

**STUDI TENTANG PROSES PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA
DAN KESEHATAN DI SMP NEGERI 24 KERINCI**

SKRIPSI

*Diajukan Sebagai Salah Satu Persyaratan Guna Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan Pada Jurusan Pendidikan Olahraga
Universitas Negeri Padang*



**FEBI DELPA YUSRI
NIM. 14086294**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2018**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Studi Tentang Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga
Dan Kesehatan Di SMP Negeri 24 Kerinci
Nama : Febi Delpa Yusri
NIM : 14086294
Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Mengetahui
Ketua Jurusan



Drs. Zarwan, M.Kes
NIP. 19611230 198803 1 003

Padang, Juli 2018
Pembimbing



Sri Gusti Handayani, S.Pd, M.Pd
NIP. 19880616 201212 2 001

HALAMAN 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 : Studi Tentang Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani
Olahraga Dan Kesehatan Di SMP Negeri 24 Kerinci

Nama : Febi Delpa Yusri
NIM : 14086294
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Juli 2018

Tim Penguji:

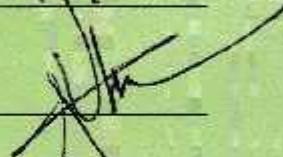
Nama

Tanda Tangan

1. Ketua : Sri Gusti Handayani, S. Pd, M.Pd

1. 

2. Anggota : Drs. Ali Asmi, M. Pd

2. 

3. Anggota : Drs. Zulman, M. Pd

3. 

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul " Studi Tentang Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di SMP Negeri 24 Kerinci" adalah hasil karya saya sendiri;
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing;
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan di 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 hukum yang berlaku.

Padang, Juli 2018

Yang membuat pernyataan



Febi Delpa Yustri
NIM. 2014/14086294

ABSTRAK

Febi Delpa Yusri (2018): Studi Tentang Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Di SMP Negeri 24 Kerinci.

Penelitian ini berawal dari pengamatan penulis terhadap siswa SMP Negeri 24 Kerinci, kurang terlaksananya pembelajaran penjasorkes. Faktor yang diduga sebagai penyebabnya adalah kemampuan guru penjasorkes, dan disiplin siswa. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana kemampuan guru penjasorkes, dan disiplin siswa dalam proses pembelajaran penjasorkes di SMP Negeri 24 Kerinci.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII, VIII, dan IX SMP Negeri 24 Kerinci yang berjumlah 129 orang. Penarikan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* dimana dalam penelitian ini sampel seluruh siswa kelas VIII saja yang jumlahnya 56 orang siswa. Tempat penelitian di SMP Negeri 24 Kerinci. Penelitian ini tergolong penelitian deskriptif. Pengumpulan data dari penelitian ini yaitu menggunakan angket yang dibuat berdasarkan skala likers dan data sekunder dari arsip sekolah. Alat pengumpulan data adalah angket. Analisis data penelitian menggunakan teknik distribusi frekuensi (statistik deskriptif) dengan perhitungan persentase $P = \frac{F}{N} \times 100\%$.

Data analisis dengan statistik deskriptif. Hasil penelitian menyatakan: (1) kemampuan guru penjasorkes dalam proses pembelajaran penjasorkes dengan ketercapaian skor sebesar 73.6% berada pada kategori cukup, (2) disiplin siswa dalam proses pembelajaran penjasorkes dengan ketercapaian skor sebesar 75.4 % berada pada kategori cukup.

Kata Kunci: Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji dan syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Studi tentang Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMP Negeri 24 Kerinci.”**

Penulisan skripsi ini selain bertujuan untuk melengkapi salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan pada jurusan pendidikan olahraga fakultas ilmu keolahragaan universitas negeri padang, disamping itu juga untuk mengetahui proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMP 24 Kerinci.

