

**TINJAUAN PELAKSANAAN PROSES PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI  
OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SD NEGERI 06 MALEPANG TAPAN  
KAB. PESISIR SELATAN**

**SKRIPSI**

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



**Oleh**

**NISYAM HURI  
NIM. 1107158**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2015**

**PERSETUJUAN SKRIPSI**

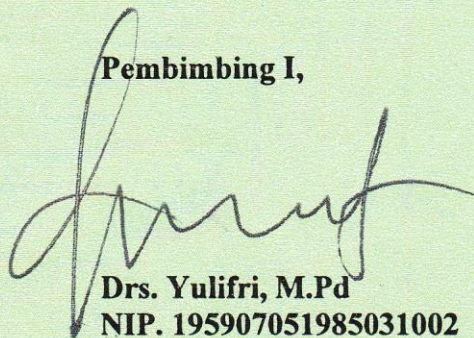
**TINJAUAN PELAKSANAAN PROSES PEMBELAJARAN PENDIDIKAN  
JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SD NEGERI 06  
MALEPANG TAPAN KAB. PESISIR SELATAN**

Nama : Nisyam Huri  
NIM : 1107158  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

**Padang, Juni 2015**

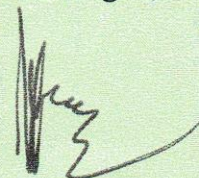
**Disetujui oleh:**

**Pembimbing I,**



**Drs. Yulifri, M.Pd  
NIP. 195907051985031002**

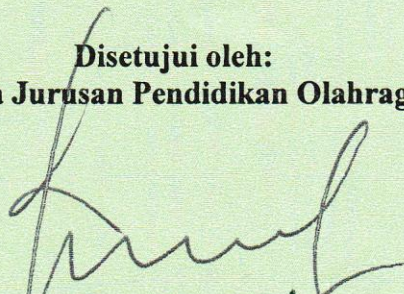
**Pembimbing II,**



**Drs. Nirwandi, M.Pd  
NIP. 195809141981021001**

**Disetujui oleh:**

**Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga**



**Drs. Yulifri, M.Pd  
NIP. 195907051985031002**

## HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Didepan Tim Penguji Skripsi  
Program Study Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang

**Judul** : TINJAUAN PELAKSANAAN PROSES  
PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI  
OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SD NEGERI 06  
MALEPANG TAPAN KAB. PESISIR SELATAN

**Nama** : Nisyam huri  
**NIM** : 1107158  
**Jurusan** : Pendidikan Olahraga  
**Program Studi** : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.  
**Fakultas** : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

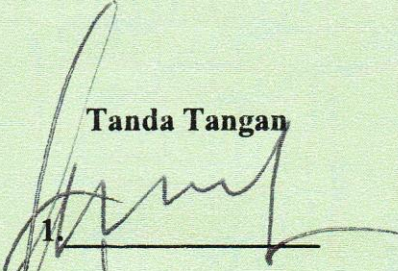
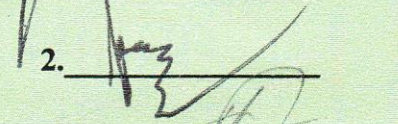

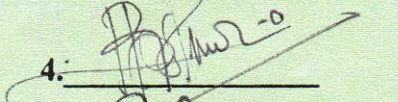
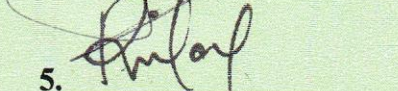
Padang, Juli 2015

### Tim Penguji

**Nama**

**Tanda Tangan**

1. **Ketua** : Drs. Yulifri, M.Pd
2. **Sekretaris** : Drs. Nirwandi, M.Pd
3. **Anggota** : Drs. Ali Umar, M.Kes
4. **Anggota** : Dra. Rosmaneli, M.Pd
5. **Anggota** : Rika Sepriani, M.Farm. Apt

1.   
2.   
3.   
4.   
5. 

## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, merupakan tugas akhir berupa skripsi dengan judul **”Tinjauan Pelaksanaan Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri 06 Malepang Tapan Kab. Pesisir Selatan ”** 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, Agustus 2015  
Yang menyatakan



**Nisyam Huri**  
**1107158/2011**

## ABSTRAK

### **NisyamHuri. Tinjauan Pelaksanaan Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri 06 Malepang Tapan Kab. Pesisir Selatan**

Masalah dalam penelitian ini adalah Pelaksanaan proses pembelajaran penjasorkes belum terlaksana dengan baik. Diduga banyak faktor yang mempengaruhi diantaranya adalah Perencanaan Pembelajaran dan Evaluasi Pembelajaran. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Proses Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri 06 Malepang Tapan Kab. Pesisir Selatan.

