

**PELAKSANAAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI
OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SD NEGERI 11
LEMBAH MELINTANG KABUPATEN
PASAMAN BARAT**

SKRIPSI

*Diajukan kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga sebagai salah satu
persyaratan Guna memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh

**IKHSAN
NIM. 14662**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2014**

PERSETUJUAN SKRIPSI

PELAKSANAAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SD NEGERI 11 LEMBAH MELINTANG KABUPATEN PASAMAN BARAT

Nama : Ikhsan

NIM : 14662

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

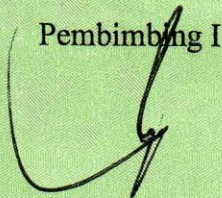
Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Agustus 2014

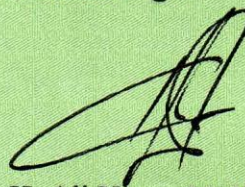
Disetujui oleh

Pembimbing I



Drs. Zarwan, M. Kes
NIP. 196112301988031003

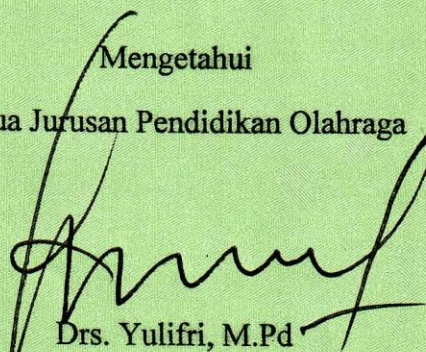
Pembimbing II



Drs. H. Ali Umar, M. Kes
NIP. 19550309 1986031006

Mengetahui

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Yulifri, M.Pd
NIP. 195907051985031002

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 : Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga
dan Kesehatan di SD Negeri 11 Lembah Melintang
Kabupaten Pasaman Barat**