Penulis menyadari bahwa penulisan ini jauh dari kesempurnaan dan harapan. Hal tersebut disebabkan oleh keterbatasan kemampuan penulis sendiri dalam menyelesaikan skripsi ini. Maka dari itu penulis sangat mengharapkan kritik yang sehat dan masukan-masukan yang sifatnya membangun dari semua pihak, guna kesempurnaan skripsi ini.

Dalam pelaksanaan penulisan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak baik berorangan maupun badan-badan terkait yang telah memberikan bantuan dan bimbingan sampai selesainya skripsi ini.

Secara khusus penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Yang tercinta Ayahanda dan ibunda saya yang selalu memberikan semangat, doa dan dukungan baik secara moril maupun materil dalam menyelesaikan skripsi ini.

2. Drs. Zalfendi, M.kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan izin kuliah di FIK-UNP.
3. Drs. Zarwan, M.Kes selaku ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Universitas Negeri Padang yang telah memberikan kemudahan dan pelayanan yang optimal.
4. Ibuk Sri Gusti Handayani, S.Pd, M.Pd selaku pembimbing yang telah banyak memberikan bimbingan, nasehat pemikiran dan pengarahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Drs. Ali Asmi, M.Pd, Drs. Zulman, M.Pd, selaku tim penguji yang telah memberikan masukan, nasehat dalam penyelesaian skripsi ini.
6. Bapak dan ibuk staf pengajar di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat selama masa perkuliahan.
7. Kepala sekolah SMP Negeri 24 Kerinci yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian ini.
8. Siswa SMP Negeri 24 Kerinci yang telah bersedia menjadi sampel dalam penelitian ini.
9. Kepada teman-teman Pendidikan Olahraga BP 2014 serta teman-teman dekat yang tidak bisa di sebutkan satu persatu yang telah memotivasi penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Akhirnya kata hanya kepada Allah SWT tempat menyerahkan diri semoga penulisan skripsi ini dapat diterima sebagai amalan yang mendapatkan Ridho-nya serta berguna bagi yang membaca.

Padang, Juli 2018

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II KAJIAN TEORITIS	
A. Kajian Teori	7
1. Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan...	7
2. Kedisiplinan	22
B. Kerangka konseptual	37
C. Pertanyaan Penelitian	38
BAB III METEDOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	39
B. Tempat dan Waktu Penelitian	39
C. Populasi dan Sampel	39
D. Jenis dan Sumber Data	41
E. Teknik dan Alat Pengumpulan Data	41
F. Instrumen Penelitian	42
G. Teknik Analisis Data	42

BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Hasil Penelitian	44
B. Pembahasan.....	50
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	52
B. Saran.....	52
DAFTAR PUSTAKA	57
LAMPIRAN.....	59

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Siswa SMP Negeri 24 Kerinci.....	40
2. Alternatif Jawaban	42
3. Kriteria Penapsiran Persentase	43
4. Distribusi Frekuensi variabel kemampuan guru penjasorkes.....	46
5. Skor Variabel Kemampuan Guru Penjasorkes.....	47
6. Distribusi Frekuensi Variabel Disiplin Siswa	48
7. Skor Variabel Disiplin Siswa	49

DAFTAR GAMBAR

Tabel	Halaman
1. Kerangka Konseptual	38
2. Histogram Skor variabel Kemampuan Guru Penjasorkes.....	47
3. Histogram Skor Variabel Disiplin Siswa	49

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Kisi-kisi Angket Penilaian	59
2. Angket Penelitian kemampuan guru penjasorkes	60
3. Angket penelitian disiplin siswa	64
4. Lembaran Observasi Disiplin Siswa	65
5. Data Mentah Variabel kemampuan Guru Penjasorkes	65
6. Data Mentah Observasi Disiplin Siswa SMP Negeri 24 Kerinci	67
7. Data Mentah Disiplin Siswa SMP Negeri 24 Kerinci.....	70
8. Dokumentasi Peneltian.....	71

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari sistem pendidikan, dengan aktifitas jasmani sebagai media pendidikan. Namun demikian, bukan berarti bahwa pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang hanya bertujuan untuk mengembangkan kemampuan jasmani anak, melainkan melalui aktifitas jasmani secara multilateral dikembangkan pula potensi kognitif dan afektif siswa. Dalam pelaksanaannya menggunakan aktifitas gerak sebagai sarana untuk mencapainya.