Jenis penelitian ini adalah bersifat deskriptif, populasi penelitian siswa SD Negeri 06 Malepang Tapan Kab. Pesisir Selatan yang berjumlah 126 orang, teknik penarikan sampel adalah purposive sampling, kemudian sampel yang berjumlah 34 orang, data di kumpul dengan angket menggunakan skala guttman dengan alternative jawaban ya dan tidak. Kemudian di lanjutkan dengan analisis berdasarkan Persentase  $p = \frac{f}{n} \times 100\%$ .

Berdasarkan analisis data bahwa hasil penelitian dari Pelaksanaan Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri 06 malepang Tapan kab. Pesisir selatan di kategorikan dalam kategori “Baik” dengan persentase 68,73%. Walaupun sudah di kategorikan “Baik” tapi masih perlu di tingkatkan terutama pada awal dan akhir pembelajaran guru harus melaksanakan pembelajaran sesuai dengan perencanaan pembelajaran yang di buat.

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur alhamdulillah penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunianya, sehingga penulis telah dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul : **‘Tinjauan Pelaksanaan Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri 06 Malepang Tapan Kab. Pesisir Selatan’**. Skripsi ini merupakan hasil penelitian yang disusun dalam rangka memenuhi persyaratan memperoleh Strata 1 pada jurusan Pendidikan olahraga Fakultas Ilmu Padang.

Selesainya penulisan skripsi ini, .Untuk itu, dalam yang sedalam-dalamnya dari lubuk hati yang dalam, kepada yang terhormat :

1. Drs. H. Arsil, M.Pd Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Drs. Yulifri M.Pd Ketua Jurusan Pendidikan .
3. Drs. Yulifri, M.Pd selaku pembimbing I (PA) dan Drs. Nirwandi, M.Pd selaku pembimbing II yang telah membimbing penulis menyelesaikan skripsi ini.
4. Drs. Ali Umar, M.Kes , Dra. Rosmaneli, M.Pd dan Rika Sepriani, M.Farm, Apt. Selaku tim penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu staf pengajar di Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan.

6. Kedua orang tua tercinta yang telah memberikan banyak dukungan moral dan material serta do'a yang tulus dan ikhlas sehingga anak berhasil mencapai sukses dan mencapai cita-cita.
7. Kepala Sekolah di SD Negeri06 Malepang Tapan Kab. Pesisir Selatan.
8. Bapak dan Ibu Guru Penjasorkes di SD Negeri 06 Malepang Tapan Kab. Pesisir Selatan.
9. Teman-teman yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini baik secara moril maupun materil.

Semoga amal baik bapak dan ibu serta semua pihak yang telah membantu dan mendukung dalam penyelesaian skripsi ini mendapat balasan yang setimpal dari Allah SWT.

Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu kritik dan saran yang sifat membangun sangat di harapkan demi kesempurnaannya di masa yang akan datang. Harapan penulis semoga skripsi ini dapat memberikan kontribusi dan manfaat dalam pembangunan dunia pendidikan.

**Padang, JULI 2015**

**Penulis**

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	iv
<b>DAFTAR TABLE</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 .....	5
C. Pembatasan Masalah .....	6
D. Perumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Manfaat Penelitian.....	7
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Kajian Teori.....	8
1. Hakikat Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan .....	8
2. Tujuan Pembelajaran Pendidikan jasmani Olahraga dan Kesehatan .....	11
3. Pelaksanaan Proses Pembelajaran Penjasorkes.....	12
4. Evaluasi Pembelajaran Penjasorkes .....	24
B. Kerangka Konseptual .....	15
C. Pertanyaan Penelitian .....	17

### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

A. Jenis penelitian .....	18
B. Tempat dan waktu penelitian .....	18
C. Populasi dan Sampel .....	18
D. Jenis dan Sumber Data .....	19
E. Prosedur penelitian .....	20
F. Instrumen Penelitian.....	20
G. Teknik Analisa Data.....	21

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

A. Deskripsi Data penelitian .....	23
B. Pembahasan.....	27

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

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

<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	37
-----------------------------	----