Nama : Ikhsan

NIM : 14662

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

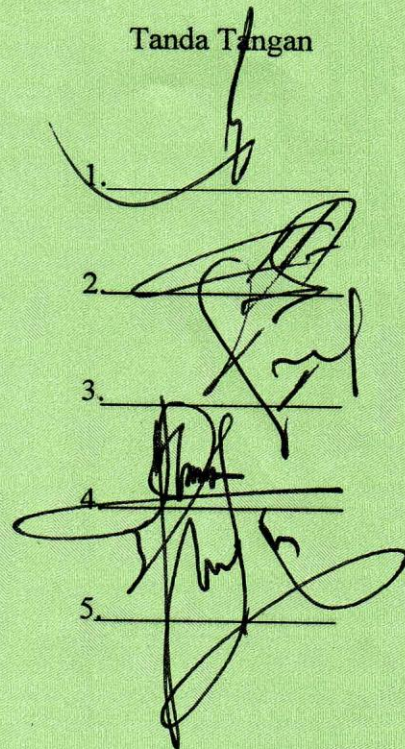
Jurusan : Pendidikan Olahraga

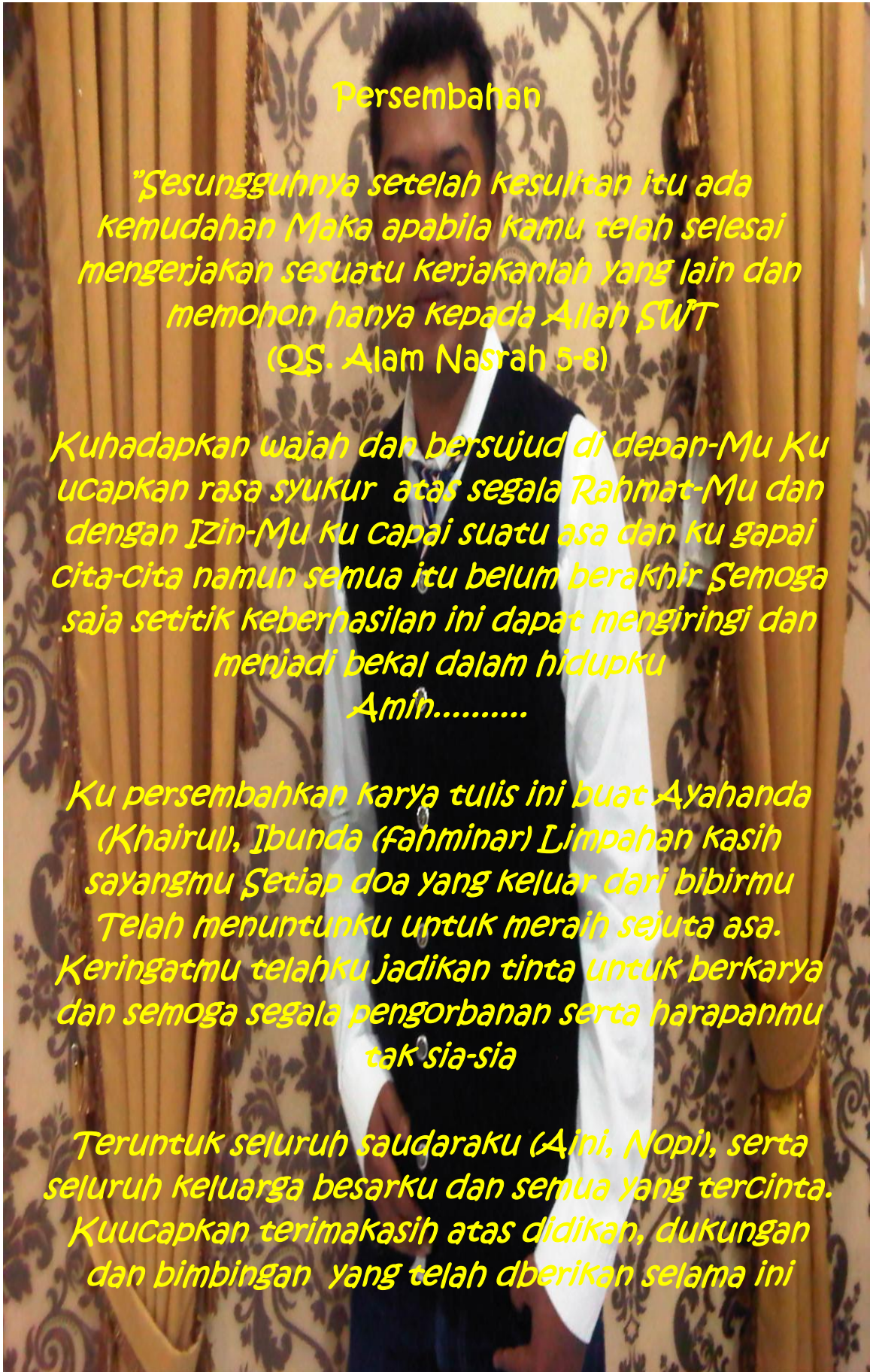
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Agustus 2014

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Drs. Zarwan, M. Kes	1.
2. Sekretaris	: Drs. H. Ali Umar, M. Kes	2.
3. Anggota	: Dr. Emral Abus, M. Pd	3.
4. Anggota	: Drs. Yaslindo, M.S	4.
5. Anggota	: Drs. Hasriwandi Nur, M. Pd	5.





