

**HUBUNGAN TINGKAT KESEGRAN JASMANI TERHADAP
PRESTASI BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI
SISWA KELAS VII SMPN 4 PINGGIR
KABUPATEN BENGKALIS**

SKRIPSI

*Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Guna Mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan
Di Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Universitas Islam Riau*



Oleh :

KUSWANDI
NPM : 146610371

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS ISLAM RIAU
PEKANBARU
2018**

PENGESAHAN SKRIPSI

JUDUL

**HUBUNGAN TINGKAT KESEGERAN JASMANI TERHADAP
PRESTASI BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI SISWA
KELAS VII SMPN 4 PINGGIR**

Dipersiapkan oleh :

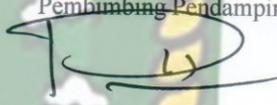
Nama : Kuswandi
Npm : 146610371
Program studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Fakultas : Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Jenjang Pendidikan : Strata Satu (S1)

TEAM PEMBIMBING

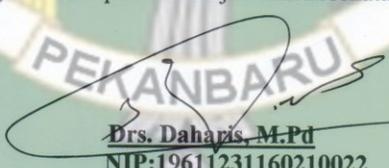
Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping


M. Fransazeli, M.Pd
NPK.150202030
NIDN. 0212128702


Novri Gazali, M.Pd
NPK.15DK118702
NIDN. 1017118702

Mengetahui,
Ketua program studi pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi


Drs. Daharis, M.Pd
NIP:19611231160210022
NIDN:020046109

Skripsi Ini Telah Diterima Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana
pendidikan Di Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau
Wakil Dekan Bidang Akademik


Dr. Sri Amnah, S.Pd., M.Pd
NIP : 197010071998032002
NIDN : 0007107005

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama : Kuswandi
Npm : 146610371
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Fakultas : Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Judul : Hubungan Tingkat Kesegaran Jasmani Terhadap Prestasi Belajar Pendidikan Jasmani Siswa Kelas VII SMPN 4 Pinggir

Disetujui Oleh

Pembimbing Utama



M. Fransazeli, M.Pd
NPK.150202030
NIDN. 0212128702

Pembimbing Pendamping



Novri Gazali, M.Pd
NPK.15DK118702
NIDN. 1017118702

Mengetahui,

Ketua program studi pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi
Fakultas keguruan dan ilmu pendidikan
Universitas islam riau



Drs. Daharis, M.Pd
NIP:19611231160210022
NIDN:020046109

SURAT KETERANGAN

Kami pembimbing skripsi dengan ini menerangkan bahwa mahasiswi dibawah ini :

Nama : Kuswandi
Npm : 146610371
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Fakultas : Keguruan Dan Ilmu Pendidikan

Telah selesai menyusun Skripsi dengan judul : Hubungan Tingkat Kebugaran Jasmani Terhadap Prestasi Belajar Pendidikan Jasmani Siswa Kelas VII SMPN 4 Pinggir, dan siap diujikan

Demikianlah surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pembimbing Utama



M. Fransazeli, M.Pd
NPK.150202030
NIDN. 0212128702

Pembimbing Pendamping



Novri Gazali, M.Pd
NPK.15DK118702
NIDN. 1017118702

BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

Telah dilaksanakan bimbingan skripsi terhadap:

Nama : Kuswandi
Npm : 146610371
Jenjang Studi : Strata Satu (S1)
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Pembimbing Utama : M.Fransazeli, M.Pd
Fakultas : Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Judul : Hubungan Tingkat Kesegaran Jasmani Terhadap Prestasi Belajar Pendidikan Jasmani Siswa Kelas VII SMPN 4 Pinggir.

No	Tanggal	Berita Bimbingan	Paraf
1.	18 - 07 - 2017	Daftar Judul dan penetapan pembimbing	
2.	23 - 10 - 2017	Perbaikan Judul, latar belakang, dan identifikasi masalah	
3.	08 - 11 - 2017	Perbaikan Bab II	
4.		Perbaikan Format Penulisan	
5.	29 - 11 - 2017	Acc untuk diseminarkan	
6.	29 - 03 - 2018	Ujian Seminar Proposal	
7.	09 - 04 - 2018	Perbaikan Proposal	
8.	18 - 04 - 2018	Pengurusan Surat Riset	
9.	29 - 10 - 2018	Perbaikan Bab IV dan Bab V	
10.	15 - 11 - 2018	Perbaikan Abstrak	
11.	16 - 11 - 2018	Acc Untuk di Ujikan	

Pekanbaru, November 2018

Wakil Dekan Bidang Akademik FKIP UIR



Dr. Sri Annah, S.Pd. M.Si

NIP. 197010071998032002

NIDN. 000710705

BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

Telah dilaksanakan bimbingan skripsi terhadap:

Nama : Kuswandi
Npm : 146610371
Jenjang Studi : Strata Satu (S1)
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Pembimbing Pendamping : Novri Gazali, M.Pd
Fakultas : Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Judul : Hubungan Tingkat Kesegaran Jasmani Terhadap Prestasi Belajar Pendidikan Jasmani Siswa Kelas VII SMPN 4 Pinggir

No	Tanggal	Berita Bimbingan	Paraf
1.	18 - 07 - 2017	Daftar Judul dan penetapan pembimbing	
2.	23 - 10 - 2017	Perbaikan Judul, latar belakang, dan identifikasi masalah	
3.	08 - 11 - 2017	Perbaikan Bab II	
4.		Perbaikan Format Penulisan	
5.	29 - 11 - 2017	Acc untuk diseminarkan	
6.	29 - 03 - 2018	Ujian Seminar Proposal	
7.	09 - 04 - 2018	Perbaikan Proposal	
8.	18 - 04 - 2018	Pengurusan Surat Riset	
9.	29 - 10 - 2018	Perbaikan Bab IV dan Bab V	
10.	15 - 11 - 2018	Perbaikan Abstrak	
11.	16 - 11 - 2018	Acc Untuk di Ujikan	

Pekanbaru, November 2018

Wakil Dekan Bidang Akademik FKIP UIR


Dr. Sri Annah, S.Pd, M.Si

NIP. 197010071998032002

NIDN. 000710705



SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Kuswandi
Npm : 146610371
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Fakultas : Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Judul : Hubungan Tingkat Kesegaran Jasmani Terhadap Prestasi Belajar Pendidikan Jasmani Siswa Kelas VII SMPN 4 Pinggir

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi yang saya buat sesuai dengan aturan penulisan skripsi dan tidak melakukan plagiat.
2. Penulisan yang saya lakukan murni karya saya sendiri yang dibimbing oleh dosen yang telah diajukan oleh Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau
3. Jika ditemukan skripsi yang merupakan duplikat dari skripsi orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan dan perundang-undangan yang berlaku

Demikianlah pernyataan ini saya buat dengan sabar dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Pekanbaru, Desember 2018
Yang bersangkutan,


Kuswandi

**SURAT KEPUTUSAN
DEKAN FKIP UNIVERSITAS ISLAM RIAU**

NOMOR : 966 /FKIP-UIR/Kpts/2018

**TENTANG: PENUNJUKAN PEMBIMBING I DAN PEMBIMBING II PENULISAN SKRIPSI MAHASISWA FKIP
UNIVERSITAS ISLAM RIAU**

Menimbang :

1. Bahwa untuk membantu mahasiswa dalam menyusun skripsi, maka perlu ditunjuk Pembimbing I dan Pembimbing II yang akan memberikan bimbingan sepenuhnya terhadap mahasiswa tersebut
2. Bahwa Saudara-saudara yang tersebut namanya tercantum dalam Surat Keputusan ini dipandang mampu dan memenuhi syarat untuk membimbing skripsi mahasiswa, maka untuk itu perlu ditetapkan dengan Surat Keputusan Dekan.

Mengingat :

1. Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional
2. Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2012 Tentang Pendidikan Tinggi
3. Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005 Tentang Standar Nasional Pendidikan
4. Surat Keputusan Menteri Pendidikan Nasional:
 - a. Nomor 339/U/1994 Tentang Ketentuan Pokok Penyelenggaraan Perguruan Tinggi
 - b. Nomor 224/U/1995 Tentang Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi
 - c. Nomor 232/U/2000 Tentang Pedoman Kurikulum Pendidikan Tinggi dan Penilaian Hasil Belajar Mahasiswa
 - d. Nomor 124/U/2001 Tentang Pedoman Pengawasan, Pengendalian dan Pembinaan Program Studi di Perguruan Tinggi
 - e. Nomor 045/U/2002 Tentang Kurikulum Inti Pendidikan Tinggi
5. Surat Keputusan Pimpinan YLPI Daerah Riau Nomor 66/Kep/YLPI-II/1976 Tentang Peraturan Dasar Universitas Islam Riau
6. Surat Keputusan Rektor Universitas Islam Riau Nomor Tentang Pengangkatan Dekan FKIP Universitas Islam Riau

MEMUTUSKAN

Menetapkan :

1. Menunjuk nama-nama tersebut di bawah ini sebagai Pembimbing skripsi

No	Nama	Pangkat dan Golongan	Pembimbing
1	M. Fransazeli M., M. Pd	Asisten Ahli / Penata III-b	Pembimbing Utama
2	Novri Gazali, S. Pd., M. Pd	Asisten Ahli / Penata III-b	Pembimbing Pendamping

Nama Mahasiswa	: Kuswandi
N I M	: 14 661 0371
Program Studi	: Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Judul Skripsi	: Hubungan Tingkat Kesegaran Jasmani terhadap Prestasi Belajar Pendidikan Jasmani Siswa Kelas VII SMPN 4 Pinggir Kabupaten Bengkalis

2. Tugas-tugas Pembimbing berpedoman pada ketentuan yang berlaku
3. Dalam melaksanakan bimbingan, pembimbing supaya memperhatikan usul dan saran seminar proposal
4. Kepada Saudara yang namanya tercantum dalam lampiran Surat Keputusan ini diberi honorarium sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Islam Riau.
5. Surat Keputusan ini mulai berlaku sejak surat keputusan ini diterbitkan, dengan ketentuan apabila terdapat kekeliruan akan diadakan perbaikan kembali.

Kutipan: Disampaikan pada yang bersangkutan untuk dapat dilaksanakan sebaik-baiknya.

Ditetapkan : di Pekanbaru

Pada Tanggal : 19 April 2018

Dekan,



Drs. Alzaber, M.Si

NIP/NPK : 19591 204 198910 1001

Sertifikasi. 11110100600810

NIDN.0004125903

Tembusan : Disampaikan Kepada Yth:

1. Rektor Universitas Islam Riau di Pekanbaru
2. Kepala Biro Keuangan Universitas Islam Riau di Pekanbaru
3. Ketua Program Studi Penjaskesrek FKIP Universitas Islam Riau di Pekanbaru



UNIVERSITAS ISLAM RIAU

Form 1

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN DAN REKREASI
Alamat: Jln. Kaharuddin Nasution No. 113 Perhentian Marpoyan Pekanbaru – Provinsi Riau, Kode Pos: 28284

Nomor : Registrasi Pendaftaran Proposal/Skripsi di Prodi

21100/661 10/7 2017

Perihal : Penunjukan Dosen Pembimbing Utama/Pembimbing Pendamping Proposal/Skripsi Mahasiswa

Kepada Yth.
Wakil Dekan Bidang Akademik
FKIP Universitas Islam Riau
Di Pekanbaru

Assallammualaikum ww. wb.

Dengan Hormat, bersama ini kami usulkan permohonan penunjukan Dosen Pembimbing Utama dan Dosen Pembimbing Pendamping atas nama:

Nama Mahasiswa	: KUSIWANDI
NPM	: 1416610371
Judul Proposal Penelitian (Tentatif)	HUBUNGAN TINGKAT KESEHATAN JASMANI DENGAN PRESTASI BELAJAR SISWA KELAS VII MTsN BUKIT RAYA KOTA PEKANBARU

Kami mengusulkan calon Dosen Pembimbing Utama dan Dosen Pembimbing Pendamping atas nama Mahasiswa tersebut adalah:

Alternatif Pilihan 1	Dosen Pembimbing Utama	Mrs. DAHARIS, M.Pd.
	Dosen Pembimbing Pendamping	M. FRANSAZELI, M.Pd.
Alternatif Pilihan 2	Dosen Pembimbing Utama	MERLINHASARI, M.Pd.
	Dosen Pembimbing Pendamping	KAMARUDIN, M.Pd.
Alternatif Revisi (hanya diisi oleh Wadep Akademik)	Dosen Pembimbing Utama	M. Fransazeli, M.Pd.
	Dosen Pembimbing Pendamping	Novri Gazali

Demikianlah permohonan ini disampaikan, atas perhatian dan perkenanan diucapkan terima kasih.

Pekanbaru, 5-7-2017
Wassalam,
Ketua Program Studi

Drs. Daharis, M.Pd.

