

**MINAT SISWI TERHADAP PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI
OLAHRAGA DAN KESEHATAN SMK NEGERI 6 PADANG**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Departemen Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh :

**Riski Trio Putra
NIM:22087060**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
DEPARTEMENT KEPELATIHAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2026**

JALUR PUBLIKASSI

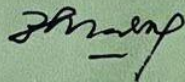
PERSETUJUAN PEMBIMBING

Judul	:Minat Siswi Terhadap Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan SMK Negeri 6 Padang
Nama	:Riski Trio Putra
NIM	:22087060
Program Studi	:Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Departemen	:Kepelatihan
Fakultas	:Ilmu Keolahragaan

Padang, April 2026

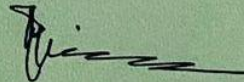
Disetujui oleh

Kepala Departemen Kepelatihan



Prof. Dr. Masrun, M.Kes.AIFO
NIP.196311041987031002

Pembimbing



Prof. Dr. Phil Yanuar Kiram
NIP.195701011984031004

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis skripsi dengan judul **"Minat Siswi Terhadap Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan SMK Negeri 6 Padang"** adalah asli karya saya sendiri,
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan, kecuali pembimbing;
3. Di dalam karya tulis ini terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebut nama pengarang dan dicantumkan pada perpustakaan;
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 karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan yang berlaku.

Padang, April 2026



Riski Trio Putra
NIM/BP : 22087060

ABSTRAK

Riski Trio Putra (2022/22087060), Minat Siswi Terhadap Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Smk Negeri 6 Padang. *Skripsi*. Departemen Kepeleatihan Olahraga. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Padang. 2026

Penelitian ini bertujuan untuk mengukur tingkat minat siswi kelas X Kecantikan SMK N 6 Padang terhadap pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) sebagai faktor keberhasilan dalam pembelajaran.

Jenis penelitian yang digunakan yaitu kuantitatif dengan metode deskriptif. Dengan jumlah populasi sebanyak 1481 siswa dengan jumlah sampel sebanyak 72 siswi yang diambil menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen yang digunakan yaitu angket dengan skala likert yang berjumlah 38 butir pernyataan. Teknik analisis data yang digunakan yaitu analisis deskriptif dalam bentuk persentase.

Hasil penelitian ini menunjukkan minat siswi kelas X Kecantikan dalam mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (PJOK) Di Smk Negeri 6 Padang dengan kategori baik. Secara keseluruhan 80,37% (kategori baik). Diperoleh rata-rata nilai masing-masing indikator yaitu “Perhatian” 78,42% (baik), “Perasaan senang” 82,56% (sangat baik), “Aktivitas” 79,94% (baik), “Peranan guru” 81,81% (sangat baik), “Sarana dan prasarana” 77,60% (baik), “Keluarga” 81,86% (sangat baik). Dapat disimpulkan dari hasil penelitian minat siswi kelas X Kecantikan SMK Negeri 6 Padang terhadap pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tergolong **“Baik”**, sehingga disarankan kepada pihak sekolah agar dapat meningkatkan sarana dan prasarana serta kepada guru agar dapat terus mengembangkan metode pembelajaran yang menarik sehingga dapat meningkatkan minat siswi.

Kata Kunci: (minat siswi, Pembelajaran PJOK)

KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah, penulis ucapkan kehadiran Allah SWT, karena rahmat dan hidayah-nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Minat siswi terhadap pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMK Negeri 6 Padang”.

skripsi ini ditulis untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan pendidikan pada program studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Dalam penyelesaian skripsi ini banyak kendala dan kesulitan yang penulis hadapi. Namun demikian atas karunia Allah SWT dan bimbingan serta bantuan dari semua pihak, Alhamdulillah kendala tersebut dapat diatasi. Sehingga pada kesempatan ini penulisan ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Kepada Kedua orang tua tercinta yaitu ayah Efendi dan ibuk Witnarti yang telah mendoakan penulis dan memberikan semangat serta dukungan moral dan material.
2. Kepada Bapak Prof. Dr. Phil Yanuar Kiram selaku dosen Pembimbing akademik dan skripsi yang telah meluangkan waktu, tenaga, pikiran dan kesabaran untuk membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Kepada Ibu Dr. Suci Nanda Sari M.Pd dan Bapak Dr. Eval Edmizal M.Pd selaku dosen kontributor yang telah meluangkan waktu dan memberikan saran serta masukan dalam penyusunan skripsi ini