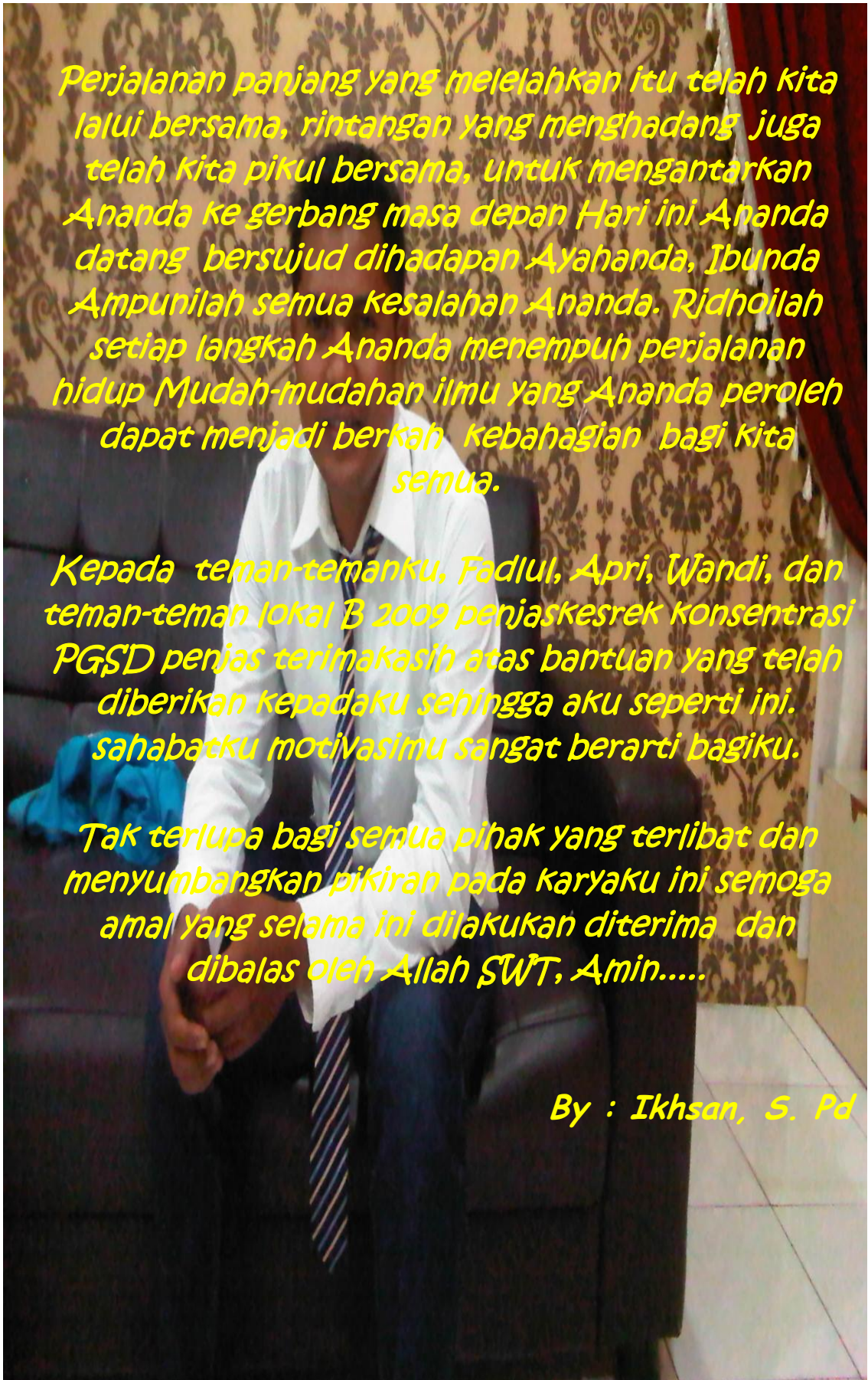
Persembahan

*"Sesungguhnya setelah kesulitan itu ada kemudahan Maka apabila kamu telah selesai mengerjakan sesuatu kerjakanlah yang lain dan memohon hanya kepada Allah SWT
(QS. Alam Nasrah 5-8)*

*Kuhadapkan wajah dan bersujud di depan-Mu Ku ucapkan rasa syukur atas segala Rahmat-Mu dan dengan Izin-Mu ku capai suatu asa dan ku gapai Cita-Cita namun semua itu belum berakhir Semoga saja setitik keberhasilan ini dapat mengiringi dan menjadi bekal dalam hidupku
Amin.....*

Ku persembahkan karya tulis ini buat Ayahanda (Khairul), Ibunda (Fahminar) Limpahan Kasih sayangmu Setiap doa yang keluar dari bibirmu Telah menuntunku untuk meraih sejuta asa. Keringatmu telahku jadikan tinta untuk berkarya dan semoga segala pengorbanan serta harapanmu tak sia-sia

Teruntuk seluruh saudaraku (Aini, Nopi), serta seluruh keluarga besarku dan semua yang tercinta. Kuucapkan terimakasih atas didikan, dukungan dan bimbingan yang telah diberikan selama ini



Perjalanan panjang yang melelahkan itu telah kita lalui bersama, rintangan yang menghadang juga telah kita pikul bersama, untuk mengantarkan Ananda ke gerbang masa depan Hari ini Ananda datang bersujud dihadapan Ayahanda, Ibunda Ampunilah semua kesalahan Ananda. Ridhoilah setiap langkah Ananda menempuh perjalanan hidup Mudah-mudahan ilmu yang Ananda peroleh dapat menjadi berkah kebahagiaan bagi kita semua.

