

**TINJAUAN PELAKSANAAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI  
OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SMK NEGERI 1 LINGGO  
SARI BAGANTI KABUPATEN PESISIR SELATAN**

**SKRIPSI**

*Diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh  
gelar sarjana pendidikan (S1)*



**Oleh:**

**USWATUL HASANAH  
NIM: 1203372**

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



## HALAMAN PERSTUJUAN SKRIPSI

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Didepan Tim Penguji Skripsi  
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang

**Judul** : Tinjauan Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani  
Olahraga dan Kesehatan di SMK Negeri 1 Linggo Sari  
Baganti Kabupaten Pesisir Selatan

**Nama** : Uswatul Hasanah

**Nim** : 1203372/2012

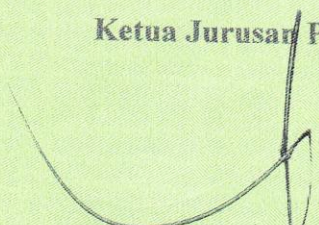
**Program Studi** : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

**Jurusan** : Pendidikan Olahraga

**Fakultas** : Ilmu Keolahragaan

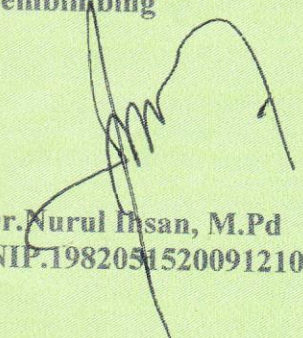
Padang, Januari 2019

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Zarwan, M.Kes  
NIP.196112301988031003

Pembimbing



Dr. Nurul Insan, M.Pd  
NIP.198205152009121005



## HALAMAN PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Didepan Tim Penguji Skripsi  
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang

Judul : Tinjauan Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani  
OLahraga dan Kesehatan di SMK Negeri 1 Linggo Sari  
Baganti Kabupaten Pesisir Selatan

Nama : Uswatul Hasanah  
Nim : 1203372/2012  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

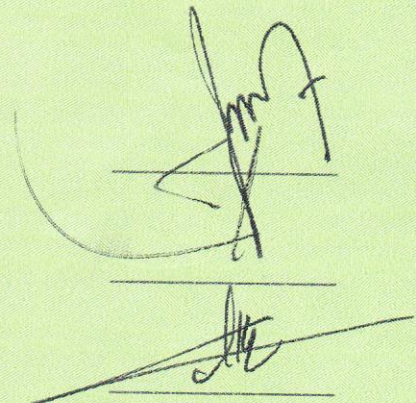
Padang, Januari 2019

Tim Penguji :

Ketua : Dr. Nurul Ihsan, M.Pd

Anggota : Drs. Zarwan, M. Kes

: Hilmainur Syampurma, S.Pd, M.Pd





## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Tinjauan Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMK Negeri 1 Lingo Sari Baganti Kabupaten Pesisir Selatan”, adalah hasil karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian sayasendiri, 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 dicantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya 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, November 2018  
Yang membuat pernyataan



  
Uswatul Hasanah  
Nim.1203372

## ABSTRAK

**Uswatul Hasanah.** 2012.”Tinjauan Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMK Negeri 1 Linggo Sari Baganti Kabupaten Pesisir Selatan.”

Berdasarkan observasi yang peneliti lakukan di SMK Negeri 1 Linggo Sari Baganti Kabupaten Pesisir Selatan yang merupakan salah satu bentuk dari tinjauan pelaksanaan pembelajaran penjasorkes belum terapkan secara optimal. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui perencanaan pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran dan evaluasi pembelajaran terhadap pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Waktu penelitian di mulai pada bulan desember 2017 sampai dengan Januari 2018.

Populasi penelitian penelitian ini adalah seluruh siswa SMK Negeri 1 Linggo Sari Baganti, yang berjumlah sebanyak 371 orang siswa. Instrumen yang di pakai untuk pengumpulan data adalah angket atau kuesioner. Data di analisis dengan menggunakan rumus distribusi frekwensi dalam bentuk persentase  $p = \frac{x}{n} \times 100\%$ .

Hasil analisis data di peroleh hasil penelitian sebagai berikut: 1) perencanaan pembelajaran penjasorkes terhadap pelaksanaan pembelajaran penjasorkes adalah 66,32 dengan kualifikasi cukup, 2) pelaksanaan pembelajaran terhadap pelaksanaan pembelajaran penjasorkes adalah 67,95 dengan kualifikasi cukup, 3) evaluasi pembelajaran terhadap pelaksanaan pembelajaran penjasorkes adalah 53,53 dengan kualifikasi kurang.

## KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum warahmatullahi wa barakatuh,

Alhamdulillah, puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul: “Tinjauan Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMK Negeri 1 Lingo Sari Baganti Kabupaten Pesisir Selatan”.

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 Dr. Syafrizar, M.Pd selaku dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan pelayanan yang optimal selama mengikuti perkuliahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Drs. Zarwan, M. Kes selaku ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Bapak Dr. Nurul Ihsan, M.Pd selaku sekretaris Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah memberikan bantuan administrasi dan konsultatif dalam perkuliahan sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Dr. Nurul Ihsan, M.Pd selaku pembimbing I yang telah banyak memberikan bimbingan, nasehat serta dukungan moral kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

4. Bapak Drs. Zarwan, M. Kes dan Ibuk Hilmainur Syampurma, S.Pd, M.Pd selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan, nasehat dalam penyelesaian skripsi penulis.
5. Kepada seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan ilmu yang penulis peroleh selama perkuliahan.
6. Kepada kedua orang tua saya, ayahanda Maisyaplinealdi dan ibunda Eriati, S.Pd, Sd serta kakak dan adik yang sangat kucintai 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.
7. Kepada teman-teman dan Siswa di SMK Negeri 1 Lingo Sari Baganti Kabupaten Pesisir Selatan 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, November 2018

Penulis

## DAFTAR ISI

|                                               | <b>Halaman</b> |
|-----------------------------------------------|----------------|
| <b>ABSTRAK .....</b>                          | <b>i</b>       |
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>                    | <b>ii</b>      |
| <b>DAFTAR ISI.....</b>                        | <b>iv</b>      |
| <b>DAFTAR TABEL.....</b>                      | <b>vi</b>      |
| <b>DAFTAR GAMBAR.....</b>                     | <b>vii</b>     |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>                  | <b>viii</b>    |
| <b>BAB I PENDAHULUAN</b>                      |                |
| A. Latar Belakang Masalah .....               | 1              |
| B. Identifikasi Masalah .....                 | 5              |
| C. Pembatasan Masalah .....                   | 5              |
| D. Perumusan Masalah .....                    | 6              |
| E. Tujuan Penelitian .....                    | 6              |
| F. Kegunaan Penelitian .....                  | 7              |
| <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>                |                |
| A. Kajian Teori .....                         | 8              |
| 1. Pengertian Pendidikan Jasmani .....        | 8              |
| 2. Perencanaan Pembelajaran Penjasorkes.....  | 13             |
| 3. Pelaksanaan Pembelajaran Penjasorkes ..... | 15             |
| 4. Evaluasi .....                             | 17             |
| B. Kerangka Konseptual .....                  | 19             |
| C. Pertanyaan Penelitian .....                | 20             |
| <b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>          |                |
| A. Jenis, Tempat dan Waktu Penelitian .....   | 21             |
| B. Populasi dan Sampel .....                  | 21             |
| C. Jenis dan Sumber Data .....                | 22             |
| D. Teknik dan Alat Pengumpulan Data .....     | 23             |
| E. Teknik Analisis Data.....                  | 23             |



#### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

|                                               |    |
|-----------------------------------------------|----|
| A. Deskripsi Data.....                        | 25 |
| B. Analisis Data .....                        | 25 |
| 1. Perencanaan Pembelajaran Penjasorkes.....  | 25 |
| 2. Pelaksanaan Pembelajaran Penjasorkes ..... | 27 |
| 3. Evaluasi .....                             | 28 |
| C. Pembahasan .....                           | 29 |

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

|                     |    |
|---------------------|----|
| A. Kesimpulan ..... | 35 |
| B. Saran.....       | 35 |

|                             |           |
|-----------------------------|-----------|
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b> | <b>36</b> |
|-----------------------------|-----------|

## DAFTAR TABEL

|                                                              | <b>Halaman</b> |
|--------------------------------------------------------------|----------------|
| Tabel 1. Sampel.....                                         | 22             |
| Tabel 2. Pilihan jawaban dan pemberian skor angket .....     | 23             |
| Tabel 3. Klasifikasi Respdn Den Dalam Penilaian Angket ..... | 24             |
| Tabel 4. Perencanaan Pembelajaran Penjasorkes.....           | 26             |
| Tabel 5. Pelaksanaan Pembelajaran Penjasorkes .....          | 27             |
| Tabel 6. Evaluasi Pembelajaran Penjasorkes .....             | 29             |



