

**TINJAUAN PELAKSANAAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN
JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SMPN
KECAMATAN SUNGAI LIMAU**

SKRIPSI

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



Oleh

**ADAM SUBUH ZULHERI
NIM. 1303077**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2017**

PERSETUJUAN SKRIPSI

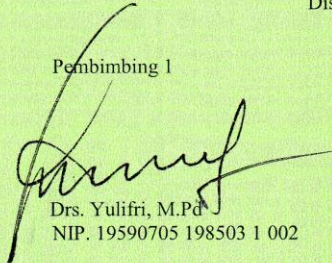
TINJAUAN PELAKSANAAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA
DAN KESEHATAN DI SMPN KECAMATAN SUNGAI LIMAU

Nama : Adam Subuh Zulheri
NIM : 1303077
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Agustus 2017

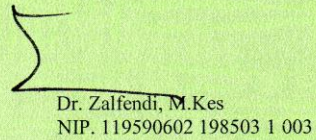
Disetujui Oleh :

Pembimbing 1



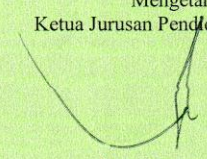
Drs. Yulifri, M.Pd
NIP. 19590705 198503 1 002

Pembimbing 2



Dr. Zalfendi, M.Kes
NIP. 119590602 198503 1 003

Mengetahui,
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



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

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di depan Tim Penguji
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

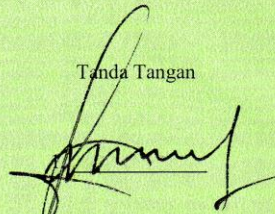
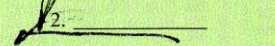
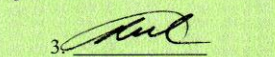
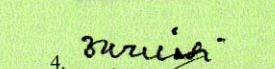

Judul : Tinjauan Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan
Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMPN
Kecamatan Sungai Limau
Nama : Adam Subuh Zulheri
Nim : 1303077
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Agustus 2017

Tim Penguji

Tanda Tangan

1. Ketua : Drs. Yulifri, M.Pd
2. Sekretaris : Dr. Zalfendi, M.Kes
3. Anggota : Dr. Erizal N, M.Pd
4. Anggota : Dr. Willadi Rasyid, M.Pd
5. Anggota : Drs. Suwirman, M.Pd

1. 
2. 
3. 
4. 
5. 

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي هَدَانَا لِهَذَا وَمَا كُنَّا لِنَشْكُرَهُ إِلَّا بِرَحْمَةِ اللَّهِ وَبَرَكَاتِهِ

Alhamdulillahirabbil' alamin...

Secercah harapan ku genggam, sepenggal asa telah ku raih dan sebagian jalan ku telah terang.

Terima Kasih Ya Allah....

Aku berharap pada-Mu untuk slalu mengiringi dan menuntun di setiap langkah ku.

Ku persembahkan sebuah karya kecil ini sebagai unjukan rasa hormat, simpati, sayang dan terima kasih ku, atas bantuan do'a yang mengiringi langkah perjuanganku, untuk orang-orang yang ada di dekat ku Ayah (Zulheri), Ibu (Herliani), kakakku (Dela Pramita Zeha) dan adikku (Nata Tise Zeha). Dan juga seluruh keluarga yang berada dikampung yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

Kasih sayang dan do'a yang diberikan kepada ku begitu tulus
Semoga atas do'a dan restu mu, pengorbanan dan kasih sayang yang telah Ayah dan Ibu berikan untuk ku, yang masih ku rasakan sampai detik ini menjadi amal dan ibadah di sisi Alah SWT.

Terima kasih kepada dosen PA sekaligus selaku pembimbing satu (Drs. Yulifri, M.Pd), dan pembimbing ke dua, (Dr. Zalfendi, M.Kes.) yang telah membimbing saya dalam menyusun laporan karya akhir dari awal sampai akhir terlaksananya ujian kompre. Tak lupa pula saya ucapkan terima kasih kepada ketiga dosen penguji, Dr. Erizal N, M.Pd, Dr. Willadi Rasyid, M.Pd, Drs. Suwirman M.Pd yang telah membimbing saya saat perbaikan setelah ujian kompre.

Terakhir

"Teman-teman seperjuangan"

Angkatan 38, Anggota Menwa, Teman-teman team Kerapae oleang dan semua teman-teman yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Semua hal yang telah kita lalui bersama,
baik itu yang membuat kita sedih, bahagia, tertawa, menangis.
Semoga itu takkan pernah berakhir dan terima kasih atas bantuannya baik dalam memberi nasehat, saran dalam membuat Laporan Skripsi.