Kepada teman-temanku, Fadlul, Apri, Wandi, dan teman-teman lokal B 2009 penjaskesrek konsentrasi PGSD penjas terimakasih atas bantuan yang telah diberikan kepadaku sehingga aku seperti ini. Sahabatku motivasimu sangat berarti bagiku.

Tak terlupa bagi semua pihak yang terlibat dan menyumbangkan pikiran pada karyaku ini semoga amal yang selama ini dilakukan diterima dan dibalas oleh Allah SWT, Amin.....

By : Ikhsan, S. Pd

ABSTRAK

Ikhsan : Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri 11 Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat

Penelitian ini berawal dari observasi yang penulis lakukan di SD Negeri 11 Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat, terlihat pelaksanaan pembelajaran Penjasorkes belum terlaksana dengan baik hal ini diduga disebabkan oleh kurangnya perencanaan pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran, dan evaluasi pembelajaran. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perencanaan pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran, dan evaluasi pembelajaran Penjasorkes di SD Negeri 11 Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat

Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SD Negeri 11 Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat yang berjumlah 204 orang siswa. Penarikan sampel dilakukan dengan teknik purposive sampling, dimana yang dijadikan sampel yaitu siswa kelas V yang berjumlah 33 orang. Instrumen yang dipakai untuk mengumpulkan data adalah Angket dengan menggunakan skala Guttman. Data dianalisis dengan menggunakan rumus distribusi frekuensi dalam bentuk persentase.

Hasil penelitian diperoleh sebagai berikut: 1). Tingkat capaian perencanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri 11 Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat berada pada klasifikasi “Cukup”. 2) Tingkat capaian pelaksanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri 11 Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat berada pada klasifikasi “Baik”. 3) Tingkat capaian evaluasi pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri 11 Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat berada pada klasifikasi “Cukup”. 4) tingkat capaian pelaksanaan pembelajaran Penjasorkes secara keseluruhan di SD Negeri 11 Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat berada klasifikasi “Cukup”. Oleh sebab itu perlu ditingkatkan lagi pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri 11 Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat.

KATA PENGANTAR



Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “ **Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri 11 Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat**”.

Penulisan skripsi ini merupakan sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu diharapkan saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan skripsi ini. Di dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik secara moril maupun materil, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sebagai tanda hormat penulis pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang tidak terhingga kepada:

1. Drs. H. Arsil, M. Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan peluang bagi penulis untuk melanjutkan studi di Fakultas Ilmu Keolahragaan
2. Drs. Yulifri, M. Pd selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.

3. Drs. Zarwan, M. Kes selaku pembimbing I dan Drs. H. Ali Umar, M. Kes selaku pembimbing II yang telah membantu dan membimbing dalam penyelesaian skripsi ini.
4. Dr. Emral Abus, M. Pd, Drs. Hasriwandi Nur, M. Pd, dan Drs. Yaslindo, MS, selaku tim penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam skripsi ini.
5. Seluruh staf pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
6. Kepala SD Negeri 11 Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat yang telah memberikan izin untuk melaksanakan penelitian.
7. Siswa SD Negeri 11 Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat yang telah bekerjasama dalam pelaksanaan penelitian ini.
8. Kedua orangtua tercinta yang telah memberikan banyak dukungan moral dan materil serta do'a yang tulus dan ikhlas sehingga anaknya berhasil mencapai sukses dan menggapai cita-cita.
9. Teman-teman yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini baik secara moril maupun materil

Akhir kata penulis mendo'akan semoga semua amal yang diberikan mendapat imbalan yang setimpal dari Allah SWT. Amin Ya Robal Alamin.

Padang, Agustus 2014

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	6
 BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN	
A. Kajian Teori	8
1. Pengertian Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.....	8
2. Perencanaan Pembelajaran.....	12
3. Pelaksanaan Pembelajaran.....	17
4. Evaluasi Pembelajaran.....	21
B. Kerangka Konseptual	23
C. Pertanyaan Penelitian.....	24
 BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	26

B. Tempat Penelitian dan Waktu Penelitian.....	26
C. Populasi dan Sampel	26
D. Jenis dan Sumber Data.....	28
E. Instrumen Penelitian	28
F. Teknik Analisis Data.....	29
 BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data Penelitian.....	30
1. Perencanaa Pengajaran.....	30
2. Pelaksanaan Pembelajaran.....	31
3. Evaluasi Pembelajaran	32
4. Pelaksanaan Pembelajaran secara Keseluruhan	33
B. Pembahasan	35
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	45
B. Saran.....	45
DAFTAR PUSTAKA.....	47
LAMPIRAN.....	49

