

**PELAKSANAAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI  
OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SEKOLAH DASAR  
NEGERI 04 SALASA TENGAH PADANG TAROK  
KECAMATAN BASO KABUPATEN AGAM**

**SKRIPSI**

*diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan  
Strata Satu (S1) pada Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang*



**Oleh :**

**ZULKIFLI  
NIM : 08931**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2011**

## HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

### PELAKSANAAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SEKOLAH DASAR NEGERI 04 SALASA TENGAH PADANG TAROK KECAMATAN BASO KABUPATEN AGAM

Nama : Zulkifli  
Nim : 08931  
Program Studi : Pendidikan Olahraga  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Padang

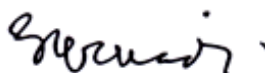
Disetujui oleh:

Pembimbing I

Pembimbing II



**Drs. Edwarsyah, M.Kes**  
NIP. 19591231 198803 1 019



**Drs. Willadi Rasyid, M.Pd**  
NIP. 19591121 198602 1 006

Mengetahui,  
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



**Drs. Yulifri, M.Pd**  
NIP. 19590705 198503 1 002

## HALAMAN PENGESAHAN

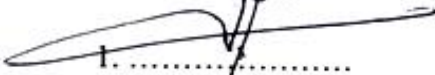
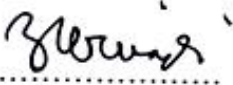
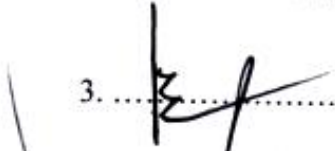


Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi  
Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang

**Judul** : PELAKSANAAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN  
JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SEKOLAH DASAR NEGERI  
04 SALASA TENGEH PADANG TAROK KECAMATAN BASO  
KABUPATEN AGAM

**Nama** : Zulkifli  
**NIM** : 2008/08931  
**Program Studi** : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
**Jurusan** : Pendidikan Olahraga  
**Fakultas** : Ilmu Keolahragaan

Padang, 14 Januari 2011

### Tim Penguji

N a m a		Tanda Tangan
1. Ketua	Drs. Edwansyah M.kes	1. .... 
2. Sekretaris	Drs. Willadi Rasyid, M.Pd	2. .... 
3. Anggota	Drs. Nirwandi M,Pd	3. .... 
4. Anggota	Drs. Zarwan, M.Kes	4. .... 
5. Anggota	Drs. Yulifri M,Pd	5. .... 

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul "***Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Sekolah Dasar Negeri 04 Salasa Tengah Padang Tarok Kecamatan Baso Kabupaten Agam***", adalah asli belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di Universitas Negeri Padang maupun di Perguruan Tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan dari pembimbing.
3. Dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya tulis 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 daftar kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila pada kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Januari 2012  
Yang membuat pernyataan,



Zulkifli  
NIM 08931

## ABSTRAK

**Zulkifli. 2011:** *“Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Sekolah Dasar Negeri 04 Salasa Tengah Padang Tarok Kecamatan Baso Kabupaten Agam”*

Permasalahan yang terjadi dalam penelitian ini adalah metode Pembelajaran Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan Yang Efektif Di Sekolah Dasar Negeri 04 Salasa Tengah Padang Tarok Kecamatan Baso Kabupaten Agam tidak berjalan dengan baik dan akhirnya tujuan pengajaran tidak tercapai. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui dan membuktikan apakah permainan kecil yang diberikan oleh guru penjas efektif dalam Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan jasmani dan kesehatan di Sekolah Dasar Negeri 04 Salasa Tengah Padang Tarok Kecamatan Baso Kabupaten Agam.

Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif. Populasi penelitian ini adalah siswa Sekolah Dasar Negeri 04 Salasa Tengah Padang Tarok Kecamatan Baso Kabupaten Agam yang berjumlah 150 orang. Sampel diambil dengan menggunakan teknik *“Purposive Stratified Random Sampling”* yang berjumlah 39 orang. Instrument yang digunakan untuk memperoleh data adalah dengan cara menyebarkan angket. Angket yang digunakan adalah angket dengan skala likert. Teknik analisis data menggunakan teknik distribusi frekuensi atau teknik persentase.