Tujuan mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan menurut Depdiknas (2003 :155), 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 dan kesehatan. 5) Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerja sama, 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.

Gerak atau aktifitas jasmani adalah dasar bagi manusia untuk mengenal dunia dan dirinya sendiri yang secara alami berkembang searah dengan perkembangan zaman. Selama ini telah terjadi kecenderungan dalam

memberikan makna mutu pendidikan yang hanya dikaitkan dengan aspek kemampuan kognitif. Pandangan ini telah membawa akibat terbaikannya aspek-aspek moral, akhlak, budi pekerti, psikomotor serta *life skill*. Dengan diterbitkannya Undang-Undang nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional dan Peraturan Pemerintah nomor 19 tahun 2005 tentang Standarisasi Nasional Pendidikan akan memberikan peluang untuk menyempurnakan kurikulum yang komprehensif dalam rangka mencapai tujuan Pendidikan Nasional.

Pembelajaran penjasorkes merupakan pendidikan melalui aktivitas fisik yang mengarah kepada kebugaran jasmani, pembentukan mental dan emosional. Dimana pendidikan jasmani mempelajari hubungan antara gerakan tubuh manusia dengan pikiran dan jiwa. Adapun dalam penerapan pembelajaran penjas ini, dapat berjalan dengan baik apabila dilaksanakan sesuai dengan prosedur atau aturan-aturan yang mengikat agar tercapai dari tujuan dari pembelajaran tersebut. Aturan-aturan itu berkaitan erat dengan kedisiplinan. Apabila kedisiplinan diabaikan maka aturan-aturan itu susah ditegakkan sehingga tujuan pembelajaran tidak tercapai.

Berdasarkan observasi di SMP Negeri 24 Kerinci Diduga proses pembelajaran penjasorkes belum berjalan sebagaimana mestinya. Kurang terlaksananya pembelajaran penjasorkes tersebut diduga karena kurangnya kemampuan guru dalam merencanakan program pengajaran, guru kurang mempunyai persiapan pembelajaran serta proses pembelajaran yang diberikan oleh guru sangat monoton. Sebagai contoh, pelajaran penjasorkes yang

diberikan oleh guru setiap pembelajarannya bagi siswa laki-laki hanya sepak bola sedang bagi siswa perempuan hanya badminton dan itu diulang-ulang terus sampai siswa terlihat bosan. Kemampuan guru dalam proses belajar mengajar juga sangat mempengaruhi anak didik karena guru merupakan contoh bagi anak didik untuk melakukan sesuatu yang belum di ketahuinya, seperti gerakan-gerakan atau teknik dalam cabang olahraga tertentu, sehingga guru harus memiliki kemampuan untuk dapat memberikan contoh kepada anak didiknya. Serta sarana dan prasarana yang tersedia belum lengkap seperti alat-alat olahraga dan lapangan olahraga yang kurang dan ruang ganti pakaian yang kurang sehingga pada saat siswa mengganti baju akan memakan waktu pembelajaran.

Penulis juga melihat bahwa kurangnya perhatian kepala sekolah terhadap kinerja guru penjasorkes dalam pembelajaran. Hal ini terlihat dengan tidak memberi teguran kepada guru yang terlambat.