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Jumlah populasi penelitian.....	27
2. Jumlah sampel penelitian.....	28
3. Kriteria dari Penyebaran Angket.....	29
4. Distribusi Hasil Data Perencanaan Pembelajaran.....	31
5. Distribusi Hasil Data Pelaksanaan Pembelajaran	32
6. Distribusi Hasil Data Evaluasi Pembelajaran	33
7. Deskripsi Data pelaksanaan pembelajaran Secara Keseluruhan	34
6. Distribusi Data Pelaksanaan Pembelajaran Penjasorkes Sacara Keseluruhan	34

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka konseptual.....	24
2. Histogram Perencanaan Pembelajaran.....	31
3. Histogram Pelaksanaan Pembelajaran.....	32
4. Histogram Evaluasi Pembelajaran.....	33
5. Histogram Pelaksanaan pembelajaran Penjasorkes secara keseluruhan.....	35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Kisi-kisi dan Angket Penelitian	49
2. Petunjuk Pengisian Angket.....	50
3. Pertanyaan Angket	51
4. Deskripsi Data Perencanaan Pembelajaran.....	54
5. Deskripsi Frekuensi Jawaban Perencanaan Pembelajaran.....	55
6. Deskripsi Data Pelaksanaan Pembelajaran.....	57
7. Deskripsi Frekuensi Jawaban Pelaksanaan Pembelajaran	58
8. Deskripsi Data Evaluasi Pembelajaran.....	60
9. Deskripsi Frekuensi Jawab Evaluasi Pembelajaran	61
10. Dokumentasi Penelitian.....	62
11. Surat Izin Penelitian	63

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Salah satu usaha dan upaya yang dilakukan pemerintah untuk mengembangkan sumber daya manusia Indonesia yang berkualitas adalah melalui pendidikan baik di lembaga-lembaga pendidikan pemerintah maupun di lembaga swadaya masyarakat. Dalam Undang-Undang Republik Indonesia No. 20 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional BAB III Pasal 3 sudah diatur sedemikian rupa, termasuk di dalamnya adalah fungsi pendidikan yaitu:

Pendidikan berfungsi mengembangkan kemampuan dan bentuk 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.

Berdasarkan kutipan di atas jelaslah bagi kita bahwa pendidikan tersebut 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. Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan bagian dari sistem pendidikan secara keseluruhan. Tujuan pendidikan jasmani 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 olahraga.

Mata pelajaran Penjasorkes merupakan salah satu mata pelajaran yang ada di Sekolah Dasar yang harus mendapat perhatian yang cukup serius karena didalam materi Penjasorkes tersebut terdapat nilai-nilai yang antara lain kreatifitas, disiplin, kerjasama dan melatih diri untuk hidup sehat dalam perkembangan aspek kognitif, afektif, mental, moral dan emosional, dalam pengertian yang luas dan karena itu Penjasorkes merupakan mata pelajaran yang juga ikut mempengaruhi perkembangan kepribadian siswa dan ikut serta berkontribusi dalam mencapai tujuan pendidikan nasional.

Sejalan dengan uraian di atas dalam Permen No. 22 Tahun 2006 disebutkan bahwa untuk membantu siswa memantapkan kesegaran jasmani dan kesehatan melalui pengetahuan dan penanaman sikap positif serta kemampuan gerak dasar sebagai aktifitas jasmani antara lain :

- 1) Terbentuknya sikap dan prilaku seperti : disiplin, kejujuran, kerjasama mengikuti peraturan dan ketentuan yang berlaku, 2) Mempunyai kemampuan untuk menjelaskan tentang manfaat pendidikan jasmani dan kesehatan, serta mempunyai kemampuan, penampilan, keterampilan gerak yang benar dan efisien, 3) Meningkatkan kesegaran jasmani dan kesehatan serta daya tahan tubuh terhadap penyakit.

Berdasarkan kutipan di atas, jelaslah bahwa pendidikan jasmani memiliki peran yang sangat penting dalam mengintensifkan penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan jasmani memberikan kesempatan pada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktifitas 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.