Berdasarkan hasil perhitungan maka diperoleh hasil tingkat pencapaian metode pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan yang efektif di Sekolah Dasar Negeri 04 Salasa Tengah Padang Tarok Kecamatan Baso Kabupaten Agam adalah sebesar 68,33%. Menurut Sudjana (1989:129), bahwa klasifikasi tingkat capaian antara 65-79 % berada pada klasifikasi Cukup. Dan hasil tingkat pencapaian sarana dan prasarana dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan yang efektif di Sekolah Dasar Negeri 04 Salasa Tengah Padang Tarok Kecamatan Baso Kabupaten Agam adalah sebesar 71,25%. Menurut Sudjana (1989:129), bahwa klasifikasi tingkat capaian antara 65-79 % berada pada klasifikasi Cukup

**Kata Kunci :** *Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*

## KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah penulis ucapkan atas berkat rahmat dan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan hidayahnya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul ***“Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan Di Sekolah Dasar Negeri 04 Salasa Tengah Padang Tarok Kecamatan Baso Kabupaten Agam”***. Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada jurusan PenjasKesrek Fakultas Ilmu Keolahragaan.

Dalam pelaksanaan penelitian ini dan penulisan skripsi ini, peneliti banyak mendapat bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini peneliti menyampaikan rasa terima kasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Z. Mawardi Efendi, M.Pd selaku Rektor Universitas Negeri Padang beserta staf yang telah memberika izin dalam pemakaian atau fasilitas yang ada untuk menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Drs. Arsil ,M.Pd sebagai Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang beserta staf yang telah memberikan kemudahan dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Drs.Hendri Neldi, M.Kes, AIFO sebagai Ketua Jurusan beserta staf pengajar jurusan pendidikan olahraga Fakultas Keolahragaan Universitas Negeri Padang, yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Drs. Edwansyah, M.Kes selaku pembimbing I dan Bapak Drs. Willadi Rasyid, M.Pd selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan saran, masukan, pengarahan, motivasi dan perbaikan dalam menyelesaikan skripsi ini.

5. Bapak Drs Yulifri, M.Pd, Bapak Drs Willadi Rasyid M.Kes dan Bapak Drs Nirwandi, M.Pd, selaku Tim Penguji yang telah memberikan banyak kritikan, saran, bimbingan, masukan yang positif dan perbaikan dalam menyelesaikan skripsi ini
6. Seluruh sivitas akademika Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan dorongan, motivasi dan saran serta kelancaran dalam menyelesaikan skripsi ini
7. Bapak Kepala dan wakil serta Bapak Kepala Urusan Kantor beserta staf Sekolah Dasar Negeri 04 Salasa Tengah Padang Tarok Kecamatan Baso Kabupaten Agam yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian dalam mengambil data dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Siswa Sekolah Dasar Negeri 04 Salasa Tengah Padang Tarok Kecamatan Baso Kabupaten Agam yang telah bersedia meluangkan waktu dan mau diajak bekerjasama dalam proses pengambilan data.
9. Orang Tua yang tercinta yang telah banyak berkorban serta memberikan dukungan, motivasi dan saran baik moril maupun materil demi terselesaikannya pendidikan anaknya ini.
10. Dan kepada semua pihak yang tidak mungkin penulis sebutkan satu per satu, yang telah bersedia berpartisipasi dalam memberikan semangat, motivasi, bantuan, dan dukungan, baik secara morail maupun materil kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Semoga apa yang Bapak, Ibu, Saudara, Saudari serta semua pihak yang telah mau berikan membantu kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini mendapatkan balasan yang setimpal dari Allah SWT.

Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini jauh dari kesempatan, untuk itu kritik dan saran yang sifatnya membantu sangat diharapkan dimasa yang akan datang. Semoga skripsi ini memberikan manfaat baik untuk penulis sendiri maupun untuk kemajuan ilmu pengetahuan.

Padang, Januari 2012

Penulis

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI</b>	
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b>	
<b>SURAT PERNYATAAN</b>	
<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	v
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	viii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	6
C. Pembatasan Masalah .....	7
D. Perumusan Masalah .....	7
E. Tujuan Penelitian .....	8
F. Manfaat Penelitian .....	8
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Kajian Teori .....	9
1. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan .....	9
2. Pelaksanaan Pendidikan Jasmani .....	14
3. Sarana dan Prasarana.....	26
B. Kerangka Konseptual .....	29
C. Pertanyaan Penelitian .....	30
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Jenis, Waktu, dan Tempat Penelitian .....	31
B. Populasi dan Sampel .....	31
C. Jenis Dan Sumber Data .....	33
D. Teknik dan Instrumen Penelitian .....	34
E. Teknik Analisa Data .....	34

<b>BAB</b>	<b>IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
	A. Verifikasi Data .....	36
	B. Pembahasan .....	46
<b>BAB</b>	<b>V. KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
	A. Kesimpulan .....	53
	B. Saran .....	53

**DAFTAR PUSTAKA**  
**LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1. Populasi Penelitian.....	32
2. Jumlah Sampel Penelitian .....	33
3. Interpretasi Skor untuk Menyimpulkan Hasil Penelitian .....	35
4. Distribusi Frekuensi metode pengajaran yang dilaksanakan.....	37
5. Deskripsi Metode Pengajaran.....	40
6. Distribusi Frekuensi Sarana dan Prasarana .....	42
7. Deskripsi Sarana dan Prasarana.....	44

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
1. Langkah-langkah Metode Mengajar Induktif.....	22
2. Langkah-langkah metode mengajar deduktif .....	23
3. Kerangka Konseptual .....	30
4. Histogram metode pengajaran yang dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri 04 Salasa Tengah Padang Tarok Kecamatan Baso Kabupaten Agam dalam proses pembelajaran penjasorkes .....	41
5. Histogram Sarana dan Prasarana Sekolah Dasar Negeri 04 Salasa Tengah Padang Tarok Kecamatan Baso Kabupaten Agam dalam proses pembelajaran penjasorkes.....	46

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Untuk mewujudkan warga yang berkualitas berdasarkan pendidikan nasional, pemerintah telah mengeluarkan Undang - Undang No 20 Tahun 2003 tentang fungsi dan tujuan sistem pendidikan yaitu: "Sistem pendidikan berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradapan 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". (Sistem Pendiknas, 2003:5).

Fungsi dan tujuan sistem pendidikan di atas menggambarkan bahwa pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan salah satu faktor yang dapat membantu dalam peningkatan kualitas pendidikan nasional. Oleh sebab itu pendidikan jasmani perlu dilaksanakan secara baik dan konsisten mulai dari sekolah dasar hingga perguruan tinggi. Depdiknas (2006: 648) mengemukakan bahwa:

"Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktifitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional".

Berdasarkan penjelasan di atas penjasorkes merupakan bagian dari keseluruhan mata pelajaran yang diajarkan disekolah dan tidak dapat dipisahkan dengan pendidikan lainnya, bahkan merupakan bagian pendidikan yang sangat penting dalam mendukung proses pendidikan yang lainnya.

Dengan demikian Penjasorkes merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran (kognitif), penghayatan nilai-nilai (afektif) seperti; Sikap mental, emosional, sportifitas, spiritual dan sosial serta pembinaan pola hidup sehat yang berguna untuk merangsang pertumbuhan perkembangan kualitas fisik dan psikis peserta didik yang seimbang.

Selanjutnya penjelasan di atas jelas bahwa mata pelajaran Penjasorkes merupakan salah satu mata pelajaran yang ada di SD yang harus mendapatkan perhatian yang cukup serius karena di dalam 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. Dengan demikian pendidikan harus dilaksanakan dengan tertib dan bertanggung jawab.

