunaan Penelitian .....	6

### **BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN**

A. Kajian Teori .....	7
1. Hakikat PBM Penjasorkes .....	7
2. Hakikat Bermain .....	10
3. Kreatifitas Siswa .....	12
B. Kerangka Konseptual .....	14
C. Pertanyaan Penelitian .....	14

### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian.....	15
--------------------------	----

B. Populasi dan Penelitian .....	15
C. Tempat dan Waktu Penelitian .....	17
D. Jenis dan Sumber Data .....	17
E. Instrumen Penelitian .....	17
F. Teknik Analisa Data.....	18

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

A. Hasil Penelitian .....	20
B. Pembahasan.....	28

#### **BAB V PENUTUP**

A. Kesimpulan .....	34
B. Saran.....	35

#### **DAFTAR KEPUSTAKAAN**

#### **LAMPIRAN**

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

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

Indonesia adalah salah satu negara- negara sedang berkembang yang sedang giat- giatnya melaksanakan pembangunan, pembangunan sekarang ini lebih diarahkan kepada peningkatan kualitas sumberdaya manusia agar terbentuknya manusia Indonesia yang berkualitas, terampil,cerdas, berkepribadian serta sehat jasmani dan rohani untuk pembangunan manusia Indonesia seutuhnya.

Dari sekian banyak pembangunan yang di lakukan pemerintah salah satunya adalah pembangunan di bidang pendidikan yang dapat kita lihat dengan adanya fungsi dan tujuan pendidikan nasional yang di nyatakan dalam Undang-Undang RI No 20 (2003 : 7) berbunyi :

“Pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga Negara yang demokratis, serta bertanggung jawab”

Untuk melaksanakan tujuan Pendidikan Nasional di atas, dapat melalui pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang di laksanakan di sekolah-sekolah yang di mulai dari tingkat SD, SMP dan SMU. Pendidikan jasmani olahraga dan esehatan pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan. Oleh karena itu, pelaksanaan

pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan harus diarahkan pada pencapaian tujuan tersebut. Tujuan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan bukan hanya mengembangkan ranah jasmani, tetapi juga mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui kegiatan aktivitas jasmani dan olah raga.

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan media untuk mendorong perkembangan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional-spiritual-dan sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan yang seimbang.

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan memiliki peran yang sangat penting dalam mengintensifkan penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan memberikan kesempatan pada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain, dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis, terarah dan terencana. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina, sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat.

Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan guru harus dapat mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan / olahraga, internalisasi nilai-nilai (sportifitas, jujur kerjasama, dan lain-lain) dari pembiasaan pola hidup sehat.

Pelaksanaannya bukan melalui pengajaran konvensional di dalam kelas yang bersifat kajian teoritis, namun melibatkan unsur fisik mental, intelektual, emosional dan sosial. Aktivitas yang diberikan dalam pengajaran harus mendapatkan sentuhan dikdakdik-metodik, sehingga aktivitas yang dilakukan dapat mencapai tujuan pengajaran. Melalui pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan diharapkan siswa dapat memperoleh berbagai pengalaman untuk mengungkapkan kesan pribadi yang menyenangkan, kreatif, inovatif, terampil, meningkatkan dan memelihara kesegaran jasmani serta pemahaman terhadap gerak manusia.

Dari penjelasan di atas jelaslah bahwa banyak sekali manfaat dari pendidikan jasmani yang sangat bermanfaat bagi seseorang, apabila tujuan dari pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan betul-betul dapat dipahami, dimengerti, dan dilaksanakan dengan baik, terutama bagi siswa.

Selanjutnya di sekolah-sekolah, khususnya Sekolah Dasar/MI , sesuai dengan rambu-rambu standar kompetensi kurikulum 2006. Kegiatan yang harus dilakukan adalah:

“Pembelajaran di SD/MI sebagian besar dikemas dalam bentuk permainan (game) dan tidak diarahkan untuk menguasai cabang olahraga dan permainan tertentu, namun lebih mengutamakan proses perkembangan siswa dari waktu ke waktu. Program Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan lebih berorientasi pada kebutuhan siswa sebagai subyek didik, oleh karena itu, metode yang digunakan menekankan pada aktifitas fisik yang memungkinkan siswa dalam suasana gembira, dapat bereksplorasi menemukan sesuatu secara tidak langsung dan lain-lain”.

Berdasarkan kutipan di atas jelaslah bahwa, pelaksanaan PBM pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di Sekolah Dasar/MI harus

dilakukan dengan pendekatan bermain. Siswa akan berusaha untuk mempelajari gerak-gerak dasar yang belum pernah dilakukan dengan rasa gembira dan senang. Jika dihubungkan antara kutipan di atas dengan kodrat anak-anak, sangat jelas bahwa ketika masa anak-anak setiap anak sangat membutuhkan bermain sebagai kebutuhan utamanya.

Sesuai dengan pedoman pengajaran permainan di Sekolah Dasar yang dikeluarkan oleh Depdiknas (1992), bahwa bermacam-macam kegiatan permainan di Sekolah Dasar sangat berperan terhadap pengembangan fungsi-fungsi otot, syaraf, organ-organ tubuh, kejiwaan, dan kepribadian siswa.

Berdasarkan kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa, pelaksanaan PBM Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan pendekatan bermain sasarannya adalah siswa yang sedang mengalami perkembangan jiwa dan jasmani yang pesat.