Pelajaran pendidikan jasmani di sekolah bukan untuk mengejar prestasi (aspek skill) saja tetapi menyalurkan dorongan untuk aktif bermain. Pendidikan jasmani untuk anak sekolah dasar harus lebih menekankan kepada aspek permainan dari pada teknik cabang olahraganya karena bermain adalah kebutuhan yang harus dipenuhi oleh setiap anak pada usia sekolah dasar.

Di dalam pelaksanaan praktek Penjasorkes guru harus memiliki pengetahuan tentang memilih materi pelajaran yang akan diberikan sesuai dengan pengetahuan dan tingkat belajar motorik serta harus sesuai dengan perkembangan tubuh sianak. Hal tersebut dapat dipahami bahwa pelaksanaan Penjsorkes yang diarahkan pada kebugaran Jasmani dan pengalaman gerak.

Aktivitas gerak yang dilakukan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dalam situasi ini diajukan pada perbaikan dan peningkatan kemampuan motorik seperti kekuatan, kelentukan, kecepatan, dan kelincahan, materi kognitif ditujukan kepada pengetahuan dan pandangan luas saling ketergantungan antara proses adaptasi tubuh dan psikis serta materi sosial ditujukan pada sikap kesetiaan dan kemauan dalam menolong dan memiliki rasa kebersamaan dengan penuh gairah dalam peningkatan kebugaran jasmani.

Dengan demikian agar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan mencapai hasil yang maksimal, maka dalam pelaksanaan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah harus mengacu pada Permen No. 22 Tahun

2006 tentang KTSP, 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 dengan baik.

Pembelajaran Penjasorkes dapat berjalan dengan baik banyak faktor yang mempengaruhinya, antara lain motivasi siswa, metode mengajar yang tidak tepat, media pembelajaran yang kurang, kurangnya pelaksanaan modifikasi permainan, kurang baiknya perencanaan pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran dan evaluasi pembelajaran, atau kurangnya perhatian dan pengawasan kepala sekolah terhadap pembelajaran Penjasorkes.

Berdasarkan pengamatan yang penulis lakukan di SD Negeri 11 Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat pada saat pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan terlihat kurangnya berjalan dengan baik, ini dapat dilihat kurang aktifnya siswa dalam mengikuti pelaksanaan pembelajaran Penjasorkes. hal ini mungkin disebabkan masih kurangnya motivasi siswa, metode mengajar yang tidak tepat, media pembelajaran yang kurang, kurangnya pelaksanaan modifikasi permainan, kurang baiknya perencanaan pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran dan evaluasi pembelajaran, atau kurangnya perhatian dan pengawasan kepala sekolah.

Berdasarkan uraian di atas, untuk mendapatkan data dan informasi yang mendekati kebenaran ilmiah mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi

Pelaksanaan pembelajaran Penjasorkes di SD Negeri 11 Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat, maka penulis tertarik melakukan suatu penelitian.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, banyak faktor yang mempengaruhi pelaksanaan pembelajaran Penjasorkes di SD Negeri 11 Lembah Melintang Kecamatan Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat. Maka dapat diidentifikasi masalah yaitu sebagai berikut:

1. Motivasi siswa siswa dalam pembelajaran Penjasorkes
2. Metode Mengajar dilakukan guru
3. Media pembelajaran penjasorkes
4. Permainan kecil yang diberikan guru
5. Modifikasi permainan yang dilakukan guru
6. Perencanaan pembelajaran yang dilakukan
7. Pelaksanaan proses pembelajaran
8. Evaluasi dalam proses pembelajaran

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, banyak faktor yang mempengaruhi pelaksanaan pembelajaran, dan meningkatkan keterbatasan kemampuan dana dan waktu yang penulis miliki, maka penulis hanya membahas mengenai :

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

D. Perumusan Masalah

Dari pembatasan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka rumusan dalam penelitian ini adalah :

1. Bagaimanakah Perencanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri 11 Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat ?
2. Bagaimanakah pelaksanaan Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri 11 Lembah Melintang Kecamatan Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat ?
3. Bagaimanakah pelaksanaan evaluasi pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri 11 Lembah Melintang Kecamatan Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat ?
4. Bagaimanakah pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan secara keseluruhan di SD Negeri 11 Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat ?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini untuk mengetahui :

1. Perencanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri 11 Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat.
2. Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri 11 Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat.
3. Evaluasi pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri 11 Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat.

4. Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan secara keseluruhan di SD Negeri 11 Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat sudah baik ?