<b>LAMPIRAN</b> .....	38
-----------------------	----

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1. Populasi Siswa SD Negeri 06 Malepang Tapan Kab. Pesisir Selatan .....	19
2. Sampel SDN 06 Malepang Tapan Kab. Pesisir Selatan .....	19
3. Kriteria Pembanding dari penyebaran angket.....	22
4. Hasil Analisis Pelaksanaan Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Siswa SD Negeri 06 Malepang Tapan Kab. Pesisir Selatan .....	23
5. Distribusi Jawaban Angket Indikator Pelaksanaan Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Siswa SD Negeri 06 Malepang Tapan Kab. Pesisir Selatan.....	24

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
1. Grafik Hasil Analisis Jawaban Angket Indikator Pelaksanaan Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Siswa SD Negeri 06 Malepang Tapan Kab. Pesisir Selatan .....	27

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran</b>	<b>Halaman</b>
1. Kisi-Kisi Instrumen Penelitian Pelaksanaan proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri 06 Malepang Tapan Kab. Pesisir Selatan .....	38
2. Instrumen Penelitian .....	39
3. Pertanyaan Angket .....	40
4. Deskripsi data proses pelaksanaan pembelajaran .....	42
5. Distribusi Jawaban Angket Indikator Pelaksanaan Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Siswa SD Negeri 06 Malepang Tapan Kab. Pesisir Selatan .....	43
6. Foto Penelitian .....	46
7. Surat izin penelitian Fakultas Ilmu Keolahragaan	
8. Surat izin penelitian SD Negeri 06 Malepang Tapan Kab. Pesisir Selatan	
9. Surat izin penelitian UPTD Pesisir Selatan	

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Pembangunan manusia Indonesia pada hakekatnya adalah salah satu upaya yang dilakukan secara sadar, berencana dan berkesinambungan maju suatu perubahan dan kemajuan serta perbaikan yang sempurna. Dalam pelaksanaan pembangunan kita semua dituntut selalu berusaha menambah, memperdalam serta meningkatkan kualitas dan kuantitas yang berorientasi pada ilmu pengetahuan dan keterampilan, untuk itu sector pendidikan memegang peranan penting dalam upaya pencapaian tujuan tersebut.

Pendidikan nasional berupaya untuk mengembangkan berbagai potensi diri siswa agar memiliki kecerdasan, kepribadian, kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya sendiri, masyarakat, dan bangsa. Sebagaimana ditegaskan dalam undang-undang No.20 tahun 2003 pasal 3 tentang system pendidikan nasional yaitu:

Pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan 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 “Standar Nasional Pendidikan, (2003:5).

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan adalah salah satu mata pelajaran yang diajarkan di setiap jenjang pendidikan. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan satu-satunya pembelajaran yang dilakukan dengan melibatkan aktivitas jasmani yang bertujuan untuk meningkatkan

kebugaran, keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat, sikap sportif, dan kecerdasan emosi. Gusril (2008 :1) mengemukakan :

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didisain untuk meningkatkan kebugaran, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif dan kecerdasan emosi. Lingkungan belajar diatur secara seksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah: jasmani, psikomotor, kognitif, dan afektif setiap siswa.

Keberhasilan siswa mencapai perkembangan jasmani dan membiasakan diri berperilaku sehat, peningkatan pengetahuan, sikap dan keterampilan bukan saja bermanfaat untuk mencapai tujuan pembelajaran, tetapi juga akan sangat penting artinya bagi keberhasilan hidup dan kesuksesan siswa menghadapi masa depan atau seumur hidupnya. Kebugaran jasmani dan kebiasaan perilaku hidup sehat harus diupayakan sejak dini hingga akhir hayatnya.

Mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang diajarkan di Sekolah Dasar (SD) sangat besar artinya bagi perkembangan dan pertumbuhan baik fisik maupun mental. Ini disebabkan karena tingkatan pendidikan dasar merupakan pondasi untuk mencapai pendidikan lebih tinggi. Oleh sebab itu, pendidikan dasar harus benar-benar kokoh dan dapat mengantisipasi perkembangan zaman. Menurut Depdikbud (1996 : 1) mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) yang dilaksanakan di Sekolah Dasar mempunyai tujuan yaitu ” membantu siswa untuk meningkatkan kesegaran Jasmani dan Kesehatan melalui pengenalan dan penanaman sikap positif, serta kemampuan gerak dasar”.