NIP. 19611231 198602 1002
Pembina/IVb/Lektor Kepala
NIDN. 0020056109

PROSEDUR DAN TAHAPAN PENGAJUAN PROPOSAL PENELITIAN
UNTUK PENULISAN SKRIPSI
DI FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS ISLAM RIAU

N a m a : KUSWANDI
N P M : 146610371
Jurusan : PENJASKESREK
Program Studi :
Judul Proposal : HUBUNGAN TINGKAT KESEHATAN JASMANI
DENGAN PRESTASI BELAJAR SISWA KELAS VII
MTsN BUKIT KAYA KOTA PEKANBARU

Pendaftaran Judul pada Sekretaris Jurusan	Menentukan Pembimbing I dan Pembimbing II oleh Ketua Prodi	Catatan Pembimbing I
Telah terdaftar No : 21188/66/18-7-2017 18-7-2017	2 1.M.FRANSAZELI, M.Pd. 2.NOVRIGAZALI, M.Pd.	3 29/17 Acc lanjutkan
Catatan Pembimbing II	Persetujuan Seminar oleh Ketua Jurusan	Catatan / Sekretaris
4	5 7/2-2018	6

Pekanbaru,
Persetujuan oleh Dekan,

Drs. Alzaber, M.Si
NIP/NPK : 19591 204 198910 1001
Sertifikasi. 11110100600810
NIDN.0004125903

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

UNIVERSITAS ISLAM RIAU
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KESEHATAN JASMANI DAN REKREASI
 Alamat : Jalan Kaharuddin Nasution No. 113 Perhentian Marpoyan Pekanbaru 28284 Provinsi Riau

BERITA ACARA SEMINAR PROPOSAL

Nama Mahasiswa	: Kuswandi
NIM	: 14 661 0371
Hari Tanggal Seminar	: Kamis/ 29 Maret 2018
Pembimbing Utama	: M. Fransazeli M., M.Pd
Pembimbing Pendamping	: Novri Gazali, S.Pd.,M.Pd

Judul Proposal Penelitian

Hubungan tingkat kebugaran jasmani terhadap prestasi belajar pendidikan jasmani siswa kelas VII SMPN 4 Pinggir Kabupaten Bengkalis

REKOMENDASI HASIL SEMINAR

1. Judul yang diterima	: Disetujui/Direvisi/ dirubah judul baru
2. Identifikasi Masalah	: Jelas/ Kurang Jelas/ Dirubah
3. Perumusan Masalah	: Jelas/ Kurang Jelas/ Dirubah
4. Tujuan Penelitian	: Jelas/ Kurang Jelas/ Dirubah
5. Teori Utama dan Teori Pendukung	: Jelas/ Kurang Jelas/ Dirubah
6. Hipotesis Penelitian (jika ada)	: Jelas/ Kurang Jelas/ Dirubah
7. Populasi dan Sampel/ Subjek Penelitian	: Jelas/ Kurang Jelas/ Dirubah
8. Metode dan Disain Penelitian	: Jelas/ Kurang Jelas/ Dirubah
9. Variabel Penelitian	: Jelas/ Kurang Jelas/ Dirubah
10. Instrumen Penelitian	: Jelas/ Kurang Jelas/ Dirubah
11. Prosedur Penelitian	: Jelas/ Kurang Jelas/ Dirubah
12. Teknik Pengambilan Data	: Jelas/ Kurang Jelas/ Dirubah
13. Teknik Pengolahan Data	: Jelas/ Kurang Jelas/ Dirubah
14. Teknik Analisis Data	: Jelas/ Kurang Jelas/ Dirubah
15. Daftar Rujukan / Pustaka	: Relevan/ Kurang Relevan/ Perlu Ditambah

Tim Dosen Pemrasaran Seminar Proposal

Dosen Pemrasaran	Jabatan Dalam Seminar	Tanda Tangan	
1. M. Fransazeli M., M.Pd	Ketua/ Pembimbing Utama	1.	2.
2. Novri Gazali, S.Pd.,M.Pd	Sekretaris/ Pembimbing Pendamping	3.	4.
3. Drs. Daharis, M.Pd	Anggota	5.	
4. Merlina Sari, M.Pd	Anggota		
5. Kamarudin, S.Pd., M.Pd	Anggota		

Pekanbaru, 2018

Mengetahui,
Wakil Dekan Bidang Akademik



Dr. Sri Amnah, S.Pd.,M.Pd

NIP: 1970 10071998 032002

Penata I/IIIc/Lektor

NIDN.0007107005

Sertifikat Pendidik : 13110100601134

Ketua Program Studi

Drs. Daharis, S.Pd., M.Pd

NPK. 89 0102 132196112311986021002

NIDN. 0020046109

Pembina/IVb/Lektor Kepala

Sertifikat Pendidik : 101345502295

Perpustakaan Universitas Islam Riau

Dokumen ini adalah Arsip Miik :



UNIVERSITAS ISLAM RIAU
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

الجامعة الإسلامية الريفية

Alamat: Jalan Kaharuddin Nasution No. 113, Marpoyan, Pekanbaru, Riau, Indonesia - 28284
Telp. +62 761 674674 Fax. +62761 674834 Email: edufac.fkip@uir.ac.id Website: www.uir.ac.id

Pekanbaru, 18 April 2018

Nomor : 1388/E-UIR/27-Fkip/2018
Hal : Izin Riset

Kepada Yth Gubernur Riau
C/q Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau
Di –
Pekanbaru

Assalamu'alaikum Wr, Wbr.

Bersama ini datang menghadap Bapak/Ibu Mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau:

Nama : **Kuswandi**
Nomor Pokok Mhs : 14 661 0371
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Untuk meminta izin melakukan penelitian dengan judul, "**Hubungan Tingkat Kesegaran Jasmani terhadap Prestasi Belajar Pendidikan Jasmani Siswa Kelas VII SMPN 4 Pinggir Kabupaten Bengkalis**"

Untuk kepentingan itu, kami berharap agar Bapak/Ibu berkenan memberikan Rekomendasi izin kepada mahasiswa yang bersangkutan.

Atas perhatian Bapak/Ibu kami mengucapkan terima kasih.

Wassalam
Dekan

Drs. Alzaber, M.Si
NIP. 19591204 198910 1001
Sertifikasi : 11110100600810
NIDN. 0004125903



PEMERINTAH PROVINSI RIAU
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU

Gedung Menara Lancang Kuning Lantai I & II Komp. Kantor Gubernur Riau
Jl. Jenderal Sudirman No. 460 Telp. (0761) 39119 Fax. (0761) 39117, PEKANBARU
Email : dpmpstsp@riau.go.id

Kode Pos : 28126

REKOMENDASI

Nomor : 503/DPMPSTSP/NON IZIN-RISET/11068
TENTANG



182010

**PELAKSANAAN KEGIATAN RISET/PRA RISET
DAN PENGUMPULAN DATA UNTUK BAHAN SKRIPSI**

Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau, setelah membaca Surat Permohonan Riset dari : **Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau, Nomor : 1388/E-UIR/27-Fkip/2018 Tanggal** , dengan ini memberikan rekomendasi kepada:

1. Nama : **KUSWANDI**
2. NIM / KTP : **146610371**
3. Program Studi : **PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI**
4. Jenjang : **S1**
5. Alamat : **PEKANBARU**
6. Judul Penelitian : **HUBUNGAN TINGKAT KESEGERAN JASMANI TERHADAP PRESTASI BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI SISWA KELAS VII SMPN 4 PINGGIR KABUPATEN BENGKALIS**
7. Lokasi Penelitian : **SMPN 4 PINGGIR KABUPATEN BENGKALIS**

Dengan Ketentuan sebagai berikut:

1. Tidak melakukan kegiatan yang menyimpang dari ketentuan yang telah ditetapkan yang tidak ada hubungan dengan kegiatan ini.
2. Pelaksanaan Kegiatan Penelitian dan Pengumpulan Data ini berlangsung selama 6 (enam) bulan terhitung mulai tanggal rekomendasi ini dibuat.

Demikian Rekomendasi ini diberikan agar dapat digunakan sebagaimana mestinya dan kepada pihak yang terkait diharapkan untuk dapat memberikan kemudahan dan membantu kelancaran kegiatan Penelitian dan Pengumpulan Data ini dan terima kasih.

Dibuat di : Pekanbaru
Pada Tanggal : 25 Mei 2018



Ditandatangani Secara Elektronik Melalui :
Sistem Informasi Manajemen Pelayanan (SIMPEL)

DINAS PENANAMAN MODAL DAN
PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
PROVINSI RIAU

Tembusan :

Disampaikan Kepada Yth :

1. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Provinsi Riau di Pekanbaru
2. Bupati Bengkalis
Up. Kaban Kesbangpol dan Linmas di Bengkalis
3. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau di Pekanbaru
4. Yang Bersangkutan



PEMERINTAH KABUPATEN BENGKALIS
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
KABUPATEN BENGKALIS

JALAN ANTARA NO. 445 TELP. (0766) 21057
Website : www.kesbangpol.bengkaliskab.go.id | email : kesbangpolbks@yahoo.com
BENGKALIS

Bengkalis, 04 Juni 2018

Nomor : 070 / BKBP / 295 / 2018
Lampiran : -
Perihal : **Rekomendasi**

Kepada Yth :
Kepala Dinas Pendidikan Kab. Bengkalis
di-

Bengkalis

1. Memperhatikan Surat Rekomendasi dari Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau Nomor : 503/DPMP/SP/NON IZIN-RISET/11068 tanggal 25 Mei 2018 , perihal sebagaimana tersebut di atas, dengan ini disampaikan kepada Saudara bahwa :

Nama : **KUSWANDI**
NIM : 146610371
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Universitas : Universitas Islam Riau
Jenjang : S.1
Alamat : Jl.Kamboja No.286 Desa Serai Wangi Kecamatan Pinggir

Bermaksud mengadakan riset / pra riset dalam rangka penulisan skripsi dengan Judul :

**"HUBUNGAN TINGKAT KESEGERAN JASMANI TERHADAP PRESTASI BELAJAR
PENDIDIKAN JASMANI SISWA KELAS VII SMPN 4 PINGGIR KABUPATEN BENGKALIS"**

2. Lokasi Penelitian : SMPN 4 Pinggir Kabupaten Bengkalis
3. Untuk proses selanjutnya kami serahkan kepada Saudara, mengingat pada prinsipnya kami tidak keberatan terhadap penelitian yang bersangkutan sepanjang dipenuhinya ketentuan dan persyaratan yang berlaku.
4. Penelitian ini berlangsung selama 3 (tiga) bulan terhitung sejak tanggal rekomendasi ini dibuat.
5. Demikian untuk Saudara maklumi.

An. KEPALA BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
KABUPATEN BENGKALIS
SEKRETARIS


Drs. H. ZAKARIA, MH
PEMBINA TK.I
NIP. 19641231 199203 1 087

TEMBUSAN : disampaikan kepada :

1. Yth. Bupati Bengkalis
2. Yth. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau di Pekanbaru
3. Yth. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau di Pekanbaru
4. Yang bersangkutan



PEMERINTAH KABUPATEN BENGKALIS
DINAS PENDIDIKAN

Jalan Pertanian No.007 Bengkalis Kode Pos : 28712
 Telepon (0766) 8001009 Fax. (0766) 8001009 Email : dispen@gmail.com
 Website : www.disdik.bengkalis.kab.go.id

REKOMENDASI

Nomor : 422/DISDIK-PAUD&PNF/2018/39

Tentang

PELAKSANAAN KEGIATAN RISET
 DAN PENGUMPULAN DATA UNTUK BAHAN SKRIPSI/TESIS

Berdasarkan Surat Kepala Badan Kesatuan Bangsa, Politik dan Perlindungan Masyarakat Bengkalis, Nomor : 070/BKBP/295/2018 Tanggal 04 Juni 2018 tentang rencana kegiatan riset dan pengumpulan data dalam rangka penulisan Skripsi/Tesis. Atas dasar surat tersebut, kami selaku Kepala Dinas Pendidikan Kabupaten Bengkalis memberikan Rekomendasi kepada :

Nama : **KUSWANDI**
 NIM : 146610371
 Jurusan : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
 Universitas : Universitas Islam Riau
 Jenjang : S.1
 Alamat : Jl. Kemboja No. 286 Desa Serai Wangi Kec. Pinggir
 Lokasi Penelitian : SMPN 4 Pinggir Kab. Bengkalis
 Judul Skripsi/Tesis : **"HUBUNGAN TINGKAT KESEGERAN JASMANI TERHADAP PRESTASI PENDIDIKAN JASMANI SISWA KELAS VII SMPN 4 PINGGIR KABUPATEN BENGKALIS"**

Dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Tidak mengganggu proses pembelajaran disekolah
2. Riset ini dilakukan hanya berhubungan dengan judul dan permasalahan yang teliti.
3. Pelaksanaan kegiatan Tugas Akhir ini berlangsung selama 3 (tiga) bulan, terhitung mulai berlakunya rekomendasi ini.