## DAFTAR GAMBAR

|                                                                           | <b>Halaman</b> |
|---------------------------------------------------------------------------|----------------|
| Gambar 1. Kerangka Konseptual.....                                        | 20             |
| Gambar 2. Histogram Distribusi Perencanaan Pembelajaran Penjasorkes.....  | 26             |
| Gambar 3. Histogram Distribusi Pelaksanaan Pembelajaran Penjasorkes ..... | 28             |
| Gambar 4. Histogram Distribusi Evaluasi Pembelajaran Penjasorkes .....    | 29             |
| Gambar 5. Proses Pemberian Intruksi Pengisian Angket .....                | 46             |
| Gambar 6. Proses Pembagian Angket .....                                   | 47             |
| Gambar 7. Mengontrol Pengisian Angket .....                               | 48             |
| Gambar 8. Proses Pengisian Angket Oleh Responden .....                    | 49             |

## DAFTAR LAMPIRAN

| <b>Lampiran</b>                           | <b>Halaman</b> |
|-------------------------------------------|----------------|
| Lampiran 1. Kisi-Kisi Angket.....         | 39             |
| Lampiran 2. Contoh Pengisian Angket ..... | 40             |
| Lampiran 3. Data Penelitian .....         | 45             |
| Lampiran 4. Dokumentasi .....             | 46             |

## **BAB I PENDAHULUAN**

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

Pendidikan sangatlah penting bagi seseorang, semakin tinggi pendidikan juga kualitas dan kemampuannya dalam berbagai hal. Bahkan pendidikan mempengaruhi maju mundurnya sebuah masyarakat atau Negara, di Negara maju dan berkembang pendidikan merupakan prioritas utama yang harus dikelola secara profesional sehingga pendidikan merata melalui lembaga-lembaga yang ditunjuk. Upaya pembangunan manusia Indonesia pada hakikatnya adalah salah satu upaya yang dilakukan secara sadar, berencana dan berkesinambungan menuju suatu perubahan dan pembangunan ini kita semua dituntut untuk selalu berusaha menambah, memperdalam serta meningkatkan kualitas dan kuantitas ilmu pengetahuan serta keterampilan, untuk itu sector pendidikan memegang peranan penting dalam upaya pencapaian tujuan tersebut.

Dalam Undang-undang No. 20 tahun 2003 dijelaskan tujuan Pendidikan Nasional adalah:

“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 bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab”

Berdasarkan cakupan diatas bahwa pendidikan sangat mempunyai peranan penting untuk mewujudkan watak seseorang yang akhirnya menjadi



cerdas, yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat jasmani dan rohani.

Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) merupakan bagian dari system pendidikan formal yang melaksanakan kegiatan pembelajaran dalam seperangkat mata pelajaran. Salah satu mata pelajaran di sekolah menengah kejuruan adalah pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (penjasorkes). Mata pelajaran penjasorkes sangat membantu siswa dalam mengembangkan dan meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan sikap. Ketiga aspek tersebut berperan penting dalam proses pendidikan disekolah. Dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (penjasorkes) dapat dikatakan bahwa pengembangan aspek kebugaran dan keterampilan gerak merupakan komponen utama dalam pelaksanaan pembelajaran. Dengan adanya ke dua aspek ini (aspek kebugaran dan keterampilan gerak), maka siswa akan bersemangat dalam melaksanakan aktifitas olahrag di sekolah. Selanjutnya menurut badan standar nasional pendidikan (BNSP, 2007:296) mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan bertujuan untuk:

“mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan daneliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui beragbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih, meningkatkan pertumbuhan fisik, keterampilan gerak dasar, memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, keterampilan, serta memiliki sikap positif”.

Apabila tujuan dan fungsi penjasorkes sudah tercapai tentu pengetahuan, keterampilan, sikap dan kebugaran jasmani serta kemampuan motorik siswa menjadi lebih baik karena pengalaman gerak yang banyak

dalam proses pembelajaran yang kreatif. Pencapaian tujuan pendidikan tersebut membuahkan kerjasama yang baik dari komponen-komponen pendidikan seperti guru sebagai pendidikan, serta peserta didik, dan lingkungan pendidikan. Dalam proses belajar dan pembelajaran penjasoreks ini terjadi interaksi antara gurudengan siswa, guru merupakan unsure pelaksanaan teknis utama yang bertugas dan bertanggung jawab menjalankan kegiatan proses pembelajaran disekolah. Agar kegiatan pembelajaran berjalan sebagaimana mestinya guru dituntut dan dihaapkan untuk berusaha semaksimal mungkin mengembangkan kemampuan serta motivasi dan disiplin, sehingga produktivias guru benar-benar sesuai dengan yang diharapkan leh dunia pendidikan.