4. Kepada Bapak Prof. Dr. Masrun, M.Kes, AIFO selaku kepala Departemen Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, yang telah memberikan dukungan dan fasilitas selama perkuliahan serta membantu dalam proses administrasi di Departemen Pendidikan Kepelatihan
5. Kepada Bapak Prof. Dr. Nurul Ihsan, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan fasilitas dan kesempatan pada penulis dalam perkuliahan.
6. Kepada Ir. Krismadinata, S.T., M.T., Ph.D. Selaku Rektor Universitas Negeri Padang yang telah memberikan dukungan dan fasilitas selama perkuliahan.
7. Kepada Seluruh Bapak/Ibuk Dosen di lingkungan Departemen Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, yang telah memberikan petunjuk diberbagai bidang ilmu yang sangat bermanfaat bagi penulis.

Semoga Allah SWT, membalas kebaikan yang telah diberikan kepada penulis dengan pahala yang berlipat ganda.

Mudah-mudahan skripsi ini dapat menjadi sumbangan pemikiran dalam usaha meningkatkan mutu pendidikan, khususnya Pendidikan Keolahragaan untuk masa depan yang akan datang.

Padang, April 2026

Riski Trio Putra

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Pembatasan Masalah	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II KERANGKA TEORI.....	8
A. Kajian Teori	8
1. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan	8
2. Minat	9
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi minat.....	10
B. Penelitian Relevan.....	13
C. Kerangka Konseptual	15
D. Pertanyaan Penelitian	16
BAB III METODE PENELITIAN	17
A. Desain Penelitian.....	17
B. Tempat Dan Waktu Penelitian	17
C. Populasi dan Sampel	18
D. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data.....	20
1. Instrumen penelitian	20
2. Teknik Pengumpulan Data	21
E. Teknik Analisis Data.....	22

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	24
A. Hasil Penelitian	24
B. Pembahasan.....	36
1. Perhatian.....	37
2. Perasaan Senang.....	37
3. Aktivitas	38
4. Peranan Guru.....	38
5. Sarana Prasarana	39
6. Keluarga	39
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	40
A. Kesimpulan	40
B. Saran.....	40
DAFTAR PUSTAKA	57

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Populasi Siswa/i SMK N 6 Padang.....	18
Tabel 2. Sampel Penelitian.....	20
Tabel 3. Skala Likers.....	21
Tabel 4. Kisi-kisi Instrumen Penelitian.....	22
Tabel 5. Kriteria Penilaian	23
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Perhatian	25
Tabel 7. Distribusi Frekuensi Perasaan Senang	26
Tabel 8. Distribusi Frekuensi Aktivitas	27
Tabel 9. Distribusi Frekuensi Peranan Guru	28
Tabel 10. Distribusi Frekuensi Sarana Prasarana.....	29
Tabel 11. Distribusi Frekuensi Keluarga	30
Tabel 12. Analisis Data Indikator	31

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Konseptual	16
Gambar 2. Diagram Batang Distribusi Perhatian.....	25
Gambar 3. Diagram Batang Distribusi Perasaan Senang.....	26
Gambar 4. Diagram Batang Distribusi Aktivitas	27
Gambar 5. Diagram Batang Distribusi Peranan Guru.....	28
Gambar 6. Diagram Batang Distribusi Sarana Prasarana	29
Gambar 7. Diagram Batang Distribusi Keluarga	30

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Angket Penelitian	41
Lampiran 2. Surat penelitian	44
Lampiran 3. Surat Validator.....	46
Lampiran 4. Dokumentasi Penelitian.....	48
Lampiran 5.Data keseluruhan	50
Lampiran 6. Indikator Perhatian	51
Lampiran 7. Indikator Perasaan Senang.....	52
Lampiran 8. Indikator Aktivitas.....	53
Lampiran 9. Indikator Peranan Guru	54
Lampiran 10. Indikator Sarana Dan Prasarana	55
Lampiran 11. Indikator Keluarga.....	56