Demikian Rekomendasi ini diberikan dan dapat digunakan sebagaimana mestinya, dan kepada pihak yang terkait diharapkan dapat membantu kelancaran riset tersebut. Demikian disampaikan atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

Bengkalis, 31 Mei 2018
 KEPALA DINAS PENDIDIKAN
 KABUPATEN BENGKALIS
 KABID PEMBINAAN PAUD DAN
 PENDIDIKAN NONFORMAL

a.n u.p
 KASI KURIKULUM DAN PENILAIAN



LINDAWATI SH
 PENATA TL. 1

NIP. 19840928 200701 2 002

Rekomendasi ini disampaikan Kepada Yth :



PEMERINTAH KABUPATEN BENGKALIS
DINAS PENDIDIKAN
UNIT PELAKSANA TEKNIS SATUAN PENDIDIKAN
SMP NEGERI 2 TALANG MUANDAU

Alamat : Jl. Kesehatan Serai Wangi

Email : smpn2talangmuandau@gmail.com

AKREDITASI : B

NSS : 20.1.09.02.13.004

NPSN : 10400946

SURAT KETERANGAN

Nomor : 422/SMPN2/2018/170

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala UPT Satuan Pendidikan Sekolah Menengah Pertama (SMP) N 2 Talang Muandau, dengan ini menerangkan bahwa :

No.	Nama	N.P.M	Jurusan/Program Study
1.	Kuswandi	14 661 0371	Pendidikan Olah Raga/ Penjaskesrek

Telah melakukan penelitian untuk melengkapi tugas akhir/skripsi Jurusan Pendidikan Olah Raga/**Penjaskesrek** yang dilaksanakan pada tanggal 09 Mei 2018 di SMP N 2 Talang Muandau.

Demikian Surat Keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

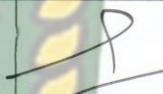
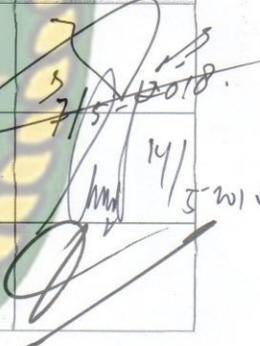
Serai Wangi, 09 Mei 2018
Kepala UPT Satuan Pendidikan,
SMPN 2 Talang Muandau



AROMA YOSHI, S.Pd, M.Pd
NIP. 19760510 200212 2 004

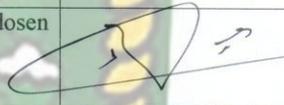
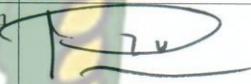
PERBAIKAN UJIAN SEMINAR PROPOSAL PENELITIAN

NAMA : KUSWANDI
 NPM : 146610371
 JUDUL : HUBUNGAN TINGKAT KESEGERAN JASMANI TERHADAP PRESTASI BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI SISWA KELAS VII SMPN 4 PINGGIR KABUPATEN BENGKALIS
 PEMBIMBING UTAMA : M. Fransazeli M., M.Pd
 PEMBIMBING PENDAMPING : Novri Gazali, S.Pd., M.Pd

No	Nama Dosen Penguji	Saran/Perbaikan	Paraf
1.	M. Fransazeli M., M.Pd	1. Perbaiki sesuai saran-saran penguji	
2.	Novri Gazali, S.Pd., M.Pd	1. Perbaiki sesuai saran-saran penguji	
3.	Drs.Daharis, M.Pd	1. Tes di perhatikan 2. Sesuai ketentuan buku	 5/5/2018
4.	Merlina Sari, M.Pd	1. Perbaiki penulisan 2. Perbaiki daftar isi 3. EYD harus benar	 14/5/2018
5.	Kamarudin, S.Pd., M.Pd	1. Perbaiki sesuai saran-saran penguji lainnya	

PERBAIKAN UJIAN SKRIPSI

NAMA : KUSWANDI
 NPM : 146610371
 JUDUL : HUBUNGAN TINGKAT KESEGERAN JASMANI TERHADAP PRESTASI BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI SISWA KELAS VII SMPN 4 PINGGIR KABUPATEN BENGKALIS
 PEMBIMBING UTAMA : M. FRANSAZELI M., M.Pd
 PEMBIMBING PENDAMPING : NOVRI GAZALI, S.Pd., M.Pd

No	Nama Dosen Penguji	Saran/Perbaikan	Paraf
1.	M.Fransazeli M., M.Pd	1. Perbaiki sesuai dosen penguji	
2.	Novri Gazali, S.Pd., M.Pd	2. Perbaiki sesuai dosen penguji	
3.	Drs. Daharis, M.Pd	1. Hasil Tes di lampirkan Perbagian di Bab VI	
4.	Merlina Sari, M.Pd	1. Perbaiki penulisan 2. Menambahkan tabel di Bab VII	
5.	Kamarudin, S.Pd., M.Pd	1. Perbaiki sesuai saran-saran Penguji lainnya	



UNIVERSITAS ISLAM RIAU
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

الجامعة الإسلامية الريفية

Alamat: Jalan Kaharuddin Nasution No. 113, Marpoayan, Pekanbaru, Riau, Indonesia - 28284
 Telp. +62 761 674674 Fax. +62761 674834 Email:edufac.fkip@uir.ac.id Website: www.uir.ac.id

BERITA ACARA MEJA HIJAU / SKRIPSI DAN YUDICIUM

Berdasarkan Surat Keputusan Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau tanggal 13 bulan Desember tahun 2018, Nomor : 2108 /Kpts/2017, maka pada hari Kamis tanggal 13 bulan Desember tahun 2018 telah diselenggarakan Ujian Skripsi dan Yudicium atas nama mahasiswa berikut ini

1. Nama : Kuswandi
2. Nomor Pokok Mhs : 14 661 0371
3. Program Study : Penjaskesrek
4. Judul Skripsi : Hubungan tingkat kesegaran jasmani terhadap perstasi belajar pendidikan jasmani siswa kelas VII SMPN 4 Pinggir Kabupaten Bengkalis
5. Tanggal Ujian : 13 Desember 2018
6. Tempat Ujian : Ruang Sidang FKIP – UIR
7. Nilai Ujian Skripsi : 3,00 (B)
8. Prediket Kelulusan : Sangat memuaskan
9. Keterangan Lain : Ujian berjalan aman dan tertib

Ketua

(M. Fransazeli M., M.Pd)

Sekretaris

(Novri Gazali, S.Pd., M.Pd)

Dosen Penguji :

1. M. Fransazeli M., M.Pd
2. Novri Gazali, S.Pd., M.Pd
3. Drs. Daharis, M.Pd
4. Merlina Sari, S.Pd., M.Pd
5. Kamarudin, S.Pd., M.Pd
6. Leni Apriani, S.Pd., M.Pd

()
 ()
 ()
 ()
 ()
 ()

Pekanbaru, 13 Desember 2018
 Dekan

Drs. Alzaber, M.Si
 NIP/NPK.19591204 1989 101001
 NIDN : 0004125903

Perpustakaan Universitas Islam Riau
 Dokumen ini adalah Arsip Milik :

DAFTAR PRESTASI AKADEMIK MAHASISWA

Nama : KUSWANDI
 Tempat/Tgl.Lahir : LANGKAT / 20 Oktober 1994
 NPM : 146610371
 Fakultas : Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
 Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
 Jenjang Pendidikan : Strata Satu (S.1)

KODE MK	MATA KULIAH	NILAI	AM	K	KM
PO12005	BAHASA INDONESIA <i>INDONESIAN LANGUAGE</i>	A	4	2	8
PO12101	DASAR-DASAR PENDIDIKAN JASMANI <i>BASICS OF PHYSICAL EDUCATION</i>	B	3	2	6
DPP601101	LANDASAN PENDIDIKAN <i>INTRODUCTION OF EDUCATION</i>	A-	3.67	2	7.34
PO12102	PEMBENTUKAN KONDISI FISIK <i>PHESICAL BUILDING</i>	B	3	2	6
PO12001	PENDIDIKAN AGAMA ISLAM <i>ISLAMIC EDUCATION</i>	B	3	2	6
MKU601102D	PENDIDIKAN PANCASILA <i>PANCASILA EDUCATION</i>	D	1	2	2
PO12104	TEORI/PRAKTEK ATLETIK I <i>THEORIES&PRACTICE OF ATHLETIC I</i>	B+	3.33	2	6.66
PO12108	TEORI/PRAKTEK BOLA VOLI I <i>THEORIES&PRACTICE OF VOLLEYBALL I</i>	A-	3.67	2	7.34
PO12107	TEORI/PRAKTEK PENCAK SILAT I <i>THEORIES&PRACTICE OF PENCAK SILAT I</i>	A	4	2	8
PO12105	TEORI/PRAKTEK SENAM I <i>THEORIES&PRACTICE OF GYMNASITIC I</i>	C+	2.33	2	4.66
PO12106	TEORI/PRAKTEK SEPAK BOLA <i>THEORIES&PRACTICE OF FOOTBALL I</i>	B-	2.67	2	5.34
PO12103	USAHA KESEHATAN SEKOLAH <i>SCHOOL HEALTH EDUCATION</i>	A-	3.67	2	7.34
MKU601204	AL ISLAM 1 (FIKIH IBADAH) <i>AL ISLAM 1 (FIQIH IBADAH)</i>	B+	3.33	2	6.66
PO12006	BAHASA INGGRIS <i>ENGLISH LANGUAGE</i>	B	3	2	6
FK22004	ILMU KEALAMAN <i>NATURAL SCIENCES</i>	B+	3.33	2	6.66
PO22115	ILMU KESEHATAN <i>HEALTH SCIENCE</i>	A-	3.67	2	7.34
DPP601202	KURIKULUM DAN PEMBELAJARAN <i>CURRICULUM AND LEARNING</i>	B	3	2	6
MKU601205	PENDIDIKAN KEWARGANEGARAAN <i>CITIZENSHIP</i>	B	3	2	6
PO22110	TEORI/PRAKTEK ATLETIK II <i>THEORIES & PRAKTICE OF ATHLETIK II</i>	B+	3.33	2	6.66
PO22109	TEORI/PRAKTEK BOLA VOLI II <i>THEORIES&PRACTICE OF VOLLEYBALL II</i>	A	4	2	8
PO22113	TEORI/PRAKTEK PENCAK SILAT II	B	3	2	6

	<i>THEORIES&PRACTICE OF PENCAK SILAT II</i>				
PO22114	TEORI/PRAKTEK RENANG <i>THEORIES&PRACTICE OF SWIMMING</i>	A-	3.67	2	7.34
PO22111	TEORI/PRAKTEK SENAM II <i>THEORIES&PRACTICE OF GYMNASTIC II</i>	C-	1.67	2	3.34
PO22112	TEORI/PRAKTEK SEPAK BOLA II <i>THEORIES&PRACTICE OF FOOTBALL II</i>	C+	2.33	2	4.66
MKU602309	AL ISLAM 2 (FIQH MU` AMALAT) <i>AL-ISLAM 2 (FIQH MUAMALAH)</i>	B	3	2	6
POR672323	ANATOMI/ILMU URAI <i>ANATOMY</i>	B+	3.33	2	6.66
DPP682401	BELAJAR DAN PEMBELAJARAN PENJASKESREK <i>TEACHING AND LEARNING PENJASKESREK</i>	B+	3.33	2	6.66
POR672317	ILMU GIZI <i>SCIENCE OF NUTRITION</i>	B-	2.67	2	5.34
PO32147	KARATE <i>KARATE</i>	B-	2.67	2	5.34
PO33117	MANAJEMEN PENJAS DAN OLAHRAGA <i>PHYSICAL & SPORT EDUCATION MANAGEMENT</i>	B-	2.67	3	8.01
POR672320	SENAM IRAMA/AEROBIK <i>RHYTHMIC GYMNASTICS / AEROBIC</i>	C+	2.33	2	4.66
POR672318	TEORI/PRAKTEK BOLA BASKET I <i>THEORIES&PRACTICE OF BASKETBALL I</i>	B-	2.67	2	5.34
POR672319	TEORI/PRAKTEK TAKRAW I <i>THEORIES&PRACTICE OF SEPAKTAKRAW I</i>	B+	3.33	2	6.66
POR672321	TEORI/PRAKTEK TENIS LAPANGAN <i>THEORIES & PRACTICE OF LAWN TENNIS</i>	B	3	2	6
POR672322	TEORI/PRAKTEK TENIS MEJA <i>THEORIES & PRACTICE OF TABLE TENNIS</i>	B+	3.33	2	6.66
PO42007	AL ISLAM 3 (ULUM AL-QUR` AN DAN HADIST) <i>AL ISLAM 3 (ULUM AL-QUR`AN DAN HADIST)</i>	B+	3.33	2	6.66
PO42159	BRIDGE <i>BRIDGE</i>	B	3	2	6
PO42010	ETIKA DAN PROFESI PENDIDIKAN <i>ETIC AND EDUCATION PROFESSION</i>	B+	3.33	2	6.66
PO42130	FISIOLOGI OLAHRAGA <i>PHYSIOLOGY OF SPORT</i>	C	2	2	4
PO42131	PENCEGAHAN DAN PERAWATAN CEDERA <i>INJURY PREVENTION & MAINTENANCE</i>	B+	3.33	2	6.66
PO42129	PENDIDIKAN REKREASI DAN PRAMUKA <i>EDUCATION AND RECREATION PRAMUKA</i>	B	3	2	6
PO42009	PENGELOLAAN PENDIDIKAN <i>MANAGEMENT OF EDUCATION</i>	B	3	2	6
PO42008	PSIKOLOGI PENDIDIKAN <i>EDUCATIONAL PSYCHOLOGY</i>	B	3	2	6
PO42126	TEORI/PRAK.BOLA BASKET II <i>THEORIES AND PRACTICE BASKETBALL II</i>	A	4	2	8
PO42128	TEORI/PRAK.BULU TANGKIS <i>THEORIES&PRACTICE OF BATMINTON</i>	B	3	2	6
PO42127	TEORI/PRAK.TAKRAW II <i>THEORIES&PRACTICE OF SEPAKTAKRAW II</i>	A-	3.67	2	7.34
PO42125	TES DAN PENGUKURAN OLAHRAGA <i>TEST & MEASUREMENT IN SPORTS</i>	C+	2.33	2	4.66
PO52138	BIOMEKANIKA OLAHRAGA <i>BIOMECHANICS</i>	A-	3.67	2	7.34
PO53134	EVALUASI DAN TEKNIK PENCAPAIAN HASIL BELAJAR SISWA PEND. PENJASKESREK <i>EVALUATION AND ENGINEERING ACHIEVEMENT OF EDUCATION STUDENT</i>	A-	3.67	3	11.01