By



Adam Subuh Zulheri

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Adam Subuh Zulheri
NIM : 1303077
Prodi/Jurusan : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi/Pendidikan
Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya dengan judul **“Tinjauan Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan di SMPN Kecamatan Sungai Limau”** ini adalah asli hasil karya atau penelitian saya sendiri dan bukan plagiasi dari hasil karya orang lain.



Padang, Agustus 2017

Adam Subuh Zulheri
NIM. 1303077

ABSTRAK

Adam Subuh Zulheri (2017) : Tinjauan Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMPN Kecamatan Sungai Limau

Masalah dalam penelitian ini adalah belum terlaksananya pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMPN Kecamatan Sungai Limau sebagaimana mestinya, hal ini mungkin disebabkan oleh beberapa faktor seperti guru olahraga menyuruh peserta didik berolahraga tanpa memperhatikan apa yang dikerjakan peserta didik tersebut. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMPN Kecamatan Sungai Limau.

Penelitian ini bersifat deskriptif. Populasi penelitian adalah guru di SMPN Kecamatan Sungai Limau dengan jumlah 5 sekolah dengan jumlah guru pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sebanyak 7 orang. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan cara *Purposive Sampling*, sehingga sampel berjumlah 5 orang guru. Pengambilan data dilakukan dengan cara peneliti mengamati dengan cara menilai/mengisi angket yang dirancang sedemikian rupa sehingga bisa menyebabkan informasi yang lebih objektif dari responden. Analisis data penelitian menggunakan teknik distribusi frekwensi (statistik deskriptif) dengan perhitungan persentase $P = F/N \times 100\%$.

Hasil analisis data diperoleh bahwa indikator pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMPN Kecamatan Sungai Limau dengan tingkat pencapaian 58,83%, tergolong cukup baik.

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji dan syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada penulis, sehingga telah dapat menyelesaikan penulisan proposal penelitian ini yang berjudul “**Tinjauan Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMPN Kecamatan Sungai Limau**”. Proposal penelitian ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu pada Jurusan Pendidikan Keperawatan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Dalam penulisan proposal penelitian ini, penulis telah banyak mendapat bantuan dan dorongan baik materil maupun moril dari berbagai pihak. Sehingga dengan itu pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Drs. Zarwan, M.Kes, dan Dr. Nurul Ihsan, M.Pd, selaku ketua dan sekretaris Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Drs. Yulifri, M.Pd, selaku Penasehat Akademik (PA) sekaligus pembimbing I dan bapak Dr. Zalfendi, M.Kes, sebagai pembimbing II, dengan tulus ikhlas seta sepehuh hati telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, pemikiran dan pengetahuan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan proposal penelitian ini.
3. Bapak Dr. Erizal N, M.Pd, bapak Dr. Williadi Rasyid, M.Pd dan bapak Drs. Suwirman, M.Pd Selaku tim penguji yang telah memberikan kritik dan saran untuk perbaikan proposal penelitian ini.
4. Teman-teman mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan bantuan moril kepada penulis.
5. Teristimewa kepada keluarga besar yang telah memberikan dukungan moril maupun materil serta do'a yang selalu mengiringi kegiatan ini.

Semoga apa yang telah diberikan kepada bapak/ibu dan teman-teman mendapat balasan yang berlipat ganda dari Allah SWT.

Akhirnya penulis menyadari bahwa proposal penelitian ini jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak, sehingga proposal penelitian ini bermanfaat bagi kita semua khususnya pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di Kecamatan Sungai Limau.

Padang, Agustus 2017

Adam Subuh Zulheri

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii

BAB 1 PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	6
D. Perumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian	6

BAB II TINJUAN PUSTAKA

A. Kajian Teori.....	8
1. Hakekat Penjasorkes	8
2. Perencanaan Pembelajaran.....	14
3. Pelaksanaan Pembelajaran	20
4. Evaluasi Pembelajaran	31
B. Kerangka Konseptual	34

C. Pertanyaan Penelitian	35
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis, Tempat dan Waktu Penelitian	36
B. Populasi dan Sampel.....	37
C. Jenis dan Sumber Data	38
F. Teknik dan Alat Pengumpulan Data	39
G. Teknik Analisis Data.....	40
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data.....	42
B. Pembahasan	43
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	49
B. Saran	49
DAFTAR PUSTAKA.....	51
DAFTAR LAMPIRAN.....	53