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan salah satu bagian dari pendidikan keseluruhan yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis dan emosional yang serasi, selaras dan seimbang. Menurut Sari *et al.*, (2024), PJOK merupakan proses pembelajaran dengan menggunakan aktivitas gerak sebagai sarana untuk mencapai tujuan pendidikannya. PJOK bertujuan membantu peserta didik untuk meningkatkan kebugaran jasmani dan kesehatan melalui pengenalan dan penanaman sikap positif, serta kemampuan gerak melalui aktivitas jasmani. Dengan demikian PJOK dapat meningkatkan kualitas hidup peserta didik sehingga dapat tercapai peserta didik indonesia yang sehat (Yusdianto & Hartati, 2015). PJOK merupakan sebagai dasar dalam membangun kebugaran, ruang gerak dan memiliki keterlibatan yang nyata bagi kesehatan.

Pembelajaran PJOK tidak hanya berfokus pada penguasaan keterampilan gerak, tetapi juga dirancang dapat memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan, aktif, dan bermakna. Melalui bentuk bentuk kegiatan seperti permainan, latihan kebugaran, dan olahraga yang disesuaikan dengan kemampuan peserta didik, pembelajaran PJOK dapat membangun minat, khususnya pada siswi, untuk berpartisipasi secara aktif dalam kegiatan jasmani.

Ketertarikan peserta didik dalam pembelajaran PJOK dapat dilakukan dengan metode yang bermacam-macam, dengan suasana belajar yang

menyenangkan dan kegiatan yang sesuai dengan kebutuhan serta minat peserta didik. Banyak penelitian menunjukkan bahwa peserta didik khususnya siswi cenderung memiliki minat yang lebih tinggi terhadap kegiatan PJOK yang berfokus pada kebugaran dan kesehatan. Jika pembelajaran PJOK dapat memberikan rasa nyaman, aman, dan menyenangkan, maka akan meningkatkan minat peserta didik terhadap mata pelajaran ini.

Tujuan utama dari pembelajaran PJOK yaitu untuk meningkatkan dan mempertahankan kebugaran jasmani peserta didik. Kebugaran jasmani yang baik bisa membuat peserta didik untuk bisa melakukan kegiatan sehari-hari tanpa mengalami kelelahan yang berlebihan dan dapat mendukung kesiapan belajar di sekolah. Melalui pembelajaran PJOK yang tersusun dan berkelanjutan, peserta didik diharapkan dapat mempunyai tingkat kebugaran jasmani yang baik dan membuat kesadaran akan pentingnya kegiatan fisik, serta membiasakan hidup sehat yang dapat dijalankan dalam kehidupan sehari-hari.

Dalam mewujudkan proses pembelajaran yang baik, tidak hanya dibutuhkan penyampaian materi tetapi juga melibatkan komunikasi yang baik antara guru dan peserta didik. Menurut Yusdianto & Hartati, (2015), dalam proses pelaksanaan pembelajaran PJOK sangat diperlukan interaksi yang baik antara guru dengan peserta didik, interaksi tersebut berupa komunikasi timbal balik untuk mencapai tujuan pembelajaran. Namun, kenyataan yang sering terjadi di lapangan banyak ditemui kendala maupun faktor yang mempengaruhi proses pembelajaran.

Salah satu faktor atau kendala yang terjadi yaitu pembelajaran yang berulang dapat menyebabkan siswa merasa bosan. Kurang beragamnya metode pembelajaran dapat menurunkan minat siswa untuk berpartisipasi dalam kegiatan fisik di sekolah, yang mengakibatkan tujuan pembelajaran tidak dapat tercapai dengan maksimal. Menurut Nugraha *et al.*, (2021), minat belajar memiliki peranan yang cukup penting untuk meningkatkan prestasi dalam proses pembelajaran PJOK.