	LEARNING P				
PO52011	FILSAFAT PENDIDIKAN ISLAM <i>PHILOSOPHY OF ISLAMIC EDUCATION</i>	B+	3.33	2	6.66
PO52135	MASSAGE <i>MASSAGE</i>	A-	3.67	2	7.34
PO53132	MEDIA PEMBELAJARAN DAN TIK PENDIDIKAN PENJASKESREK <i>ICT AND MEDIA FOR PHYSICAL EDUCATION PROGRAMS</i>	B+	3.33	3	9.99
PO52137	PERMAINAN RAKYAT/OLAHRAGA TRADISIONAL <i>TRADITIONAL SPORT</i>	B+	3.33	2	6.66
PO52136	PSIKOLOGI OLAHRAGA <i>PSYCHOLOGY OF SPORT</i>	A-	3.67	2	7.34
PO53133	TELAAH KURIKULUM DAN PERENCANAAN PENGEMBANGAN PEMBELAJARAN PENJASKESRE <i>STUDY CURRICULUM DEVELOPMENT PLANNING AND LEARNING PENJASKESREK</i>	B	3	3	9
PO52151	TEORI/PRAKTEK SOFTBALL <i>THEORIES AND PRACTICE SOFTBALL</i>	B+	3.33	2	6.66
PO62141	BELAJAR MOTORIK <i>MOTORIC LEARNING</i>	B+	3.33	2	6.66
PO62014	BIMBINGAN DAN KONSELING <i>GUIDANCE AND COUNSELING</i>	B	3	2	6
PO62144	ILMU MELATIH <i>SCIENCE TRAIN</i>	B	3	2	6
PO62013	KEWIRAUSAHAAN DI BIDANG PENDIDIKAN <i>ENTERPRENEURSHIP EDUCATION</i>	A-	3.67	2	7.34
PO62143	MANAJEMEN SARANA&PRASARANA OLAHRAGA <i>SPORTS FACILITIES AND INFRASTRUCTURE MANAGEMENT</i>	B+	3.33	2	6.66
PO62142	PENDIDIKAN JASMANI ADAPTIF <i>ADAPTIVE PHYSICAL EDUCATION</i>	B	3	2	6
PO63139	PENELITIAN PENDIDIKAN PENJASKESREK <i>PENJASKESREK EDUCATIONAL RESEARCH</i>	B	3	3	9
PO62012	STATISTIK PENDIDIKAN <i>EDUCATIONAL STATISTIC</i>	A	4	2	8
PO63140	TEORI DAN PRAKTEK PENGAJARAN MIKRO PENDIDIKAN PENJASKESREK <i>THEORIES AND PRACTICE TEACHING EDUCATION MICRO PENJASKESREK</i>	A	4	3	12
PO62154	TEORI/PRAKTEK PANAHAN <i>THEORIES AND PRACTICE ARCHERY</i>	A-	3.67	2	7.34
PO74015	KULIAH PRAKTEK LAPANGAN PENDIDIKAN (KPLP) <i>EDUCATION FIELD AND PRACTICE</i>	A	4	4	16
PO86016	SKRIPSI <i>UNDERGRADUATE THESIS</i>	B	3	6	18
PO82145	SEMINAR PENDIDIKAN BIDANG STUDI PENJASKESREK <i>SEMINAR</i>	B-	2.67	2	5.34
			Jumlah	150	476.99
			IPK	3.18	

Pekanbaru, 26 Desember 2018
Kepala BAAK,

Akmar Efendi, S.Kom, M.Kom



KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur yang sedalam dalamnya kehadirat Allah SWT, atas taufik dan hidayah Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini tepat pada waktunya dengan judul **Hubungan Tingkat Kesegaran Jasmani dengan Prestasi Belajar Pendidikan Jasmani Siswa kelas VII SMPN 4 Pinggir Kabupaten Bengkalis.**

Selawat beriring salam kita sampaikan kepada junjungan alam Nabi Besar Muhammad SAW, yang merupakan Profesor umat sedunia mudah mudahan kita menjadi pengikutnya yang setia, amin. Dalam penyelesaian proposal ini penulis banyak mendapat kan bantuan dari berbagai pihak untuk itu penulis menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada :

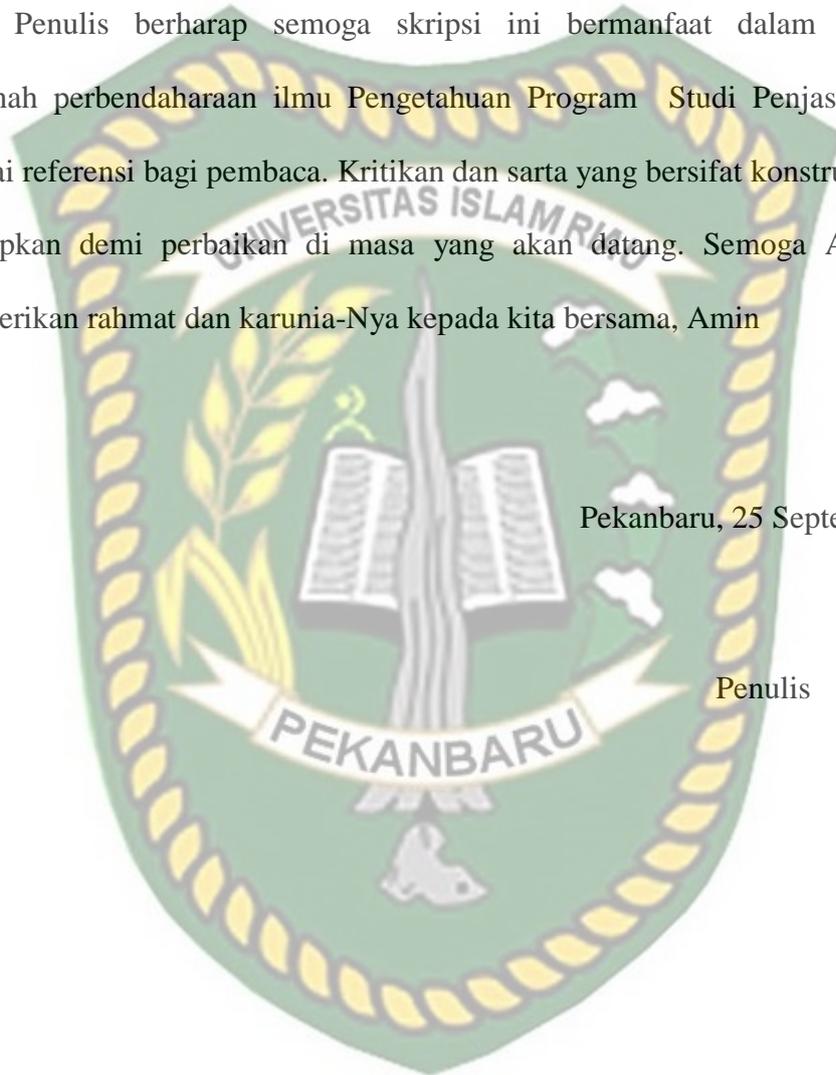
1. Bapak M. Fransazeli, M.Pd selaku pembimbing utama yang sudah meluangkan waktu dan tempat untuk mengarah penulis untuk penyelesaian proposal ini.
2. Bapak Novri Gazali, M.Pd selaku pembimbing pendamping yang sudah meluangkan waktu dan tempat untuk mengarah penulis untuk penyelesaian proposal ini.
3. Bapak Drs.Daharis, M.Pd selaku Ketua Program Studi Penjaskesrek
4. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau
5. Seluruh Bapak/Ibu Dosen beserta Staf dilingkungan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang telah membekali ilmu kepada penulis.
6. Buat yang istimewa kedua orang tua yang telah membesarkan saya dan dengan sabar dan penuh pengorbanan mendampingi serta memberikan do'a dan harapan hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

7. Teman-teman seperjuangan Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, teman dekat dan semua pihak yang telah banyak membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat dalam menambah khasanah perbendaharaan ilmu Pengetahuan Program Studi Penjaskesrek dan sebagai referensi bagi pembaca. Kritik dan saran yang bersifat konstruktif sangat diharapkan demi perbaikan di masa yang akan datang. Semoga Allah SWT memberikan rahmat dan karunia-Nya kepada kita bersama, Amin

Pekanbaru, 25 September 2018

Penulis



DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PENGESAHAN	i
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI.....	ii
SURAT KETERANGAN.....	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI.....	vi
BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI	vii
LEMBAR PERNYATAAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GRAFIK	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Pembatasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
A. LandasanTeori.....	8
1. Hakikat Kesegaran Jasmani	8
a. Unsur- Unsur Kesegaran Jasmani.....	10
b. Manfaat Kesegaran Jasmani	11
2. Hakikat Prestasi Belajar	11
a. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prestasi Belajar	13
B. Kerangka Berfikir.....	17
C. Hipotesis.....	18

BAB III. METODELOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	19
B. Populasi dan Sampel.....	19
C. Definisi Operasional.....	20
D. Pengembangan Instrumen.....	21
E. Teknik Pengumpulan Data.....	31
F. Teknik Analisa Data.....	32

BAB IV. PENGOLAHAN DATA

A. Deskripsi Data.....	34
B. Analisis Data.....	37
C. Pembahasan.....	38

BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	39
B. Saran.....	39

DAFTAR PUSTAKA.....	40
----------------------------	-----------

LAMPIRAN.....	41
----------------------	-----------



DAFTAR GAMBAR

Halaman

GAMBAR

1. Gambar 1.Lari 50 Meter	21
2. Gambar 2.Palang Tunggal angkat tubuh	22
3. Gambar 3.Sikap pemula Angkat Tubuh	22
4. Gambar 4.Sikap Daggu Menyentuh Palang Tunggal	23
5. Gambar 5.Sikap Pemula Baring Duduk	25
6. Gambar 6.Gerakan Baring Menuju Duduk.....	25
7. Gambar 7.Sikap Duduk	26
8. Gambar 8.Papan Loncat Tegak.....	27
9. Gambar 9.Sikap Menentukan Raihan Tegak.....	28
10. Gambar 10.Sikap Awalan Loncatan Tegak.....	28
11. Gambar 11.Gerakan Loncatan Tegak.....	29
12. Gambar 12.Posisi star 1000 M	30
13. Gambar 13.Posisi Pelari saat Melintas Garis Finis.....	30
14. Gambar 15.Sarana prasarana Tes TKJI	45
15. Gambar 16.Foto Bersama Siswa	46

DAFTAR TABEL

	Halaman
1. Tabel 1. Jumlah Siswa Kelas VII.....	19
2. Tabel 2. Nilai Tes Kebugaran Jasmani Indonesia Untuk Remaja 13-15 Tahun Putra.....	31
3. Tabel 3. Norma Kebugaran Jasmani Indonesia Untuk Remaja 13-15 Tahun Putra-Putri.....	31
4. Tabel 4. Interpretasi Nilai r	33
5. Tabel 5. Distribusi Frekuensi Data Kebugaran Jasmani.....	35
6. Tabel 6. Distribusi Frekuensi Data Prestasi Belajar	36