Di dalam pelaksanaan praktek penjasorkes guru harus memiliki pengetahuan tentang memilih materi pelajaran yang akan diberikan sesuai dengan tingkatan belajar motorik serta harus sesuai dengan perkembangan

tubuh si anak. Hal tersebut dapat dipahami bahwa pelaksanaan praktek penjasorkes yang diarahkan pada kesegaran jasmani dan pengalaman gerak.

Aktivitas gerak yang dilakukan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dalam situasi ini di ajukan pada perbaikan dan peningkatan kemampuan motorik seperti kekuatan, kelentukan, kecepatan, dan kelincahan, materi kognitif ditujukan kepada pengetahuan dan pandangan luas dan 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 kesegaran jasmani.

Adapun bentuk materi yang sangat sederhana dilakukan agar siswa dapat bergairah mengikuti aktivitas pembelajaran dengan penyampaian materi melalui modifikasi sarana dan prasana pembelajaran diikuti dengan permainan kecil yang sesuai dengan perkembangan siswa dan siswi. Sehingga proses pembelajaran dapat berjalan lancar dan baik, seperti permainan merah hitam, kancil dan kerbau. Ulat dan kempompong serta masih banyak lagi permainan-permainan kecil yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kemauan siswa mengikuti peroses belajar mengajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

Namun realitanya pelaksanaan praktek Penjasorkes di Sekolah Dasar Negeri 04 Salasa Tengah Padang Tarok Kecamatan Baso Kabupaten Agam yang dilaksanakan masih kurang berjalan dengan baik dan lancar. Informasi yang didapat dari kepala sekolah dan guru penjas adalah guru penjasorkes

belum menggunakan metode pengajaran yang tepat dan sarana prasarana yang belum mencukupi sehingga dapat menjadi hambatan dalam belajar praktek pendidikan jasmani.

Agar proses pembelajaran praktek penjasorkes yang dilaksanakan belum dapat tercapai, maka adanya suatu cara yang disusun secara sistematis, cara ini yang dimaksud adalah metode. Metode dalam ilmu pendidikan jasmani adalah “cara-cara mengajar khusus yang digunakan dalam mengolah pengetahuan, prinsip-prinsip, norma-norma, peraturan-peraturan yang berlaku dalam pendidikan olahraga atau semua yang penting dalam proses belajar motorik untuk tercapainya keefektifan dalam belajar”.

Hal ini dapat penulis sampaikan bahwa siswa tidak dapat memperhatikan instruksi-instruksi gerakan yang akan dilakukan disebabkan dari faktor social budaya siswa, seperti; mendang bola (*dribble*) dalam ini siswa banyak tidak mampu karena bola yang menjadi sarana bola yang terbuat dari kerta dalam artian terjadi modifikasi sarana dan prasarana yang mengakibatkan siswa menjadi bosan, jenuh, dan malas melakukan karena tidak bola sebenarnya.

Sedangkan berbagai hal metode pembelajaran mulai dari ceramah, diskusi, demonstrasi dan lain-lain telah dilakukan terhadap siswa akan tetapi tujuan dari pembelajaran tidak juga tercapai dengan baik. Faktor lain yang dapat penulis sampaikan yang masih berhubungan dengan siswa banyak tidak melakukan pembelajaran penjasorkes adalah siswa tidak berperan sesuai fungsi dalam proses pembelajaran, seperti pelaksanaan permainan yang

bersifat kerja sama antar individu siswa sering memonoli aktivitas bermain dalam hal ini siswa yang keceang lari maka siswa tersebut yang selalu dijadikan ujung tombak untuk memenangkan permainan, pada hal secara metode sudah disampaikan bagaimana koordinasi dan strategi bermain yang dilakukan masing-masih tim dan fungsi secara individual.