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai bahan masukan dan pertimbangan bagi :

1. Penulis, Sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Guru Penjasorkes, untuk meningkatkan kualitas pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani disekolah.
3. Kepala sekolah sebagai bahan masukan dalam meningkatkan pengawasan dalam proses pembelajaran di sekolah.
4. Peneliti yang akan datang, sebagai referensi penelitian lanjutan.
5. Sebagai bahan bacaan oleh mahasiswa FIK UNP pada Perpustakaan FIK UNP dan Perpustakaan Pusat UNP

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang tinjauan pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri 11 Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Tingkat capaian perencanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri 11 Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat sebesar 53%, berada pada klasifikasi “Cukup”.
2. Tingkat capaian pelaksanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri 11 Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat sebesar 61%, berada pada klasifikasi “Baik”.
3. Tingkat capaian evaluasi pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri 11 Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat sebesar 60%. berada pada klasifikasi “Cukup”.
4. Tingkat capaian keseluruhan pelaksanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri 11 Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat sebesar 60%. berada pada klasifikasi “Cukup”.

B. Saran

Adapun saran-saran yang dapat penulis kemukakan pada kesempatan ini antara lain adalah ditujukan kepada:

1. Guru Penjasorkes agar lebih meningkatkan lagi kemampuannya dalam mempersiapkan perencanaan pembelajaran, Pelaksanaan pembelajaran dan evaluasi terhadap hasil pembelajaran agar motivasi siswa dapat ditingkatkan lagi.
2. Kepala Sekolah untuk dapat terus melengkapi sarana prasarana yang dibutuhkan dalam pelaksanaan Proses Belajar Mengajar khususnya penjasorkes. Hal ini dimaksudkan supaya siswa lebih bersemangat lagi dalam mengikuti pelajaran karena adanya sarana dan prasarana yang memadai.
3. Kepada Orang tua siswa agar dapat memotivasi anaknya dalam mengikuti pelaksanaan belajar mengajar di sekolah dengan baik
4. Dinas terkait, agar dapat memantau tentang pengadaan sarana dan prasarana pendidikan, seperti sarana dan prasarana untuk kegiatan pembelajaran maupun kegiatan aktivitas pengembangan diri olahraga sepakbola di Sekolah.
5. Peneliti berikutnya agar dapat meneliti lebih dalam lagi mengenai pelaksanaan proses belajar mengajar Penjasorkes dari faktor-faktor yang lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 1998. Manajemen Penelitian. Rineka Cipta : Jakarta .
- 2002. Prosedur Penelitian. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arsil. 2010. Evaluasi Pendidikan Jasmani dan Olahraga. Wineka Media. Malang
- Chairudin Hutasuht, (2000), Metode Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga. Padang : Universitas Negeri Padang
- Depdiknas, 2003. UU RI Nomor 20 Tahun 2003. Tentang Sistem Pendidikan Nasional. Jakarta : Depdiknas.
-2003. Kurikulum 2004 Standar Kompetensi Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani. Jakarta : Depdiknas
- 2006. Kurikulum Tingkat Satuan Pembelajaran. Jakarta : Depdiknas.
- 2006. Peraturan Pemerintah No. 22 Tahun 2006 tentang Kurikulum Tingkat Satuan Pembelajaran. Jakarta : Depdiknas.
- 2006, Metode penelitian Administrasi. Bandung : Alfabeta Bandung
-2008. Kurikulum Tingkat Satuan Pembelajaran (KTSP). Jakarta : Depdiknas
- Hasibuan dan Moedjiono. 2004. Proses Belajar Mengajar. Bandung : PT Remaja Rosdakarya.
- Hamalik, Oemar. 2008. Kurikulum dan Pembelajaran. Jakarta : Balai Pustaka
- Muhamad, Arni Dkk. 2003. Bahan Ajar Propesi Pendidikan. Padang : FIP Universitas Negeri Padang.
- Mulyasa. E. 2005. Menjadi Guru Profesional. Bandung : Remaja Rosdakarya.
-2006. Menjadi Kepala Sekolah Profesional. Bandung: Transito
- Majid, Abdul. 2008. Perencanaan Pembelajaran. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya.
- Nana, Sudjana 1990. Penelitian Hasil Belajar
- Suwirman. 2004. Buku Ajar Penelitian Dasar. Padang : Fakultas Ilmu Keolahragaan