DAFTAR GRAFIK

Grafik	Halaman
1. Grafik 1 Tes Kesegaran Jasmani Siswa.....	35
2. Grafik 2 Tes Hasil Belajar Siswa.....	36



DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

Lampiran

1. Data Prestasi Kesegaran Jasmani Siswa kelas VII SMPN 4 PINGGIR	41
2. Distribusi Frekuensi data Kesegaran Jasmani Siswa kelas VIII SMPN 4 PINGGIR	44
3. Data Prestasi Belajar Pendidikan Jasmani Siswa Kelas VII SMPN 4 PINGGIR	47
4. Distribusi Frekuensi data Prestasi Belajar Pendidikan Jasmani Siswa kelas VII SMPN 4 PINGGIR	48
5. Analisis Product Moment	51
6. Perhitungan Analisis Korelasi	52
7. Tabel Product Moment dan Tabel Distribusi T	54
8. Dokumen Penelitian	56

ABSTRAK

Kuswandi, 2018 : Hubungan Tingkat Kesegaran Jasmani Terhadap Prestasi Belajar Pendidikan Jasmani Siswa Kelas VII SMP Negeri 4 Pinggir.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat kesegaran jasmani terhadap prestasi belajar pendidikan jasmani siswa. Jenis penelitian ini adalah korelasional yang terdiri dari dua variabel yakni variabel X (kesegaran jasmani) dan variabel Y (prestasi belajar). Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII SMP Negeri 4 Pinggir yang berjumlah 103 siswa, sedangkan sampel penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dilakukan dengan cara mengambil subjek bukan di dasarkan atas strata, random, atau daerah tetapi di dasarkan atas adanya tujuan tertentu. Karena jumlah populasi terlalu banyak, dan guru olahraga yang mengajar hanya memberi izin untuk mengambil sampel siswa cowok kelas VII⁴ yang berjumlah 18 siswa dan juga untuk mempertimbangkan keterbatasan waktu, tenaga peneliti dan dana. Instrumen tes pada penelitian ini terdapat dua tes yaitu tes kesegaran jasmani (lari 50 meter, angkat tubuh, baring duduk, loncat tegak, lari 1000 meter) dan hasil nilai rapor siswa. Teknik analisis data menggunakan korelasi *product moment*. Berdasarkan hasil pengolahan data diperoleh R_{hitung} sebesar 0,61 tergolong kuat. Sedangkan perhitungan uji-T diperoleh $t_{hitung} \geq t_{tabel}$ atau $3,08 \geq 2,120$. Hal ini berarti ada hubungan yang signifikan antara tingkat kesegaran jasmani dengan prestasi belajar pendidikan jasmani, sehingga hipotesis yang diajukan diterima

Kata Kunci : Kesegaran Jasmani dan Prestasi Belajar.

ABSTRACT

Kuswandi, 2018 : *Relation the Level of Physical Fitness Towards the Learning Achievement of the Physical Education of Grade VII Students of SMP Negeri 4 Pinggir.*

*The purpose of this study is to knowing the relationship the level of physical fitness to the students' physical education learning achievement. This type of research is correlational which consisting of two variables namely variable X (physical fitness) and variable Y (learning achievement). The population in this study were all students of class VII of SMP Negeri 4 Pinggir which amounted to 103 students, while the sample of this study used purposive sampling technique carried out by taking a subject not based on strata, random, or area but based on the existence of certain objectives. Because the population is too much, and the sports teacher who teaches only gives permission to take samples of male students of class VII4, which amounts to 18 students, and also to consider the limitations of time, researchers and fund. The test instrument in this study were two tests, namely physical fitness (50 meter run, body lift, lying down, vertical jump, 1000 meter run) and the results of student report cards . The data analysis technique uses product moment correlation. Based on the results of data processing obtained by *Rhitung* of 0.61 classified as strong. While the T-test calculation is obtained *thitung* > *ttabel* or $3.08 > 2.120$. This matter that there is a significant relationship between the level of physical fitness with physical education learning achievement, so the proposed hypothesis is accepted*

Keywords: *Physical Freshness and Learning Achievement*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masyarakat terbentuk dari individu-individu sebagai anggota masyarakat, manusia sebagai individu merupakan gabungan dua unsur yang terdiri atas jasmani dan rohani. Kedua unsur tersebut tidak dapat dipisahkan dan merupakan satu kesatuan yang utuh, maka kedua unsur tersebut harus dibina dengan baik agar terwujud individu yang utuh. Berdasarkan kedua unsur tersebut, dalam usaha menunjang tercapainya pendidikan nasional tidaklah ditentukan oleh kecerdasan saja namun dibutuhkan juga kesegaran jasmani yang memadai, untuk menunjang tercapainya pendidikan nasional.

Manusia membutuhkan pendidikan baik pendidikan formal maupun nonformal. Pendidikan Jasmani dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas, emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani.

Kesegaran jasmani adalah kemampuan seseorang untuk menunaikan tugasnya sehari-hari dengan gampang, tanpa merasa lelah yang berlebihan, dan masih mempunyai sisa atau cadangan tenaga untuk menikmati waktu senggangnya serta untuk keperluan-keperluan yang mendadak. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kesegaran jasmani merupakan wujud dari loyalitas

fungsional seseorang untuk melakukan suatu pekerjaan tertentu dengan hasil baik atau memuaskan tanpa kelelahan yang berarti.

Kesegaran jasmani merupakan faktor penting bagi siswa. Siswa dibina sedini mungkin agar memiliki tingkat kebugaran jasmani yang baik, sehingga dapat melaksanakan tugas-tugas sekolah dengan baik tanpa adanya rasa lesu, malas, kurang bergairah, kurang bersemangat, baik di dalam kelas maupun di luar kelas sampai proses pembelajaran selesai.

Peningkatan kesegaran jasmani siswa di sekolah perlu dibina untuk menunjang tercapainya proses belajar mengajar yang optimal, karena siswa yang mempunyai kesegaran jasmani yang baik akan dapat melaksanakan tugas belajar dengan baik. Berdasarkan kurikulum KTSP 2006 program dari pendidikan jasmani dan kesehatan diantaranya: (1) mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kesegaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga, (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, dan (6) mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan. Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kesegaran,

terampil, serta memiliki sikap yang positif. Dari penjelasan di atas dapat diketahui bahwa salah satu tujuan dari program pendidikan jasmani adalah tercapainya kebugaran jasmani. Agar kebugaran jasmani tetap terjaga, pembinaan haruslah dilakukan sedini mungkin, mulai pendidikan dasar, baik di sekolah maupun di rumah. Kebugaran jasmani di sekolah dapat meningkatkan daya pikir, konsentrasi belajar yang tinggi, dan pada akhirnya akan meningkatkan prestasi belajar siswa.

Pendidikan merupakan kebutuhan setiap manusia untuk dapat memperoleh suatu pengetahuan, keterampilan dan pengalaman. Dalam belajar dapat ditempuh melalui tiga jalur, yaitu jalur formal, informal, dan non- formal. Jalur formal adalah jalur pendidikan di sekolah mulai dari Taman Kanak-Kanak (TK) sampai perguruan tinggi, yang di dalamnya melibatkan pengajar atau guru dan peserta didik atau murid. Jalur informal adalah jalur pendidikan melalui keluarga, dan jalur non formal adalah pendidikan yang berasal dari masyarakat.

Sebagaimana tertuang pada Undang-undang Republik Indonesia No.3 tahun 2005 Tentang Keolahragaan Nasional Pasal 1 ayat 13 yang menyatakan bahwa, "Olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjejang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragawan".

Pelaksanaan suatu kegiatan atau aktivitas selalu dihubungkan dengan prestasi, termasuk di dalamnya aktivitas belajar. Prestasi belajar adalah hasil yang diperoleh siswa atau mahasiswa setelah melakukan aktifitas belajarnya yang

dinyatakan dalam bentuk nilai angkat atau huruf. Untuk mengetahui seberapa jauh prestasi akademik tersebut, maka diperlukan pengukuran dan penilaian hasil belajar. Prestasi belajar siswa dapat diketahui jika diadakan suatu evaluasi, yaitu pengukuran prestasi belajar. Bagi siswa SMP proses evaluasi dilakukan berdasarkan nilai rapot. Nilai rapot mencakup semua nilai mata pelajaran yang diajarkan dalam periode tertentu. Hasil dari pencapaian prestasi belajar tidak lepas dari proses belajar dan faktor-faktor yang memengaruhi prestasi belajar. Faktor-faktor yang memengaruhi belajar banyak jenisnya tetapi dapat digolongkan menjadi dua golongan, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor yang ada dalam diri individu yang sedang belajar, sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang ada diluar individu.

Berdasarkan obsevasi penulis di SMPN 4 Pinggir Kabupaten Bengkalis dapat diketahui beberapa masalah dalam melaksanakan proses pembelajaran seperti kurang semangatnya siswa dalam berolahraga, kurangnya motivasi di dalam diri siswa tersebut, banyak siswa yang menguap pada saat proses belajar mengajar kemudian siswa yang kurang bergairah pada saat aktifitas belajar, dan banyak juga siswa yang mengeluh kelelahan saat di suruh berlari satu keliling lapangan.

Dengan memperhatikan uraian di atas, kesegaran jasmani sangat penting untuk mendukung belajar siswa, tetapi sampai saat ini di SMPN 4 Pinggir Kabupaten Bengkalis belum pernah diadakan penelitian tentang hubungan kesegaran jasmani dengan prestasi belajar pendidikan jasmani siswa kelas VII SMPN 4 Pinggir Kabupaten Bengkalis, Oleh sebab itu pada kesempatan ini,

penulis memberanikan diri untuk mengadakan penelitian dengan judul “**Hubungan Tingkat Kesegaran Jasmani dengan Prestasi Belajar Pendidikan Jasmani Siswa Kelas VII SMPN 4 Pinggir Kabupaten Bengkalis**”

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang masalah di atas penulis dapat mengidentifikasi beberapa masalah yang berhubungan dengan prestasi belajar Siswa Kelas VII SMPN 4 Pinggir Kabupaten Bengkalis antara lain :

1. Kurangnya status kesegaran jasmani siswa SMPN 4 Pinggir Kabupaten Bengkalis.
2. Faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi belajar pendidikan jasmani siswa SMPN 4 Pinggir Kabupaten Bengkalis belum diketahui.
3. Program pendidikan jasmani di SMPN 4 Pinggir Kabupaten Bengkalis belum berjalan dengan baik.
4. Belum diketahuinya hubungan tingkat kesegaran jasmani dengan prestasi belajar pendidikan jasmani siswa kelas VII SMPN 4 Pinggir Kabupaten Bengkalis.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang dikemukakan diatas, dan mengingat luasnya permasalahan yang berpengaruh, serta keterbatasan waktu, pendanaan serta tenaga yang dimiliki, maka peneliti perlu membatasi masalah dengan melihat Hubungan Tingkat Kesegaran Jasmani Dengan Prestasi Belajar Pendidikan Jasmani Siswa Kelas VII SMPN 4 Pinggir Kabupaten Bengkalis.

D. Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang diungkap pada penelitian ini adalah apakah terdapat Hubungan Tingkat Kesegaran Jasmani Dengan Prestasi Belajar Pendidikan Jasmani Siswa Kelas VII SMPN 4 Pinggir Kabupaten Bengkalis?

E. Tujuan penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Tingkat Kesegaran Jasmani Dengan Prestasi Belajar Pendidikan Jasmani Siswa Kelas VII SMPN 4 Pinggir Kabupaten Bengkalis.

F. Manfaat Penelitian

Bertitik tolak dari tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini, maka manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagi siswa, Untuk menambah ilmu pengetahuan dalam rangka meningkatkan kesegaran jasmani dalam hubungannya dengan hasil belajar pendidikan jasmani.
2. Bagi guru sebagai bahan masukan untuk masa yang akan datang dalam rangka meningkatkan kesegaran jasmani dan prestasi belajar pendidikan jasmani siswa kelas VII SMPN 4 Pinggir Kabupaten Bengkalis.
3. Bagi sekolah, Hendaknya dapat dijadikan rujukan dalam memantau perkembangan Kesegaran Jasmani Siswa Kelas VII SMPN 4 Pinggir Kabupaten Bengkalis.
4. Bagi penulis, sebagai tambahan wawasan dalam rangka meningkatkan pengetahuan terutama dalam bidang kesegaran jasmani, hasil belajar siswa dan sekaligus sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana.

5. Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi kepada prodi Penjaskesrek FKIP UIR sebagai salah satu pertimbangan dalam meningkatkan kesegaran jasmani.



Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Hakikat Kesegaran Jasmani

Kesegaran jasmani adalah kondisi jasmani yang menggambarkan postesi dan kemampuan jasmani untuk melakukan tugas-tugas tertentu dengan hasil yang optimal tanpa memperlihatkan keletihan yang berarti. Sedangkan menurut *President's Counciln on Physical Fitness and Sport* dalam Widiastuti, (2017:13) mendefinisikan kesegaran jasmani adalah kemampuan untuk melakukan kegiatan sehari-hari dengan penuh vitalitas dan kewaspadaan tanpa mengalami kelelahan yang berarti dan masih cukup yang berarti, dan masih cukup energi untuk bersantai pada waktu luang dan menghadapi hal-hal yang sifat nya darurat (amergensi).

Kesegaran jasmani menurut Karpovich dalam Nurhasan, (2001:132) berpendapat bahwa *physical fitness* adalah suatu kemampuan untuk melakukan suatu tugas tertentu yang memerlukan usaha otot. Selain dari pendapat di atas juga Mathews mengemukakan definisi *physical fitness* adalah kemampuan seseorang untuk melakukan tugas yang diberikan.

Kesegaran jasmani adalah kemampuan seseorang untuk menunaikan tugasnya sehari-hari dengan gampang, tanpa merasa lelah yang berlebihan, dan masih mempunyai sisa atau cadangan tenaga untuk menikmati waktu senggangnya serta untuk keperluan-keperluan yang mendadak (Setiono,2005:3)

Kesegaran jasmani menurut soemowerdjo dalam Ismaryati, (2008:39) berpendapat bahwa kesegaran jasmani lebih dititik beratkan pada *physiological fitness* yaitu kemampuan tubuh untuk menyesuaikan fungsi alat-alat tubuhnya dalam batas-batas fisiologis terhadap keadaan lingkungan dan kerja fisik dengan cara yang cukup efisien tanpa lelah secara berlebihan, sehingga masih dapat melakukan kegiatan-kegiatan lain yang bersifat rekreatif dan telah mengalami pemulihan yang sempurna sebelum datangnya tugas yang sama esok harinya.

Kesegaran jasmani atau disebut dengan istilah "*physical fitness*" secara harfiah berarti kemampuan jasmaniah yaitu adalah kondisi tubuh yang berhubungan dengan kemampuan dan kesanggupan seseorang untuk melakukan suatu kegiatan dengan mempergunakan kekuatan, daya kreasi dan daya tahan dengan efisien tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti (Hastuti,2008:48).

Kesegaran jasmani menurut Suratman dalam Arsil, (2008:9) berpendapat kesegaran jasmani adalah suatu aspek, yaitu aspek fisik dari kesegaran yang menyeluruh (*total fitness*), yang memberikan kesanggupan kepada seseorang untuk menjalani hidup yang produktif dan dapat menyesuaikan diri pada tiap-tiap pembebanan fisik yang layak.

Menurut Abdoellah dan Agusmanadji dalam Hastuti,(2008:48) bahwa kesegaran jasmani adalah kemampuan untuk dapat melakukan tugas sehari-hari dengan semangat, tanpa rasa lelah yang berlebih dan dengan penuh energi melakukan dan menikmati kegiatan waktu luang dan dapat menghadapi keadaan darurat bila datang.

Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa kesegaran jasmani adalah kemampuan yang dimiliki atau dicapai seseorang untuk melakukan aktivitas tanpa merasa kelelahan yang berlebihan, dimana dalam melakukan aktivitas tersebut mengandung beberapa unsur seperti kekuatan, daya tahan dan fleksibilitas.

a. Unsur-Unsur Kesegaran Jasmani

Pengukuran jasmani tertuju pada pengukuran aspek-aspeknya. Terdapat dua aspek kesegaran jasmani yaitu (Nurhasan,2001:132)

1. Kebugaran jasmani yang berhubungan dengan kesehatan, meliputi :
 - a) Daya tahan jantung
 - b) Kekuatan otot
 - c) Daya tahan otot
 - d) Fleksibilitas
 - e) Komposisi tubuh.
2. Kebugaran jasmani yang berhubungan dengan keterampilan, meliputi :
 - a) Kecepatan
 - b) *Power*
 - c) Keseimbangan
 - d) Kelincahan
 - e) Kordinasi
 - f) Kecepatan reaksi.

Menurut Clark dalam Nurhasan, (2001:133) yang terdapat dalam kesegaran jasmani meliputi kekuatan daya tahan otot dan daya tahan kardio-vaskular. Ketiga unsur tersebut merupakan komponen inti dalam kesegaran jasmani. Sedangkan menurut Johnson dan Nelson menyatakan bahwa kesegaran jasmani adalah kekuatan, daya tahan otot, daya tahan *cardiovascular* dan fleksibilitas.

Mengacu kepada batasan mengenai kesegaran jasmani dan pendapat para pakar mengenai unsur-unsur yang terdapat dalam kesegaran jasmani, maka dapat

di kemukakan bahwa unsur-unsur yang terdapat dalam lingkup kesegaran jasmani adalah: a) Kekuatan, b) Daya ledak, c) Kecepatan, d) Kelentukan, e) Daya tahan otot, e) Daya tahan kardiorespiratori (Nurhasan, 2001:133)

c. Manfaat Kesegaran Jasmani

Dengan adanya kesegaran jasmani dalam diri seseorang maka akan membuat orang tersebut bisa melakukan segala aktivitas yang di kehendaki seperti bekerja, belajar, berolahraga dan lain-lain. Oleh karena itu kesegaran jasmani sangat penting bagi kehidupan manusia.

Menurut Widiastuti, (2017:14) pentingnya kesegaran jasmani bagi anak usia sekolah antara lain meningkatkan kemampuan organ tubuh, sosial emosional, sportivitas dan semangat kompetensi. Beberapa penelitian juga menyebutkan bahwa kesegaran jasmani memiliki korelasi positif dengan prestasi akademis.

2. Hakikat Prestasi Belajar

Untuk memperoleh pengertian yang objektif tentang belajar terutama belajar disekolah, perlu dirumuskan secara jelas pengertian belajar. Menurut pengertian secara psikologis, belajar merupakan suatu proses perubahan yaitu perubahan tingkah laku sebagai hasil dari interaksi dengan lingkungannya dalam memenuhi kebutuhan hidupnya. Selanjutnya di jelaskan bahwa belajar adalah “suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkahlaku yang baru secara keseluruhan, sebahagi hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya” (Slameto,2013:2)

Alsa berpendapat bahwa belajar adalah tahapan perubahan perilaku individu yang relative menetap sebagai hasil pengalaman dan interaksi individu

dengan lingkungan. Upaya perubahan aspek lahiriah dan batiniah dalam proses belajar tersebut menurut bahasa Bloom meliputi tiga komponen; kognitif, afektif, dan psikomotorik. (Ghufron & Risnawati, 2012:4)

Berdasarkan pendapat di atas dapat dijelaskan bahwa belajar merupakan proses perubahan pada diri seseorang. Hasil dari belajar tersebut adalah suatu perubahan dalam berbagai bentuk seperti pengetahuan, pengalaman, sikap dan tingkah laku, keterampilan, kecakapan, dan sebagainya. Dalam kajian selanjutnya lebih difokuskan pada perubahan pengetahuan, dengan objek penelitian adalah siswa. Indikator dari hasil belajar dapat dilihat pada nilai yang diperoleh siswa pada pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan.

Prestasi belajar pada hakekatnya merupakan pencerminan dari usaha belajar. Semakin baik usaha belajar seseorang siswa, semakin baik pula prestasi belajar yang diperolehnya. Pencapaian prestasi belajar siswa dipengaruhi oleh berbagai macam faktor, baik faktor internal maupun factor eksternal. Tujuan pembelajaran dari ketuntasan belajar sampai 85% dari jumlah siswa di dalam kelas (Inayah, Martono & Sawiji, 2013:1).

Prestasi belajar adalah hasil yang diperoleh siswa atau mahasiswa setelah melakukan aktifitas belajarnya yang dinyatakan dalam bentuk nilai angkat atau huruf. Untuk mengetahui seberapa jauh prestasi akademik tersebut, maka diperlukan pengukuran dan penilaian hasil belajar. Pengukuran mencakup segala cara untuk memperoleh informasi mengenai hasil belajar yang dapat dikuantifikasikan (Suryabrata,2000). Prestasi belajar lebih jauh dapat diukur

tinggi rendahnya berdasarkan nilai ujian yang diperoleh, berupa nilai rapor atau IPK. (Ghufron & Risnawita, 2012:9-10)

Poerwanto memberikan pengertian prestasi belajar yaitu “ hasil yang dicapai oleh seseorang dalam usaha belajar sebagaimana yang dinyatakan dalam raport” Selanjutnya Winkel mengatakan bahwa “prestasi belajar adalah suatu bukti keberhasilan belajar atau kemampuan seseorang siswa dalam melakukan kegiatan belajar sesuai dengan bobot yang dicapainya” Sedangkan menurut Nasution, S prestasi belajar adalah “ kesempurnaan yang dicapai seseorang dalam berfikir, merasa dan berbuat, prestasi belajar dikatakan sempurna apabila memenuhi tiga aspek yakni: kognitif, afektif dan psikomotor, sebaliknya dikatakan prestasi kurang memuaskan jika seseorang belum mampu memenuhi target dalam ketiga kriteria tersebut”. (Hamdu & Agustina, 2011:83)

Berdasarkan pengertian di atas, maka dapat dijelaskan bahwa prestasi belajar merupakan tingkat kemanusiaan yang dimiliki siswa dalam menerima, menolak dan menilai informasi-informasi yang diperoleh dalam proses belajar mengajar. Prestasi belajar seseorang sesuai dengan tingkat keberhasilan sesuatu dalam mempelajari materi pelajaran yang dinyatakan dalam bentuk nilai atau raport setiap bidang studi setelah mengalami proses belajar mengajar. Prestasi belajar siswa dapat diketahui setelah diadakan evaluasi. Hasil dari evaluasi dapat memperlihatkan tentang tinggi atau rendahnya prestasi belajar siswa.

a. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prestasi Belajar

Faktor-faktor yang mempengaruhi belajar banyak jenisnya tetapi dapat digolongkan menjadi dua golongan, yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

Faktor internal adalah faktor yang ada dalam diri individu yang sedang belajar, sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang ada diluar individu. (Slameto,2013:54)

1. Faktor-Faktor Internal (Slameto, 2013:54-60)

Di dalam membicarakan faktor internal ini, akan dibahas menjadi tiga faktor, yaitu : faktor jasmania, psikologis, dan faktor kelelahan.

a. Faktor Jasmaniah

- 1) Faktor kesehatan
Sehat berarti dalam keadaan baik segenap badan beserta bagian-bagiannya atau bebas dari penyakit.
- 2) Cacat Tubuh
- 3) Cacat tubuh adalah sesuatu yang menyebabkan kurang baik atau kurang sempurna mengenai tubuh atau badan.

b. Faktor Psikologis

- 1) Intelegensi
Intelegensi adalah kecakapan yang terdiri dari tiga jenis yaitu kecakapan untuk menghadapi dan menyesuaikan ke dalam situasi yang baru dengan cepat dan efektif, mengetahui/menggunakan konsep-konsep yang abstrak secara efektif, mengetahui relasi dan mempelajarinya dengan cepat.
- 2) Perhatian
Perhatian adalah keaktifan jiwa yang di pertinggi, jiwa itu pun semata-mata tertuju kepada sesuatu obyek (benda/hal) atau sekumpulan objek. Untuk dapat menjamin hasil belajar yang baik, maka siswa harus mempunyai perhatian terhadap bahan yang di pelajarnya, jika bahan pelajaran tidak menjadi perhatian siswa, maka timbukan kebosanan, sehingga ia tidak suka belajar.
- 3) Minat
Minat adalah kecendrungan yang tetap untuk memperhatikan dan beberapa kegiatan. Minat besar pengaruh nya terhadap belajar, karena bila bahan pelajaran yang dipelajari tidak sesuai dengan minat siswa, siswa tidak akan belajar dengan sebaik-baiknya, karena tidak ada daya tarik baginya.
- 4) Bakat
Bakat adalah kemampuan untuk belajar, jika bahan pelajaran yang dipelajari siswa dengan bakatnya, maka hasil belajarnya lebih baik karena ia senang belajar dan pastilah selanjutnya ia lebih giat lagi dalam belajar.

5) Motif

Dalam proses belajar haruslah diperhatikan apa yang dapat mendorong siswa agar dapat belajar dengan baik atau padanya mempunyai motif untuk berpikir dan memusatkan perhatian, merencanakan dan melaksanakan kegiatan yang berhubungan / menunjang belajar.