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Jumlah Populasi Guru Penjasorkes Di SMPN Kecamatan Sungai Limau.....	37
2. Nilai Jawaban dari Pembobotan Skala Linkert	39
3. Kisi-Kisi Instrument Penelitian.....	40
4. Klasifikasi Tingkat Capaian Responden	40
5. Distribusi Frekwensi Indikator Pelaksanaan Pembelajaran	42

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konseptual	34
2. Histogram Distribusi Frekwensi Indikator Pelaksanaan Pembelajaran.....	43

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Kisi-Kisi Instrumen Penelitian	53
2. Instrumen Penilaian Perencanaan Pembelajaran.....	54
3. Data Mentah Hasil Tinjauan Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Di SMPN Kecamatan Sungai Limau	56
4. Surat Izin Penelitian Dari Fakultas	57
5. Surat Izin Penelitian Dari Kesbangpol	58
6. Surat Balasan/Telah Melakukan Penelitian	59
7. Dokumentasi	61

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan bagian integral dalam pembangunan. Proses pendidikan tidak dapat dipisahkan dari proses pembangunan itu sendiri. Pembangunan diarahkan dan bertujuan untuk mengembangkan sumber daya manusia yang berkualitas dan pembangunan sektor ekonomi, yang satu dengan yang lainnya saling berkaitan dan berlangsung dengan bersamaan. Manusia yang berkualitas itu, dilihat dari segi pendidikan, telah terkandung secara jelas dalam tujuan pendidikan nasional. Dapat dilihat dari Undang-undang RI Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sisdiknas (Sistem Pendidikan Nasional), Pasal 1 ayat (1), yaitu

“ Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spritual keagamaan serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat bangsa dan negara”.

Berdasarkan kutipan di atas, maka dapat dikatakan bahwa pendidikan akan mendorong manusia untuk belajar secara aktif, mandiri dan memberdayakan semua potensi yang ada dalam dirinya. Dengan “usaha sadar” dimaksudkan, bahwa pendidikan diselenggarakan berdasarkan

rencana yang matang, mantap, jelas, menyeluruh, berdasarkan pemikiran rasional dan objektif.

Dalam proses pelaksanaan pembelajaran di segala jenjang pendidikan pada hakikatnya sama bertujuan untuk meningkatkan kualitas manusia di berbagai aspek. Dalam meningkatkan kualitas pendidikan, pemerintah telah melakukan berbagai usaha diantaranya menjadikan PJOK sebagai salah satu mata pelajaran yang diberikan pada lembaga-lembaga pendidikan, mulai dari kanak-kanak sampai perguruan tinggi, baik secara formal maupun non formal.

PJOK merupakan bagian tak terpisahkan dari pendidikan umum. Tujuannya adalah untuk membantu anak agar tumbuh dan berkembang secara wajar sesuai dengan tujuan pendidikan nasional, yaitu menjadi manusia Indonesia seutuhnya. Menurut Husdarta dalam Paturusi (2012:4), bahwa pencapaian tujuan tersebut berpangkal pada perencanaan pengalaman gerak yang sesuai dengan karakteristik anak. Selain itu, PJOK bertujuan untuk membantu siswa dalam meningkatkan kesegaran jasmani melalui pengenalan dan menanamkan sikap positif serta kemampuan gerak dari aktifitas jasmani.

PJOK pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas fisik (jasmani) dan olahraga untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental serta emosional. PJOK memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh,

mahluk total, dari pada hanya menganggapnya seorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya.

Pada saat ini banyak dihadapi permasalahan dalam pelaksanaan pembelajaran PJOK di sekolah. Permasalahan ini mempunyai dampak negatif, untuk itu guru maupun kepala sekolah diperlukan mengatasi masalah ini dengan serius. Hal ini merupakan unsur penting yang dibahas yang berdampak positif bagi peningkatan kualitas pendidikan terutama pada PJOK.

Dalam pembelajaran di sekolah kegagalan atau keberhasilan dalam proses belajar mengajar sangat tergantung pada guru karena guru merupakan sosok yang paling banyak berinteraksi dengan peserta didik dibandingkan dengan personil sekolah lainnya. Keberadaan guru berpengaruh kepada pembentukan kualitas peserta didik. Guru merupakan kunci yang menentukan serta menggerakkan berbagai komponen dan dimensi sekolah yang lain. Dalam posisi tersebut, baik buruknya komponen sekolah yang lain sangat ditentukan oleh kualitas guru tanpa mengurangi arti penting tenaga kependidikan lainnya.