Hal lain terlihat dari para siswa masih ada yang terlambat berkumpul di lapangan. Siswa tidak tepat waktu dalam mengumpulkan tugas. Siswa tidak mengerjakan tugas karena teman-temannya juga tidak mengerjakan tugas, dan ada juga yang tidak membawa pakaian olahraga pada saat jam pembelajaran penjasorkes. Kedisiplinan sangat erat kaitannya dengan lingkungan tempat tinggal. Jika lingkungan tempat tinggal anak baik dan memiliki kegiatan-kegiatan yang positif maka anak akan terbiasa dengan hal yang positif, begitu juga sebaliknya apabila lingkungan anak di kelilingi oleh orang yang minim pengetahuan maka anak tidak begitu memperdulikan sekolahnya karena anak

sangat rentan dengan apa yang dilakukan di lingkungan sekitarnya. Dan perhatian orang tua kepada kegiatan anaknya sangat penting, karena orang tua merupakan sosok yang harus bisa mengatur kegiatan anaknya supaya anak bisa membiasakan disiplin dalam berbagai hal.

Dilihat dari masalah yang muncul, maka dapat dikatakan bahwa pelaksanaan pendidikan jasmani belum berjalan efektif sesuai dengan tujuan yang akan dicapai. Dengan keadaan yang demikian maka tujuan pendidikan jasmani akan sulit tercapai. Karena diharapkan dengan mempelajari penjasorkes dapat menimbulkan nilai-nilai positif dalam kepribadian siswa. Selain itu untuk mendapatkan tujuan penjas yang diharapkan maka seorang guru harus mampu mengajarkan penjasorkes dengan baik kepada siswa.

Berdasarkan studi awal yang penulis lakukan dilapangan ketika siswa belajar mata pelajaran penjasorkes tersebut, peneliti beranggapan sepertinya pembelajaran penjasorkes di SMP Negeri 24 Kerinci tidak berjalan efektif, benar atau tidak anggapan penulis diperlukan suatu kajian secara mendalam. Oleh sebab itu pada kesempatan ini penulis tertarik untuk melakukan suatu penelitian, dengan judul “Studi Tentang Proses Pembelajaran Penjasorkes di SMP Negeri 24 Kerinci”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan masalah di lapangan bahwa dalam proses belajar mengajar di SMP Negeri 24 Kerinci dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain:

1. Kemampuan Guru
2. Siswa
3. Kepala Sekolah
4. Lingkungan
5. Orang tua
6. Sarana dan prasarana
7. Disiplin Siswa

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas banyak faktor yang mempengaruhi proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Mengingat luasnya faktor yang mempengaruhi pelaksanaan pembelajaran dan keterbatasan yang ada maka penulis perlu membatasi faktor yang berkemungkinan mempengaruhi pelaksanaan penjasorkes yaitu:

1. Kemampuan guru penjasorkes
2. Disiplin siswa dalam pembelajaran penjasorkes.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas dapat dirumuskan permasalahan dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana kemampuan guru penjasorkes dalam mengajarkan Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMP Negeri 24 Kerinci?
2. Bagaimana disiplin siswa dalam Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan di SMP Negeri 24 Kerinci?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian dalam penelitian ini adalah:

1. Mengetahui kemampuan guru penjasorkes dalam mengajarkan pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan di SMP Negeri 24 Kerinci.
2. Mengetahui Tingkat disiplin siswa dalam proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan di SMP Negeri 24 Kerinci.

F. Manfaat Penelitian

Bertitik tolak dari tujuan penelitian ini, maka penelitian ini dapat berguna untuk:

1. Peneliti, Sebagai Salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana Pendidikan pada Program Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan.
2. Sebagai bahan masukan bagi wawasan penulis dibidang penjasorkes khususnya dalam aktifitas penjasorkes terhadap kedisiplinan.
3. Untuk memperbaiki dan meningkatkan efektifitas pelaksanaan proses aktivitas pembelajaran Penjasorkes khususnya di SMP Negeri 24 Kerinci.
4. Sebagai bahan pertimbangan bagi sekolah dalam meningkatkan pembelajaran penjasorkes dan kedisiplinan siswa khususnya dalam pembelajaran penjasorkes.
5. Sebagai bahan masukan bagi guru penjasorkes untuk meningkatkan proses pembelajaran penjasorkes dan kedisiplinan anak dalam belajar.
6. Perpustakaan, sebagai bahan pertimbangan dan masukan bagi peneliti lain.