Menurut Rusdi, (2014), minat adalah kecenderungan yang tinggi atau keinginan yang besar terhadap sesuatu. Minat merupakan perasaan senang atau ketertarikan seseorang terhadap kegiatan karena dirinya sendiri tanpa adanya paksaan dari orang lain. Minat mendorong seseorang untuk melakukan suatu tujuan yang ingin dicapai. Dalam proses pembelajaran PJOK, minat muncul karena adanya rasa ketertarikan peserta didik untuk melakukan aktivitas olahraga sehingga pembelajaran berjalan dengan lancar.

Jika minat peserta didik rendah maka prestasinya juga akan rendah, begitupun sebaliknya apabila minat belajar peserta didik tinggi maka prestasi yang dimiliki akan tinggi, baik dalam pembelajaran PJOK maupun pembelajaran lainnya. Menurut Syakur & Nurhayati, (2023), minat belajar peserta didik dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri individu itu sendiri yang berpengaruh terhadap proses pembelajaran. Faktor internal mencakup beberapa bagian seperti perhatian, ketertarikan, motivasi, dan pengetahuan.

Sedangkan faktor eksternal merupakan faktor dari luar diri, dimana faktor ini turut membentuk suasana dan kondisi belajar yang dapat memperkuat atau menghambat proses pembelajaran peserta didik seperti, keluarga (kondisi keluarga, orang tua dan lain sebagainya), sekolah (teknik mengajar, insfrastruktur, dan sarana pembelajaran), dan masyarakat (teman dan pergaulan).

Agar bisa mendapatkan hasil belajar yang baik, maka peserta didik harus memiliki perhatian terhadap apa yang di pelajari, jika cara pembelajaran tidak menjadi perhatian peserta didik maka akan timbul rasa bosan, sehingga peserta didik tidak akan lagi suka dengan pembelajaran. Adapun perasaan senang terhadap mata pembelajaran PJOK akan berpengaruh pada minat peserta didik sehingga peserta didik akan menyukai dan merasakan perasaan senang disaat pembelajaran berlangsung. Aktivitas adalah adanya sebuah kegiatan yang dilakukan oleh seseorang dalam suatu hal, peserta didik yang memiliki rasa ketertarikan akan lebih banyak melakukan kegiatan aktivitas fisik tanpa ada yang menyuruh.

Dalam pengembangan pola berfikir peserta didik, peranan guru diperlukan dalam meningkatkan minat belajar peserta didik dalam pembelajaran dengan adanya aturan dan prinsip dalam kegiatan latihan yang diperoleh pada saat pembelajaran. Adanya sarana dan prasarana mempunyai peran dalam kelancaran proses pembelajaran praktek PJOK yang dilakukan dilingkungan sekolah. Dan peran orangtua juga ikut serta dalam memberikan dukungan belajar pada peserta didik dengan cara memeriksa tugas yang telah diberikan oleh guru serta dapat memberikan pandangan atau arahan agar seorang anak lebih baik lagi dalam belajar.

Berdasarkan hasil pengalaman dan pengamatan selama mengikuti PLK yang dilaksanakan di SMK Negeri 6 Padang, ternyata proses pembelajaran PJOK di SMK N 6 Padang pada kelas X Kecantikan belum sesuai dengan apa yang diharapkan. Jam pembelajaran PJOK di SMK 6 Padang ternyata banyak kelas yang olahraga di waktu yang sama sehingga membuat peserta didik merasa malas berolahraga dan memiliki tempat untuk bergerak menjadi terbatas. Terdapat peserta didik yang merasa senang ketika keluar dari ruang kelas, tetapi setelah dilapangan peserta didik tidak memperlihatkan ketertarikan pada materi pembelajaran tertentu yang diberikan oleh guru, hal ini diperkuat dengan peserta didik yang mengatakan bahwa mereka hanya mengikuti pembelajaran PJOK karena hobi dengan materi tertentu, seperti bulutangkis. Banyak peserta didik yang beralasan sakit perut dikarenakan datang bulan (putri), malas dikarenakan cuaca panas, terkadang banyak peserta didik yang berteduh dibawah pohon sambil mengobrol dengan teman nya saat pembelajaran PJOK berlangsung. Banyaknya peserta didik yang terlambat datang kelapangan dengan alasan tidak membawa pakaian sehingga jam pembelajaran PJOK berkurang. Kurangnya sarana dan prasarana di sekolah membuat peserta didik malas dikarenakan peserta didik selalu rebutan raket yang bagus sedangkan raket yang bagus hanya sedikit, serta semua lapangan masih tanah sehingga jika terjadi hujan maka lapangan tidak bisa dipakai karena tergenang air.