Selanjutnya keberadaan sarana dan prasarana olahraga juga mempengaruhi keberhasilan dari pelaksanaan praktek pendidikan jasmani. Tersedianya sarana dan prasarana berperan dalam kelancaran pembelajaran praktek penjasorkes yang dilaksanakan di halaman sekolah. Sarana dan prasarana yang tidak memadai dapat menyebabkan sulitnya tercapainya tujuan dari pendidikan jasmani. Sehingga dalam proses pembelajaran hampir keseluruhan materi dilakukan dalam bentuk modifikasi sarana dan prasarana dan hal dilakukan pada dalam proses mencapai tujuan pendidikan jasmani agar sesuai dengan tujuan pendidikan nasional.

Sedangan seandainya dilakukan juga pada siswa tanpa modifikasi sarana dan prasarana itu hanya di luar lingkungan sekolah yang jarak sangat jauh dari lingkungan tempat mereka tinggal ataupun lingkungan sekolah maka akan terjadi pemaksaan pada siswa dan sekolah untuk bisa bermain dengan bebas dan lepas pada sebuah lapangan seperti di sepak bola hal tersebut mereka tidak dapat merasakan.

Hambatan atau kendala yang dihadapi dalam mengajar praktek penjasorkes di Sekolah Dasar Negeri 04 Salasa Tengah Padang Tarok Kecamatan Baso Kabupaten Agam pada siswa kelas III sampai kelas VI yang

disampai diatas dapat disimpulkan diantaranya; metode pengajaran yang diberikan oleh guru kurang tepat, sarana dan prasarana yang tidak mencukupi, kurang bersemangat, malas, lokasi yang jauh dan aktifitas sekolah yang padat yang membuat siswa sering lelah serta malas untuk berkeringat ini merupakan anggapan yang disampaikan.

Berdasarkan gejala diatas maka masalah kurang terlaksananya pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan juga dipengaruhi oleh metode pembelajaran yang diberikan dalam proses pembelajaran penjas. Dalam proses pembelajaran pada saat ini sebuah metode pembelajaran tidak cukup kita dengan memberika instruksi dan paparan saja kepada siswa hal lain juga harus mampu kita lakukan seperti demonstrasi dengan modifikasi sarana.

Dan oleh permasalahan di atas penulis tertarik dan merasa penting untuk melakukan penelitian. Penelitian yang dimaksud adalah tentang bagaimana ” **Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Sekolah Dasar Negeri 04 Salasa Tengah Padang Tarok Kecamatan Baso Kabupaten Agam**”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Dari latar belakang masalah di atas, dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Media pembelajaran
2. Sarana dan prasarana
3. Metode pengajaran
4. Motivasi siswa

5. Lingkungan sekolah
6. Perumusan Pembelajaran
7. Keaktifan guru mengajar
8. Dukungan kepala sekolah

### **C. Pembatasan Masalah**

Dari identifikasi di atas tidak mungkin semua dapat diteliti oleh penulis karena terkait dana dan waktu yang tersedia, maka penulis hanya membahas mengenai:

1. Metode Pengajaran Penjasorkes
2. Sarana dan Prasarana Penjasorkes.

### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah yang ada dapat di rumuskan masalah penelitian ini, diantaranya adalah;

1. Bagaimakah metode pengajaran dalam pelaksanaan proses belajar mengajar praktek penjasorkes di Sekolah Dasar Negeri 04 Salasa Tengah Padang Tarok Kecamatan Baso Kabupaten Agam ?.
2. Bagaimanakah ketersediaan sarana dan prasarana dalam pelaksanaan proses belajar mengajar praktek penjasorkes di Sekolah Dasar Negeri 04 Salasa Tengah Padang Tarok Kecamatan Baso Kabupaten Agam?.