Dengan demikian guru dituntut untuk membuktikan profesionalismenya, mereka dituntut untuk mengembangkan RPP berdasarkan KD yang dapat digali dan dikembangkan oleh peserta didik. Guru harus mampu mengembangkan potensi diri, bakat, dan minat peserta didik sehingga mampu mencari dan menemukan makna dari apa yang

dipelajari. Guru harus mampu juga menyusun suatu rencana pelaksanaan pembelajaran, melaksanakannya dan melakukan evaluasi dalam pembelajaran. Menurut Mulyasa (2009:4) “tugas guru bukan menjelaskan materi kepada peserta didik melalui berbagai ilmu pengetahuan, tetapi mereka berfungsi sebagai motivator, mediator, dan fasilitator pembelajaran.”

Berdasarkan observasi yang dilakukan penulis di beberapa SMPN Kecamatan Sungai Limau penulis melihat guru olahraga menyuruh peserta didik berolahraga tanpa memperhatikan apa yang dikerjakan peserta didik tersebut. Hal ini menyebabkan peserta didik bermain olahraga dengan tidak menggunakan materi ajar yang sesuai dengan program pembelajaran yang sudah direncanakan sebelumnya. Kemudian penulis bertanya kepada salah satu guru yang menyatakan kalau guru mengajar hanya mengajar apa yang diingat saja tanpa memperhatikan rencana-rencana pembelajaran sebelumnya.

Kemudian pada saat PJOK berlangsung ditemukan peserta didik yang tidak aktif mengikuti pembelajaran rata-rata banyak peserta didik keluyuran duduk di kantin sekolah, walaupun hanya beberapa peserta didik saja. Hal ini membuat motivasi peserta didik menurun. Peserta didik terlihat mengantuk dan menguap dengan mengemukakan berbagai alasan karena sakit, malas berkeringat serta takut panas dan sebagainya. Walaupun demikian, ada juga peserta didik yang semangat dalam belajar pada jam pelajaran terakhir karena gurunya energik, humoris, dan pandai dalam penguasaan kelas.

Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu Kepsek di SMPN Kecamatan Sungai Limau didapatkan informasi bahwa guru jarang masuk ke sekolah ketika mengajar karena sudah merasa bosan dan malas. Sehingga pada saat jam pelajaran berlangsung peserta didik tidak berolahraga dan peserta didik akhirnya melakukan aktifitas lain.

Berdasarkan uraian di atas mengenai pelaksanaan pembelajaran ditentukan oleh berbagai faktor. Menurut peneliti perlu dilakukan penelitian secara ilmiah yang dapat mengungkap permasalahan mengenai pelaksanaan proses belajar mengajar di sekolah. Berdasarkan fenomena di atas maka peneliti memberi judul penelitian ini adalah “ *Tinjauan Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Di SMPN Kecamatan Sungai Limau.*”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka masalah yang akan dibahas dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Kemampuan guru dalam merencanakan pembelajaran
2. Kemampuan guru dalam melaksanakan pembelajaran
3. Kemampuan guru dalam mengevaluasi pembelajaran
4. Sarana dan Prasarana Penjasorkes
5. Media pembelajaran
6. Metode pembelajaran

C. Pembatasan Masalah

Dapat diketahui bahwa permasalahan dalam penelitian ini sangat luas. Oleh sebab itu, penulis menyadari dengan keterbatasan kemampuan, waktu, dan tenaga yang dimiliki, maka masalah penelitian ini terbatas hanya menyangkut kemampuan guru dalam melaksanakan pembelajaran.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah, maka perumusan masalah penelitian ini adalah bagaimanakah guru dalam melaksanakan proses belajar mengajar penjasorkes di SMPN Kecamatan Sungai Limau?

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana guru dalam melaksanakan pembelajaran penjasorkes di SMPN Kecamatan Sungai Limau.

F. Manfaat Penelitian

Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan yang berguna :

1. Bagi penulis sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan
2. Bagi penulis dengan adanya penelitian ini akan menambah wawasan, pengetahuan, dan pengalaman tersendiri dalam penelitian ini
3. Bagi kepala sekolah, dapat dijadikan sebagai bahan masukan untuk guru dalam menciptakan strategi pembelajaran yang dapat mengembangkan motivasi belajar peserta didik
4. Bagi guru pembimbing, sebagai informasi tentang pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, sehingga dapat

menyusun dan mengembangkan program sesuai dengan permasalahan yang dialami oleh peserta didik

5. Bahan bacaan di perpustakaan