Dalam menjalankan tugas, guru sebagai tenaga pendidikan mempunyai peranan penting dan amat sentral serta untuk menentukan mutu pendidikan. Guru yang berkualitas adalah guru ang mampu mengubah anak yang kurang berpotensi menjadi anak berpotensi. Peningkatan mutu pendidikan tidak hanya tergantung pada kualitas guru akan tetapi kesediaan sarana dan prasaran belajar, ketersediaan media dan sumber belajar, penggunaan kurikulum srte motivasi belajar siswa.

Belajar merupakan peristiwa sehari-hari disekolah, dapat juga dikatakan merupakan suatu aktivitas yang dilakukan secra sadar atau mendapatkan sejumlah kesan dari bahan yang telah dipelajari, sehingga terjadilah perunbahan dalam diri individu. Artinya belajar dikatak berhasil bila terjadi perubahan dalam diri individu. Sedangkan hasil dari suatu interaksi tindak

belajar dan tindak mengajar adalah hasil belajar. Pembelajaran idealnya harus berjalan dengan kurikulum yang telah ditetapkan pemerintah terkait, pendidikan, peserta didik, dan lingkungan pendidikan harus berjalan seiring demi lancarnya sistem pendidikan tanpa adanya kesenjangan. Dengan demikian agar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan mencapai hasil yang maksimal, maka dalam pelaksanaan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah harus mengajuh pada peraturan yang mengikat, sehingga diharapkan pelaksanaan penjasorkes akan terlaksana sesuai dengan ditetapkan. Artinya guru penjasorkes dituntut untuk mampu membuat perencanaan pembelajaran penjasorkes yang sesuai dengan kurikulum, mampu membuat RPP, mampu melaksanakan pembelajaran dan mampu mengevaluasi hasil dari pelaksanaan pembelajaran.

Berdasarkan observasi yang peneliti lakukan di SMK Negeri 1 Linggo Sari Baganti Kabupaten Pesisir Selatan yang merupakan salah satu bentuk dari tinjauan pelaksanaan pembelajaran penjasorkes. Banyak siswa tidak mendengarkan penjelasan guru dalam proses pelaksanaan pembelajaran Penjasorkes, minat siswa terhadap pembelajaran kurang karena tidak ada yang menarik dipembelajaran yang dilakukan dan tidak ada dorongan dari guru penjasorkes itu sendiri, lokasi sekolah yang sempit dekat dengan keramaian berada ditepi jalan raya yang banyak ganggu suara dan siswa mempunyai kesempatan untuk bermain diluar perkarangan sekolah, disini dukungan dari kepala sekolah juga diperlukan karena yang mengawasi dan bertanggung jawab terhadap sekolah. Berbagai factor tersebut terjadi karena kurangnya



pemahaman terhadap pelaksanaan pembelajaran penjasorkes di sekolah. Berdasarkan uraian tersebut, penulis merasa perlu dilakukan penelitian untuk meninjau pelaksanaan pembelajaran penjasorkes di sekolah SMK Negeri 1 Linggo Sari Baganti Kabupaten Pesisir Selatan.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan apa yang diuraikan dalam latar belakang masalah yang berkemungkinan sebagai penyebab tidak terlaksananya pembelajaran penjasorkes adalah.

1. Perencanaan pembelajara
2. Pelaksanaan pembelajaran
3. Evaluasi Pembelajaran
4. Lingkungan belajar
5. Dukungan dari kepala sekolah

## **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas banyak faktor yang mempengaruhi pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Tetapi dengan keterbatasan waktu, dan tenaga maka penelitian ini dibatasi pada aspek:

1. Perencanaan pembelajaran
2. Pelaksanaan pembelajaran
3. Evaluasi pembelajaran

#### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah di atas maka perumusan dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana perencanaan pembelajaran penjasorkes terhadap pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMK Negeri 1 Linggo Sari Baganti KabupatenPesisir Selatan?
2. Bagaimana pelaksanaan pembelajaran terhadap pembelajaran pendidikan jasmani olahraga ?
3. Bagaimana evaluasi pembelajaran penjasorkes terhadap pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMK Negeri 1 Linggo Sari Baganti KabupatenPesisir Selatan?

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

Sejalan dengan rumusan masalah di atas, penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mendeskripsikanbagaimana peran guru penjasorkes terhadap pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMK Negeri 1 Linggo Sari Baganti KabupatenPesisir Selatan.
2. Mendeskripsikan minat belajardalam pembelajaran terhadap pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMK Negeri 1 Linggo Sari BagantiKabupatenPesisir Selatan.
3. Mendeskripsikan sarana dan prasarana pembelajaran penjasorkes terhadap pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan diSMK Negeri 1 Linggo Sari Baganti Kabupaten Pesisir Selatan.