### **E. Tujuan Penelitian**

Pelaksanaan Penelitian proses belajar mengajar praktek pendidikan jasmani olahraga kesehatan di Sekolah Dasar Negeri 04 Salasa Tengah Padang Tarok Kecamatan Baso Kabupaten Agam, bertujuan untuk;

1. Mengetahui bagaimana metode pengajaran dalam pelaksanaan proses belajar mengajar praktek penjasorkes di Sekolah Dasar Negeri 04 Salasa Tengah Padang Tarok Kecamatan Baso Kabupaten Agam.
2. Mengetahui bagaimana sarana dan prasarana dalam pelaksanaan proses belajar mengajar praktek penjasorkes di Sekolah Dasar Negeri 04 Salasa Tengah Padang Tarok Kecamatan Baso Kabupaten Agam.

### **F. Kegunaan Penelitian**

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

1. Peneliti sendiri sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan (S.Pd) di Fakultas Ilmu Keolahragaan Univeristas Negeri Padang
2. Guru pendidikan jasmani untuk meningkatkan kualitas pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani disekolah
3. Sebagai masukan bagi kepala sekolah untuk memberikan pembinaan kepada guru agar dapat melaksanakan proses belajar mengajar lebih baik lagi.
4. Peneliti yang akan datang, sebagai referensi penelitian lanjutan
5. Bahan bacaan di perpustakaan

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Dari hasil penelitian yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa:

1. Metode Pengajaran memberikan cara yang cukup baik terhadap menyelesaikan hambatan belajar siswa dan memiliki kriteria sedang sebagai hambatan belajar belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.
2. Sarana dan Prasarana yang kurang mencukupi menyebabkan hambatan belajar bagi siswa untuk mengikuti pelaksanaan praktek proses belajar mengajar yang dilaksanakan diluar jam sekolah.

#### **B. Saran**

Adapun saran-saran yang dapat penulis kemukakan sebagai berikut:

1. Diharapkan kepada guru mata pelajaran untuk lebih meningkatkan metode pengajaran yang menarik sehingga siswa lebih tertarik untuk mengikuti proses belajar mengajar Praktek Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan.
2. Diharapkan kepada pihak sekolah dan guru Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan untuk melengkapi segala bentuk sarana atau peralatan olahraga demi kelancaran proses belajar mengajar.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ali Umar.(2004). *Pengantar Teknologi Pembelajaran Penjas (buku ajar)*. Padang: Universitas Negeri Padang.
- Arikunto, Suharsimi (1998). *Organisasi Administrasi Pendidikan Teknologi dan Kejuruan*. Jakarta. Depdikbub.
- \_\_\_\_\_ (1998). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta. Mengajar.
- Arsyad, Azhar. (1996). *Media Pembelajaran*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada. Bandung: PT. Rosdakarya
- Chairudin Hutasuhut. (1997). *Metode Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga*. Padang: Universitas Negeri Padang.
- Depdiknas. (2006). *Metode Penelitian Administrasi*. Bandung: Alfabeta Bandung.
- \_\_\_\_\_ (2003). UU RI Nomor 20 Tahun2003. *Tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta: Depdiknas.
- \_\_\_\_\_ (2003).*Kurikulum 2004 Standar Kompetensi Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdiknas.
- \_\_\_\_\_ (2006). *Kurikulum Tingkat Satuan Pembelajaran*. Jakarta: Depdiknas.
- Djusma.(1995). *Pengantar Didaktik Olahraga*. FPOK IKIP Padang.
- Fets. F. (1973). *Allegement Methode Der Leibesubungen*. Frankfurt.
- Gossing. S. (1977). *Einfucbrung in Die Spor Didaktik*. Lumpert Vellag Hamburg.
- Roestiyah. NK. 91989). *Didaktik Metodik*. Bina Aksara. Jakarta.
- Sudjana, Nana. (1990). *Penelitian Hasil Belajar*.
- Sudjana, N. Dan Rivai, A. 1990. *Media Pengajaran*. Bandung: Penerbit C. V. Sinar Baru Bandung.
- Slameto .(1995). *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suwirman. (2004). *Buku Ajar Penelitian Dasar*. Padang : Fakultas Ilmu Keolahragaan.