Untuk mencapai tujuan di atas sangat diperlukan perangkat kurikulum sebagai acuan di dalam pelaksanaan pembelajaran untuk mengarahkan kegiatan pembelajaran dan pengelolaan pendidikan oleh guru pada tujuan yang hendak dicapai. Tujuan tersebut tentunya disesuaikan dengan pertumbuhan, perkembangan fisik, mental, dan emosional peserta didik. Dengan memperhatikan semua aspek kehidupan anak yang belajar diharapkan mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan kesehatan di SD dapat mencapai tujuan pendidikan yang diharapkan. Dalam kurikulum KTSP, Depdiknas (2006 : 703), menyebutkan :

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan bertujuan agar peserta didik memiliki kemampuan sebagai berikut : (1) mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih, (2) meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, (3) meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar, (4) meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, (5) mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggungjawab, kerjasama, percaya diri, dan demokratis, (6) mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan, (7) memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil, serta memiliki sikap yang positif.

Berdasarkan kutipan di atas, pelaksanaan pembelajaran Penjasorkes di SD diantaranya dapat dilakukan melalui bermain dan permainan, sehingga tanpa disadari anak dapat bergerak bebas, tanpa tekanan psikologis. Dengan demikian dapat meningkatkan kebugaran jasmani, merangsang pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental sosial serta emosional yang serasi selaras dan

seimbang. Untuk dapat mencapai tujuan di atas, guru diharapkan dapat melaksanakan pembelajaran Penjasorkes dengan sebaik-baiknya.

Agar pelaksanaan pembelajaran Penjasorkes dapat berjalan dengan baik dan dapat mencapai tujuan yang diharapkan, guru harus dapat melaksanakan 3 (tiga) komponen utama kurikulum, yaitu (1) komponen perencanaan guru, (2) pelaksanaan atau proses belajar mengajar yang dilakukan oleh guru, dan (3) evaluasi hasil belajar. Tiga komponen tersebut merupakan komponen yang saling mendukung untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan, apabila salah satu komponen tersebut tidak dilaksanakan maka hasil atau tujuan yang dicapai tidak akan optimal. Keberhasilan pembelajaran penjasorkes dalam rangka untuk mencapai tujuan yang diharapkan sangat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain perencanaan pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran, evaluasi pembelajaran, motivasi belajar siswa, metode pembelajaran yang digunakan, sosial ekonomi serta sarana dan prasarana.

Studi pendahuluan yang penulis lakukan di Sekolah Dasar Negeri 06 Malepang Tapan Kab. Pesisir Selatan diperoleh kesan bahwa pembelajaran penjasorkes belum berlangsung secara optimal sesuai dengan kurikulum tingkat satuan pendidikan dengan gejala-gejala yang teramati antara lain adalah dalam perencanaan pembelajaran guru penjasorkes belum keseluruhan menyusun silabus dan RPP berdasarkan kurikulum tingkat satuan pendidikan, dalam pelaksanaan pembelajaran yang efektif dan efisien seperti kegiatan awal yang berisi (apersepsi), kegiatan inti (metode/media yang digunakan, organisasi, pembagian waktu) kegiatan akhir (pendinginan, kesimpulan pembelajaran) sistem

evaluasi pembelajaran yang dilakukan belum terjadwal berdasarkan perencanaan pembelajaran dan instrument yang digunakan belum jelas seperti (metode, tata cara dan waktu pengambilanya), keseriusan anak saat melakukan aktifitas gerak, motivasi siswa dengan terlihat banyak yang izin keluar waktu pembelajaran berlangsung, serta sarana dan prasarana yang tersedia belum mencukupi atau belum lengkap.

Berdasarkan gejala diatas maka yang yang menjadi masalah dalam penelitian ini adalah kurang terlaksana pembelajaran penjasorkes di SD Negeri 06 Malepang Tapan Kab. Pesisir Selatan. Untuk mendapatkan gambaran yang akurat dan jelas tentang pelaksanaan proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang terjadi di SD Negeri 06 Malepang Tapan Kab. Pesisir Selatan seperti yang tertera diatas, perlu dilakukan penelitian yang lebih intensif, maka berdasarkan permasalahan diatas penulis sangat tertarik untuk melakukan penelitian ini dengan judul” Pelaksanaan Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri 06 Malepang Tapan Kab. Pesisir Selatan. Dengan demikian penulis harapkan penelitian ini mampu menggambarkan data yang sah kebenarannya.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas dapat di identifikasikan masalah sebagai berikut :

1. Perencanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri 06 Malepang Tapan Kab. Pesisir Selatan

2. Evaluasi pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri 06 Malepang Tapan Kab. Pesisir Selatan
3. Pelaksanaan proses Pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri 06 Malepang Tapan Kab. Pesisir selatan
4. Motivasi belajar siswa di SD Negeri 06 Malepang Tapan Kab. Pesisir Selatan
5. Metode pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang digunakan di SD Negeri 06 Malepang Tapan Kab. Pesisir Selatan
6. Kondisi Sarana dan prasarana di SD Negeri 06 Malepang Tapan Kab. Pesisir Selatan

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, banyak faktor yang memengaruhi proses pelaksanaan pembelajaran, dan mengingat keterbatasan kemampuan dana dan waktu yang penulis miliki, maka penulis membatasi permasalahan yang akan diteliti yaitu, Pelaksanaan Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri 06 Malepang Tapan Kab. Pesisir Selatan.

### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Bagaimanakah Pelaksanaan proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri 06 Malepang Tapan Kab. Pesisir Selatan ?

### **E. Tujuan Penelitian**

Dari rumusan diatas yang menjadi tujuan penelitian adalah :

Untuk mengetahui Proses Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri 06 Malepang Tapan Kab. Pesisir Selatan.

### **G. Manfaat Penelitian**

Penelitian diharapkan berguna dan bermanfaat 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 proses pembelajaran pendidikan jasmani disekolah.
3. Kepala Sekolah Dasar Negeri 06 Malepang Tapan, sebagai masukan untuk memberikan layanan supervisi pembelajaran khusus bagi guru mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.
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 dan analisis data yang telah di lakukan dapat di tarik kesimpulan sebagai berikut :

Pelaksanaan proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri 06 Malepang Tapan Kab. Pesisir Selatan terlaksana dengan **Baik** dengan kriteria pembandingan 68,73%.

#### **B. Saran**

Dalam rangka untuk mengoptimalkan pelaksanaan proses pembelajaran penjasorkes di SD Negeri 06 Malepang Tapan Kab. Pesisir Selatan di kemukakan saran sebagai berikut:

1. Kepada kepala sekolah untuk lebih memprioritaskan kepada guru penjasorkes untuk selalu mempersiapkan perencanaan pembelajaran sebelum kegiatan pembelajaran di lakukan.
2. Kepada guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan untuk lebih mengembangkan pelaksanaan pembelajaran yang di ajarkan sesuai dengan materi.
3. Kepada guru pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan untuk lebih memperhatikan pola pembelajaran, pembagian waktu dalam pembelajaran, rambu-rambu dalam pembelajaran, serta menyajikan materi bentuk organisasi dan memodifikasi permainan olahraga sehingga menimbulkan nilai kegembiraan yang tinggi dalam proses belajar mengajar.

4. Kepada guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan untuk lebih menyesuaikan materi pembelajaran berdasarkan standar kompetensi dan kompetensi dasar dalam kurikulum tingkat satuan pendidikan.
5. Kepada guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan diuntut untuk selalu melakukan evaluasi pembelajaran setiap hari dengan skejul yang di rencanakan sehingga guru dapat memperoleh informasi yang lengkap terhadap kegiatan belajar, evaluasi sangat menentukan sekali terhadap pencapaian tujuan pembelajaran.
6. Kepada sisiwa agar lebih mengikuti pembelajaran penjasorkes dengan penuh partisipasi dan tanggung jawab sehingga proses pembelajaran lancar dari awal sampai akhir.

## DAFTAR KEPUSTAKAAN

- Arikunto, Suharsimi. 1996. *Evaluasi Pendidikan Jasmani Olahraga*. Jakarta : Rineka Cipta.
- ..... 1998. *Managemen Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Depdikbud (2006). *Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan*. Bandung : Remaja Rosdakarya.
- Depdiknas, 2006. *Kurikulum Tingkat Satuan Pembelajaran*. Jakarta : Depdiknas.
- ..... 2007. *Model Silabus dan Rencana Pembelajaran Penjasorkes*. Jakarta : Direktorat Jenderal pendidikan dasar dan Menengah.
- ..... 2008. *Kurikulum Tingkat Satuan Pembelajaran (KTSP)*. Jakarta: Depdiknas.
- Gusril (2008). *Model pengembangan Motorik Siswa Sekolah Dasar*. Padang : FIK Universitas Negeri Padang.
- Mulyasa. E 2005. *Menjadi Guru Profesional*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- ..... 2006. *Menjadi Kepala Sekolah Profesional*. Bandung: Transito.
- M.Joko Susilo.(2007). *Kurikulum Satuan Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Slameto.( 1998). *Hakikat pembelaran penjasorkes*.Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Sudjana (1989). *Metode Statistik*. Bandung: Transito.
- UU No. 20 Tahun 2003. *Tentang System Pendidikan Nasional*. Jakarta : Pradya Paramita.
- UU No. 19 Tahun 2005. *Tentang potensi diri siswa*. Jakarta: pradya paramita.