6) Kematangan

7) Kematangan adalah suatu tingkat/fase dalam pertumbuhan seseorang, dimana alat-alat tubuhnya sudah siap untuk melaksanakan kecakapan baru, sehingga anak yang sudah siap (matang) belajarnya akan lebih berhasil dari pada anak belum (matang).

c. Faktor Kelelahan

Kelelahan pada seseorang dapat dibedakan menjadi dua macam, yaitu kelelahan jasmani dan kelelahan rohani (bersifat psikis). kelelahan jasmani yakni terlihat dengan lemah lunglainya tubuh dan timbul kecendrungan untuk membaringkan tubuh dan timbul kecendrungan untuk membaringkan tubuh sedangkan kelelahan rohani yakni terlihat dengan adanya kelesuan dan kebosanan, sehingga minat dan dorongan untuk menghasilkan sesuatu hilang.

2. **Faktor-Faktor Eksternal** (Slameto, 2013:60-72)

Faktor eksternal yang berpengaruh terhadap belajar, dapatlah dikelompokkan menjadi 3 faktor, yaitu : faktor keluarga, faktor sekolah dan faktor masyarakat.

a. Faktor Keluarga

Siswa yang belajarkan menerima pengaruh dari keluarga berupa cara orang tua mendidik, relasi antara anggota keluarga, suasana rumah tangga dan keadaan ekonomi keluarga.

b. Faktor sekolah

Faktor sekolah yang mempengaruhi belajar ini mencakup metode mengajar, kurikulum, relasi guru dengan siswa dengan siswa, disiplin sekolah, pelajaran

dan waktu sekolah, standar pelajaran, keadaan gedung, metode belajardan tugas rumah.

c. Faktor Masyarakat

Masyarakat merupakan faktor eksternal yang juga berpengaruh terhadap belajar siswa, pengaruh itu terjadi karena keberadaannya siswa dalam masyarakat sehingga siswa dapat dipengaruhi oleh kegiatan diantaranya media, teman bergaul dan bentuk kehidupan masyarakat, yang semuanya mempengaruhi belajar.

Berdasarkan uraian di atas dapat dijelaskan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi belajar adalah faktor internal (dari dalam) dan faktor eksternal (dari luar). Faktor internal dan faktor eksternal inilah yang akan membawa perubahan tingkah laku seseorang tersebut melalui proses belajar.

B. Kerangka Berfikir

Kesegaran jasmani adalah derajat sehat dinamis seseorang yang menjadi kemampuan jasmani dasar untuk dapat melaksanakan tugas yang harus dilaksanakan tanpa suatu kelelahan yang berarti, yang dapat diperoleh dengan pola hidup sehat dan olahraga yang teratur dan istirahat yang cukup. Siswa membutuhkan tubuh yang sehat dan bugar untuk dapat menjalankan proses belajar dengan baik. Dengan demikian siswa tersebut dapat mengikuti dan menjalankan proses belajar mengajar di sekolah dengan baik, sehingga prestasi belajar yang ingin dicapai dapat diperoleh secara optimal.

Prestasi belajar adalah hasil yang telah dicapai oleh siswa dalam pembelajaran di sekolah. Hasil pembelajaran tersebut dapat dilihat dari nilai rapor

yang diterima setelah melaksanakan ujian semester. Hasil dari serangkaian tes tersebut akan menunjukkan siswa itu dalam keadaan segar atau tidak. Jika tingkat kesegaran jasmani siswa tersebut baik, prestasi belajar siswa juga akan baik pula. Jika pikiran segar, otomatis pembelajaran di sekolah akan terserap dengan baik dan hasil dari prestasi belajar pendidikan jasmani siswa di sekolah akan baik pula. Banyak faktor yang mempengaruhi prestasi belajar pendidikan jasmani, salah satu di antaranya adalah kesegaran jasmani. Kesegaran jasmani bagi siswa sangat diperlukan karena kesegaran jasmani yang prima dapat memberikan dampak untuk meningkatkan kesegaran jasmaninya. Apabila siswa kesegaran jasmaninya tidak bagus atau dalam kelelahan siswa tidak akan maksimal dalam belajar ataupun menyerap pelajaran yang diberikan guru.

Dari teori di atas dapat dijelaskan bahwa terdapat Hubungan Tingkat Kesegaran Jasmani Terhadap Prestasi Belajar Pendidikan Jasmani Siswa Kelas VII SMPN 4 Pinggir Kabupaten Bengkalis.



C. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan asumsi tersebut di atas maka dapat dirumuskan hipotesis yakni terdapat Hubungan Tingkat Kesegaran Jasmani Terhadap Prestasi Belajar Pendidikan Jasmani Siswa kelas VII SMPN 4 Pinggir Kabupaten Bengkalis.

BAB III

METODELOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan rencana penelitian korelasional. Korelasional adalah suatu alat statistik, yang dapat digunakan untuk membandingkan hasil pengukuran dua variabel yang berbeda agar dapat menentukan tingkat hubungan antara variabel-variabel ini (Arikunto,2006:270). Dalam penelitian ini teknik yang digunakan untuk memudahkan menggali data di lapangan adalah Tes Kesegaran Jasmani Indonesia (TKJI)

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

1. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa cowok kelas VII SMPN 4 Pinggir Kabupaten Bengkalis. yang berjumlah 103 orang. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat tabel di bawah ini:

Tabel 1 : Jumlah Siswa Putra Kelas VII

No	Kelas	Jumlah Siswa
1	VII ¹	17 anak
2	VII ²	17 anak
3	VII ³	17 anak
4	VII ⁴	18 anak
5	VII ⁵	17 anak
6	VII ⁶	17 anak
Jumlah		103 anak

SMPN 4 Pinggir Kabupaten Bengkalis

2. Sampel

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang di teliti (Arikunto, 2013:174). Pada penelitian ini peneliti mengambil sampel menggunakan teknik Purposive Sampling, sampel bertujuan dilakukan dengan cara mengambil subjek

bukan di dasarkan atas strata, random, atau daerah tetapi di dasarkan atas adanya tujuan tertentu (Arikunto, 2013:183). Karena jumlah populasi terlalu banyak, dan guru olahraga yang mengajar hanya memberi izin untuk mengambil sampel siswa cowok kelas VII⁴ yang berjumlah 18 siswa dan juga untuk mempertimbangkan keterbatasan waktu, tenaga peneliti dan dana.

C. Defenisi Operasional

Agar tidak terjadi kesalahan persepsi tentang, maka perlu ada penjelasan tersendiri tentang arti dan makna judul tersebut. Penjelasan tersebut dikemas dalam penegasan istilah seperti berikut:

1. Kesegaran jasmani yaitu kemampuan tubuh untuk menyesuaikan fungsi alat-alat tubuhnya dalam batas-batas fisiologis terhadap keadaan lingkungan dan kerja fisik dengan cara yang cukup efisien tanpa lelah secara berlebihan, sehingga masih dapat melakukan kegiatan-kegiatan lain yang bersifat rekreatif dan telah mengalami pemulihan yang sempurna sebelum datangnya tugas yang sama esok harinya.
2. Prestasi belajar adalah hasil yang diperoleh siswa setelah melakukan aktifitas belajarnya yang dinyatakan dalam bentuk nilai angkat atau huruf. Untuk mengetahui seberapa jauh prestasi akademik tersebut, maka diperlukan pengukuran dan penilaian hasil belajar. Pengukuran mencakup segala cara untuk memperoleh informasi mengenai hasil belajar yang dapat dikuantifikasikan. Prestasi belajar lebih jauh dapat diukur tinggi rendahnya berdasarkan nilai ujian yang diperoleh, berupa nilai rapor.

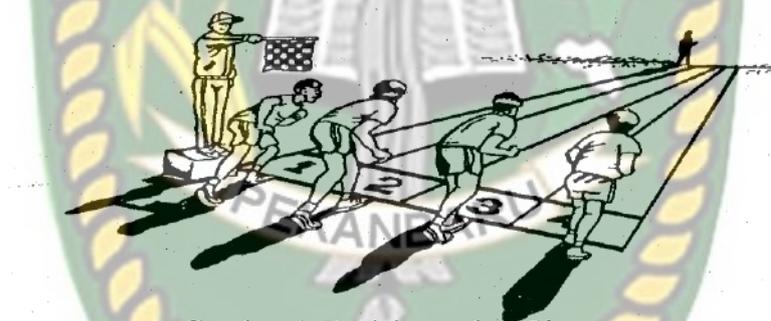
D. Pengembangan Instrumen

1. Tes Kesegaran Jasmani (Depdiknas, 1999:6)

A. Lari 50 Meter

- a) Tujuan : Tes ini bertujuan untuk mengukur kecepatan
- b) Alat dan Fasilitas
 - 1) Lintasan lurus, rata, tidak licin, mempunyai lintasan lanjutan, berjarak 50 / 60 meter
 - 2) Bendera start
 - 3) Peluit
 - 4) Tiang pancang
 - 5) Stop watch
 - 6) Serbuk kapur
 - 7) Formulir TKJI
 - 8) Alat tulis
- c) Petugas Tes
 - 1) Petugas pemberangkatan
 - 2) Pengukur waktu merangkap pencatat hasil tes
- d) Pelaksanaan
 - 1) Sikap permulaan : Peserta berdiri dibelakang garis start
 - 2) Gerakan :
 1. pada aba-aba “SIAP” peserta mengambil sikap start berdiri, siap untuk lari
 2. pada aba- aba “YA” peserta lari secepat mungkin menuju garis finish

- 3) Lari masih bisa diulang apabila peserta :
 1. mencuri start
 2. tidak melewati garis finish
 3. terganggu oleh pelari lainnya
- 4) Pengukuran waktu : Pengukuran waktu dilakukan dari saat bendera start diangkat sampai pelari melintasi garis Finish.
- 5) Pencatat hasil
 1. Hasil yang dicatat adalah waktu yang dicapai oleh pelari untuk menempuh jarak 50 meter dalam satuan detik.
 2. Waktu dicatat satu angka dibelakang koma.



Gambar 1. Posisi start lari 50 meter
(Depdiknas, 1999:7)

- B. Tes Angkat Tubuh (pull up) 60 detik
 - a) Tujuan : Tes ini bertujuan untuk mengukur kekuatan dan ketahanan otot lengan dan otot bahu.
 - b) Alat dan fasilitas
 - 1) lantai rata dan bersih.
 - 2) Palang tunggal yang dapat diatur tinggi rendahnya sesuai dengan peserta. Pipa pegangan terbuat dari besi ukuran $\frac{3}{4}$ inchi
 - 3) Stopwatch

4) serbuk kapur atau magnesium karbonat

5) alat tulis

c) Petugas Tes

1) pengamat waktu

2) penghitung gerakan merangkap pencatat hasil

d) Pelaksanaan

1) Sikap permulaan ; Peserta berdiri di bawah palang tunggal. Kedua tangan berpegangan pada palang tunggal selebar bahu. Pegangan telapak tangan menghadap ke arah letak kepala.



Gambar 2. Sikap permulaan gantung angkat tubuh
(Depdiknas, 1999:9)

2) Gerakan

1. Mengangkat tubuh dengan membengkokkan kedua lengan, sehingga dagu menyentuh atau berada di atas palang tunggal kemudian kembali ke sikap permulaan. Gerakan ini dihitung satu kali.
2. Selama melakukan gerakan, mulai dari kepala sampai ujung kaki tetap merupakan satu garis lurus.

3. Gerakan ini dilakukan berulang-ulang, tanpa istirahat sebanyak mungkin selama 60 detik.

3) Angkatan dianggap gagal dan tidak dihitung apabila:

1. pada waktu mengangkat badan, peserta melakukan gerakan mengayun,
2. pada waktu mengangkat badan, dagu tidak menyentuh palang tunggal
3. pada waktu kembali ke sikap permulaan kedua lengan.



Gambar 3. Sikap dagu menyentuh/melewati palang tunggal (Depdiknas, 1999:10)

e) Pencatatan Hasil

- 1) Yang dihitung adalah angkatan yang dilakukan dengan sempurna.
- 2) yang dicatat adalah jumlah (frekuensi) angkatan yang dapat dilakukan dengan sikap sempurna tanpa istirahat selama 60 detik.
- 3) Peserta yang tidak mampu melakukan Tes angkatan tubuh ini, walaupun telah berusaha, diberi nilai nol (0).

C. Tes Baring Duduk 60 detik

a) Tujuan; Mengukur kekuatan dan ketahanan otot perut.

b) Alat dan fasilitas

- 1) lantai / lapangan yang rata dan bersih
- 2) stopwatch
- 3) alat tulis
- 4) alas / tikar / matras dll

c) Petugas tes

- 1) Pengamat waktu,
- 2) penghitung gerakan merangkap pencatat hasil

d) Pelaksanaan

- 1) sikap permulaan
 1. berbaring telentang di lantai, kedua lutut ditekuk dengan sudut 90° dengan kedua jari-jarinya diletakkan di belakang kepala.
 2. Petugas atau peserta lain menekan / memegang kedua pergelangan kaki agar kaki tidak terangkat.