## **F. Kegunaan Penelitian**

Kegunaan penelitian ini antara lain adalah:

1. Berguna sebagai alat ukur kemampuan belajar dan minat siswa terhadap pembelajaran penjasorkes.
2. Guru mata pelajaran mengetahui kemampuan belajar siswa dan dapat mengetahui cara belajar yang akan diterapkan kepada siswa.
3. Bahan referensi mahasiswa di perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
4. Sebagai pengembangan ilmu pengetahuan dalam bidang keolahragaan.
5. Salah satu syarat bagi penulis untuk mendapatkan gelar sarjana Ilmu Keolahragaa

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah penulis uraikan pada bab terdahulu, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Variable perencanaan pembelajaran penjasorkes diperoleh tingkat capaian sebesar 66,32% berada pada kategori cukup. Dengan demikian dapat diartikan guru penjasorkes sudah melaksanakan perencanaan pembelajaran cukup baik.
2. Variable pelaksanaan pembelajaran penjasorkes diperoleh tingkat capaian sebesar 67,95% berada pada kategori cukup. Dengan demikian dapat diartikan guru penjasorkes sudah melaksanakan perencanaan pembelajaran cukup baik.
3. Variabel evaluasi pembelajaran penjasorkes diperoleh tingkat capaian sebesar 53,53% berada pada kategori cukup. Dengan demikian dapat diartikan guru penjasorkes sudah melaksanakan perencanaan pembelajaran kurang baik.

#### **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka peneliti dapat memberikan saran- saran yang dapat membantu mengatasi masalah yang ditemui dalam pelaksanaan pembelajaran penjasorkes di SMK Negeri 1 Linggo Sari Baganti, yaitu:



1. Guru Penjasorkes di SMK Negeri 1 Linggo Sari Baganti agar terus dapat mengembangkan pengetahuan dan mendorong dalam kegiatan pembelajaran Penjasorkes, karena itu akan menambah tingkat minat belajar siswa.
2. Kepala Sekolah di SMK Negeri 1 Linggo Sari Baganti, dalam rangka meningkatkan kompetensi siswa dan peningkatan hasil belajar siswa, diharapkan dapat memberikan dukungan, baik itu dalam penyediaan sarana dan prasarana, maupun dukungan moril.
3. Bagi para mahasiswa yang akan melakukan penelitian ini disarankan untuk melakukan penelitian ini tambah sampel yang akan diteliti.
4. Bagi siswa di SMK Negeri 1 Linggo Sari Baganti, agar dapat mempertahankan tingkat minat terhadap pembelajaran Penjasorkes, karena itu akan membantu dalam pencapaian Penjasorkes itu sendiri, yang salah satunya adalah pencapaian tingkat kebugaran jasmani.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, .2002.*Manajemen Penelitian*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Arikunto, suharsimi. 1997. *Dasar-dasar Evaluasi Pendidikan (Edisi Revisi)*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Agus S. Suryobroto. 2005. *Diktat Kuliah Persiapan Profesi Guru Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta: FIK-UNY.
- Akhiruyanto Andri.2008. *Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Dengan Pendekatan Permainan*. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*.(Nomor 2 tahun 2008).Hlm. 43.
- H.J.S Husdaa. 2011. *Manajemen Pendidikan Jasmani*.Bandung : Alfabeta.
- Nadisah (1992) *Pengembangan Kurikulum Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Padang: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan
- Mulyasa (2012) *Manajemen Kepemimpinan Kepala Sekolah*. Jakarta: Bumi Aksara
- Paturusi Achmad (2012) *Manajemen Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*. Jakarta: Rineka Cipta
- Panduan penulisan tugas akhir/ skripsi UNP (2010). Kementerian Pendidikan Nasional UNP
- Ridwan(2001). *Penelitian Untuk Pemula*. Jakarta. Alfabeta
- Sanjaya, Wina (2011). *"Kurikulum dan Pembelajaran: Teori dan Praktik Pengembangan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP)*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group
- Saryono. (2010). Diktat Mata Kuliah: *Dasar-Dasar Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Sudjana (1989). *Metode Statistik*. Bandung. Transita.
- Sugiono (2012). *Metode Penelitian Pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R & D*. bandung: Alfabeta
- Sukintaka.2001. *Teori Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta : Esa Grafika Solo.
- Syahrastani (2010) *Psikologi Olahraga*. Malang: Wineka Media.