Berdasarkan latar belakang masalah, dilakukan pengamatan untuk mengetahui minat siswi kelas X kecantikan terhadap pembelajaran PJOK di SMK Negeri 6 Padang dengan judul **“Minat Siswi Terhadap Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMK Negeri 6 Padang”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan penjelasan dari latar belakang masalah di atas, maka dapat dijelaskan beberapa variabel yang dapat mempengaruhi peserta didik dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMK Negeri 6 Padang sebagai berikut:

1. Perhatian peserta didik dalam proses pembelajaran.
2. Perasaan senang yang dimiliki peserta didik dalam pelaksanaan proses pembelajaran PJOK
3. Aktivitas dalam mengikuti pembelajaran PJOK.
4. Peranan guru dalam proses belajar mengajar.
5. Sarana dan prasarana yang tersedia di sekolah.
6. Dukungan dari orang tua.
7. Minat peserta didik dalam mengikuti pembelajaran PJOK.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan dari identifikasi masalah yang dijelaskan di atas, maka dari itu peneliti membatasi masalah tersebut pada minat siswi terhadap pembelajaran pendidikan jasmani olahraga kesehatan SMK Negeri 6 padang.

D. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu bagaimana minat siswi kelas X kecantikan SMK Negeri 6 Padang terhadap pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan?.

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui minat siswi kelas X kecantikan terhadap pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMK Negeri 6 Padang.

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan dari tujuan yang telah dijelaskan oleh peneliti di atas, adapun harapan penelitian ini dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

1. Sebagai salah satu syarat yang harus peneliti penuhi untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dalam Fakultas Ilmu Keolahragaan.
2. Kegiatan penelitian ini akan menjadi pengalaman yang berharga bagi peneliti dan peneliti mendapatkan jawaban yang tepat mengenai masalah yang berkaitan dengan judul penelitian.
3. Bagi peserta didik, penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan minat peserta didik dalam mengikuti pembelajaran PJOK.
4. Bagi guru, diharapkan penelitian ini dapat menambah keterampilan dalam mengajar peserta didik dan dapat meningkatkan minat dalam mengikuti pembelajaran PJOK.
5. Bagi sekolah, sebagai bahan evaluasi proses belajar mengajar PJOK.
6. Sebagai bahan tambahan pengetahuan bagi mahasiswa FIK UNP khususnya prodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga.
7. Bagi peneliti berikutnya, diharapkan sebagai bahan referensi jika mengambil judul dengan permasalahan yang sama.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dengan tujuan untuk mengetahui bagaimana minat siswa kelas X Kecantikan dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMK Negeri 6 Padang, maka dapat diambil kesimpulan bahwa minat siswa kelas X Kecantikan dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMK Negeri 6 Padang adalah dalam kategori baik.

Hasil penelitian ini sebagai evaluasi guru terhadap tingkat minat belajar siswa mengikuti pembelajaran PJOK. Dengan hasil ini dapat sebagai acuan bagi guru agar dapat menentukan tindakan berdasarkan hasil penelitian tersebut.

B. Saran

Hasil dari penelitian dan kesimpulan di atas, maka penulis mengajukan saran-saran sebagai berikut:

1. Penulis memberikan saran kepada guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan diharapkan melakukan tindakan atas dasar hasil penelitian untuk meningkatkan minat belajar dan prestasi belajar siswa.
2. Sekolah diharapkan mampu meningkatkan kualitas fasilitas agar guru dapat mempersiapkan pembelajaran dengan sebaik mungkin.
3. Sekolah harus mampu menumbuhkan minat belajar siswa dengan meningkatkan faktor-faktor yang mempengaruhi minat belajar siswa