Namun kenyataan di lapangan, berdasarkan pengamatan peneliti tentang pelaksanaan proses belajar mengajar Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan melalui pendekatan bermain di Sekolah Dasar Negeri 04Muara Takung Kecamatan Kamang Baru Kabupaten Sijunjung belum berjalan seperti semestinya dan seperti yang kita harapkan. Hal ini terlihat dalam pelaksanaan PBM Penjasorkes, kurangnya aktifitas anak dalam bergerak.

Melihat kenyataan tersebut, pada kesempatan ini penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul, “*Tinjauan tentang Pelaksanaan Pembelajaran Penjasorkes Melalui Pendekatan Bermain di Sekolah Dasar*

Negeri 04 Muara Takung Kecamatan Kamang Baru Kabupaten Sijunjung ”.

### **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Guru sebagai pembimbing dan fasilitator
2. Minat siswa
3. Pemahaman siswa tentang Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan
4. Perhatian sekolah terhadap PBM Penjasorkes
5. Pendekatan bermain dalam pembelajaran.

### **B. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah, maka penulis membatasi masalah penelitian pada “pembelajaran Penjasorkes melalui Pendekatan Bermain”.

### **C. Rumusan Masalah**

Sesuai dengan batasan masalah di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah “Bagaimana Pelaksanaan pembelajaran penjasorkes yang dilakukan melalui pendekatan bermain di SD Negeri 04 Muara Takung Kecamatan Kamang Baru Kabupaten Sijunjung”.

### **D. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan :

1. Mendeskripsikan aktifitas siswa dalam pembelajaran Penjasorkes melalui pendekatan bermain.
2. Mendeskripsikan pelaksanaan pembelajaran Penjasorkes melalui pendekatan bermain.

#### **E. Kegunaan Penelitian**

Adapun kegunaan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Sebagai salah satu syarat bagi penulis untuk menyelesaikan studi pada program studi Penjasorkeskesrek jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Sebagai bahan masukan bagi guru Penjasorkeskes di Sekolah Dasar/MI dalam pelaksanaan PBM Penjasorkes melalui pendekatan bermain.
3. Sebagai bahan bacaan ilmiah di perpustakaan.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Dari hasil dan analisis data dan pembahasan yang telah dikemukakan, penulis mengambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Tingkat capaian faktor perhatian sekolah pada proses pembelajaran Penjasorkes melalui pendekatan bermain di Sekolah Dasar Negeri 04 Muara Takung Kecamatan Kamang Baru Kabupaten Sijunjung yaitu sebesar 55,62 % dan berada pada klasifikasi ***kurang***.
2. Tingkat capaian faktor perhatian guru pada proses pembelajaran Penjasorkes melalui pendekatan bermain di Sekolah Dasar Negeri 04 Muara Takung Kecamatan Kamang Baru Kabupaten Sijunjung yaitu sebesar 55% dan berada pada klasifikasi ***kurang***.
3. Tingkat capaian faktor minat siswa pada proses pembelajaran Penjasorkes melalui pendekatan bermain di Sekolah Dasar Negeri 04 Muara Takung Kecamatan Kamang Baru Kabupaten Sijunjung yaitu sebesar 67,01% dan berada pada klasifikasi ***Cukup***.

#### **B. Saran**

1. Kepada Kepala Sekolah, agar lebih memberi perhatian tentang pelaksanaan PBM Penjasorkes melalui pendekatan bermain
2. Kepada guru Penjasorkes, dalam pelaksanaan pembelajaran agar menciptakan pelaksanaan pembelajaran yang efektif dan menyenangkan

dengan melaksanakan PBM melalui pendekatan bermain.

3. Kepada majelis guru, agar lebih memahami makna dari pelaksanaan PBM Penjasorkes melalui pendekatan bermain yang mana merupakan suatu proses pembelajaran menyeluruh dan menyentuh semua aspek pertumbuhan dan perkembangan anak didik. Pelajaran Penjasorkes ini tidak kalah pentingnya dari mata pelajaran lain.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- A. Muri, Yusuf. 2005. Metodologi Penelitian. Padang: UNP Press.
- Araso, T.V. 1986. *TeoriGerak*. Jakarta: UNJ.
- Depdiknas. 2003. *Kurikulum 2004. Standar Kompetensi Mata Pelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan SD/MI*. Jakarta: Depdiknas.
- Depdiknas. 2003. *Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta: Depdiknas.
- Depdiknas.2007. *Buku Panduan Penulisan Tugas Akhir/Skripsi Universitas Negeri Padang*. Padang: UNP Press.
- Gusril. 2008. *Potensi Aktifitas Bermain Salah Satu Alternatif Materi Penjasorkes*. FIK: UNP
- Harsuki. 2003. *Perkembangan Olahraga Terkini :Kajian Para Pakar*. Jakarta: Raja GrasindoPersada.
- Lutan, Rusli. 2002. *Mengajar Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan: Pendekatan Pendidikan Gerak Disekolah Dasar*. Jakarta: Depdikbud
- M. Subana. 2001. *Dasar-dasar PenelitianIlmiah*. Bandung: PustakaSetia.
- Nana, Sudjana. 1989. *Metode Statistika*. Bandung: Transito.
- Rink, J.E. 2002. *Teaching Physical Education For Learning (4 Thed) Dubugue 1A. Grawhill. (didalam Syahrial Bakhtiar)*
- Rusli, Ibrahim.2002. *Landasan Psikologis Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan Disekolah Dasar*. Jakarta: Depdiknas.
- Suharsimi, Arikunto. 1992. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: RinekaCipta.
- Wayan, Nurkancana. 1993. *Pemahaman Individu*. Surabaya: Usaha Nasional.