Gambar 4. Sikap permulaan baring duduk (depdiknas, 1999:14)

2) Gerakan

1. Gerakan aba-aba “YA” peserta bergerak mengambil sikap duduk sampai kedua sikunya menyentuh paha, kemudian kembali ke sikap awal.

2. Lakukan gerakan ini berulang-ulang tanpa henti selama 60 detik.

Catatan:

- a) Gerakan tidak di hitung jika tangan terlepas, sehingga jari-jarinya tidak terjalin lagi,
- b) Kedua siku tidak sampai menyentuh paha,
- c) Mempergunakan sikunya untuk membantu menolak tubuh.



Gambar 5. Gerakan baring menuju sikap duduk (Depdiknas, 1999:14)

Gambar 6. Sikap duduk dengan kedua siku menyentuh paha (Depdiknas, 1999:15)

e) Pencatat Hasil

- 1) Hasil yang dihitung dan dicatat adalah gerakan tes yang dapat dilakukan dengan sempurna selama 60 detik
- 2) Peserta yang tidak mampu melakukan tes ini diberi nilai nol (0)

D. Test Loncat Tegak

a) Tujuan; Tes ini bertujuan untuk mengukur daya ledak / tenaga eksplosif

b) Alat dan Fasilitas

1) Papan berskala centimeter, warna gelap, ukuran 30 x 150 cm, dipasang pada dinding yang rata atau tiang. Jarak antara lantai dengan angka nol (0) pada papan tes adalah 150 cm.

2) Serbuk kapur

3) Alat penghapus papan tulis

4) Alat tulis

c) Petugas Tes

Pengamat dan pencatat hasil

d) Pelaksanaan Tes

1) Sikap permulaan

a. Terlebih dulu ujung jari peserta diolesi dengan serbuk kapur / magnesium karbonat.

b. Peserta berdiri tegak dekat dinding, kaki rapat, papan skala berada pada sisi kanan / kiri badan peserta. Angkat tangan yang dekat dinding lurus ke atas, telapak tangan ditempelkan pada papan skala hingga meninggalkan bekas jari.

2) Gerakan

a. Peserta mengambil awalan dengan sikap menekukkan lutut dan kedua lengan diayun ke belakang, Kemudian peserta meloncat

setinggi mungkin sambil menepuk papan dengan tangan yang terdekat sehingga menimbulkan bekas.

- b. Lakukan tes ini sebanyak tiga (3) kali tanpa istirahat atau boleh diselingi peserta lain

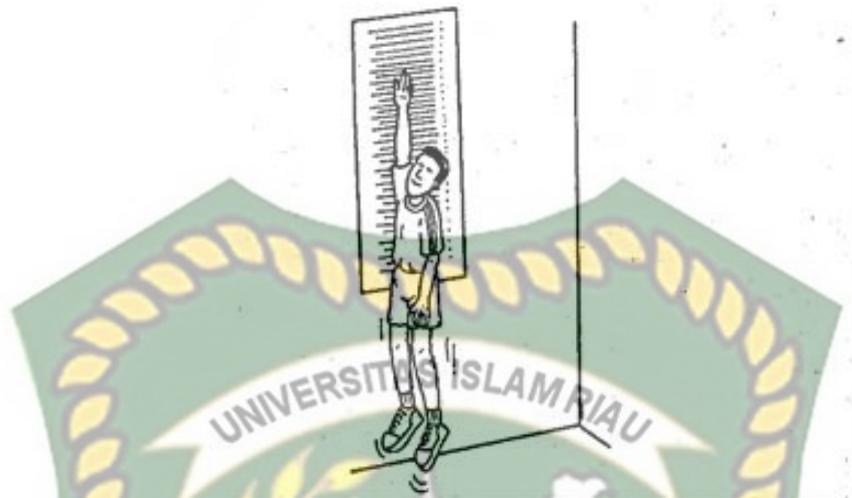


Gambar 7. Sikap menentukan raihan tegak
(Depdiknas, 1999:17)

Gambar 8. Sikap awalan loncat tegak
(Depdiknas, 1999:18)

- e) Pencatat Hasil

- 1) Selisih raihan lompatan dikurangi raihan tegak
- 2) Ketiga selisih hasil tes dicatat



Gambar 9. Gerakan meloncat tegak
(Depdiknas, 1999:18)

- E. Tes Lari 1000 meter
- a) Tujuan; Tes ini bertujuan untuk mengukur daya tahan jantung paru, peredaran darah dan pernafasan.
 - b) Alat dan Fasilitas
 - 1) Lintasan lari
 - 2) Stopwatch
 - 3) Bendera start
 - 4) Peluit
 - 5) Tiang pancang
 - 6) Alat tulis
 - c) Petugas Tes
 - 1) Petugas pemberangkatan.
 - 2) Pengukur waktu.
 - 3) Pencatat hasil.
 - 4) Pengawas dan pembantu umum

d) Pelaksanaan Tes

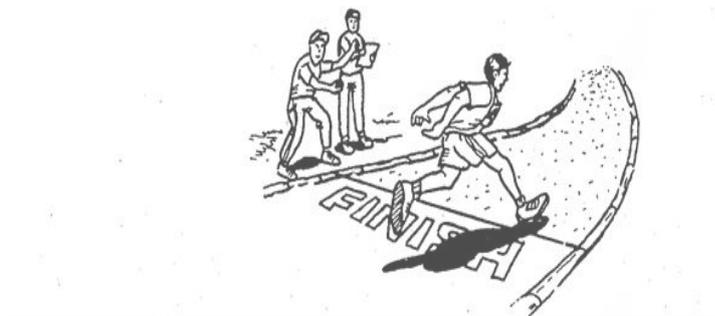
- 1) Sikap permulaan; Peserta berdiri di belakang garis start.
- 2) Gerakan
 - a) Pada aba-aba “SIAP” peserta mengambil sikap berdiri, siap untuk lari.
 - b) Pada aba-aba “YA” peserta lari semaksimal mungkin menuju garis finish menempuh jarak 1000 meter.



Gambar 10. Posisi start lari 1000 meter
(Depdiknas,1999:20)

e) Pencatatan Hasil

- 1) Pengambilan waktu dilakukan mulai saat bendera start diangkat sampai peserta tepat melintasi garis finish
- 2) Hasil dicatat dalam satuan menit dan detik.



Gambar 11. Posisi finish lari 1000 meter
(Depdiknas, 1999:21)

Tabel 2: Nilai Tes Kesegaran Jasmani Indonesia Untuk Remaja 13-15 Tahun Putra.

Nilai	Lari 50 meter	Gantung angkat tubuh	Baring duduk	Loncat tegak	Lari 1000 meter	Nilai
5	S.d – 6,7”	16 – Keatas	38 - Keatas	66 Keatas	s.d – 3’04”	5
4	6,8” – 7,6”	11 – 15	28 – 37	53 – 65	3’05” – 3’53”	4
3	7,7” – 8,7”	6 – 10	19 – 27	42 – 52	3’54” – 4’46”	3
2	8,8” – 10,3”	2 – 5	8 – 18	31 – 41	4’47” – 6’04”	2
1	10,4”- dst	0 – 1	0 – 7	0 - 30	6’05” – dst	1

(Depdiknas, 1999;27)

Tabel 3 : Norma Kesegaran Jasmani Indonesia Untuk Remaja 13-15 Tahun Putra-Putri.

No	Jumlah nilai	Klasifikasi Kesegaran Jasmani
1.	22 – 25	Baik sekali (BS)
2.	18 – 21	Baik (B)
3.	14 – 17	Sedang (S)
4.	10 – 13	Kurang (K)
5.	5 – 9	Kurang sekali (KS)

(Depdiknas, 1999;28)

2. Prestasi Belajar Siswa

Untuk mendapatkan data prestasi belajar siswa di ambil dari hasil rapor pendidikan jasmani dari setiap masing-masing sampel di akhir semester.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

1. Observasi adalah teknik yang dilakukan penulis dengan pengamatan langsung ke objek atau tempat penelitian dilapangan guna untuk mendapatkan informasi mengenai penelitian ini.
2. Kepustakaan digunakan untuk mendapatkan konsep-konsep dari teori yang dipakai dalam penelitian ini.

3. Tes dan pengukuran yaitu dengan melakukan mengukur tingkat kesegaran jasmani dengan tes kesegaran jasmani Indonesia (TKJI) untuk usia 13-15 tahun dan hasil belajar di ukur melalui nilai yang di peroleh siswa.

F. Teknik Analisa Data

Teknik analisis korelasi yang digunakan adalah korelasi *product moment*. Apabila data yang diperoleh sudah terkumpul dalam penelitian ini data tersebut akan diolah dianalisis antara hubungan tingkat kesegaran jasmani dengan hasil belajar pendidikan jasmani.

Rumus product moment:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{N\{\sum x^2 - (\sum X)^2\}\{N\sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan :

r_{xy} = Koefisien korelasi X dan Y

N = Jumlah subyek

$\sum XY$ = Jumlah (X) (Y)

$\sum Y$ = Jumlah Y

$\sum X$ = Jumlah X

$\sum X^2$ = Jumlah kuadrat X

$\sum Y^2$ = Jumlah kuadrat Y

Riduwan (2013:80)

Tabel 4. Interpretasi nilai r

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,80 – 1,000	Sangat kuat
0,60 – 0,799	Kuat
0,40 – 0,599	Cukup kuat
0,20 – 0,399	Rendah
0,00 – 0,199	Sangat rendah

Riduwan, 2013:81

Untuk menguji signifikan koefisien di atas maka dilakukan uji T
(Riduwan,2013:81)

$$t = \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}}$$

Keterangan :

t = t hitung

r = korelasi

n = jumlah sampel

BAB IV

PENGOLAHAN DATA

A. Deskripsi Data

Dalam sub bab ini dilakukan pemaparan dari hasil penelitian yaitu tentang Hubungan Tingkat Kesegaran Jasmani Terhadap Prestasi Belajar Pendidikan Jasmani Siswa Kelas VII SMPN 4 Pinggir. Adapun hasil deskripsi data hasil tes pengukuran antara kesegaran jasmani terhadap prestasi belajar pendidikan jasmani sebagai berikut.

Tes Lari 50 meter

No	Nama Siswa	Hasil Tes	Nilai
1	Syahril Gunawan	6,5	5
2	Joko Hutagaol	6,7	5
3	M.Hidayah	6,8	4
4	Angga	7,0	4
5	Rian Saputra	8,1	3
6	Gusti	7,4	4
7	Agus Salim	8,6	3
8	Hamdani Purnama	8,4	3
9	Bhakti Prayuda	7,6	4
10	Edi Saputra	8,7	3
11	Kanda Ariansyah Tanjung	8,1	3
12	Hendri Kurniawan	9,1	2
13	Alvin Andriansyah	7,0	4
14	Nabil Fikri	7,7	3
15	Dwiki Alviansyah	8,7	3
16	M.Nurfajri Miftahul Fichri	13,0	1
17	Muhammad Suhandreansyah	6,4	5
18	Jose Armando Silaban	7,7	3

Tes Angkat Tubuh

No	Nama Siswa	Hasil Tes	Nilai
1	Syahril Gunawan	12	4
2	Joko Hutagaol	11	4
3	M.Hidayah	8	3
4	Angga	10	3
5	Rian Saputra	8	3
6	Gusti	16	5
7	Agus Salim	9	3
8	Hamdani Purnama	9	3
9	Bhakti Prayuda	6	3
10	Edi Saputra	7	3
11	Kanda Ariansyah Tanjung	7	3
12	Hendri Kurniawan	1	1
13	Alvin Andriansyah	6	3
14	Nabil Fikri	1	1
15	Dwiki Alviansyah	0	1
16	M.Nurfajri Miftahul Fichri	0	1
17	Muhammad Suhandreansyah	11	4
18	Jose Armando Silaban	15	4

Tes Baring Duduk

No	Nama Siswa	Hasil Tes	Nilai
1	Syahril Gunawan	34	4
2	Joko Hutagaol	37	4
3	M.Hidayah	23	3
4	Angga	12	2
5	Rian Saputra	21	3
6	Gusti	28	4
7	Agus Salim	25	3

8	Hamdani Purnama	19	3
9	Bhakti Prayuda	27	3
10	Edi Saputra	27	3
11	Kanda Ariansyah Tanjung	32	4
12	Hendri Kurniawan	24	3
13	Alvin Andriansyah	28	4
14	Nabil Fikri	43	5
15	Dwiki Alviansyah	38	5
16	M.Nurfajri Miftahul Fichri	1	1
17	Muhammad Suhandreansyah	24	3
18	Jose Armando Silaban	21	3

Tes Loncat Tegak

No	Nama Siswa	Hasil Tes	Nilai
1	Syahril Gunawan	49	3
2	Joko Hutagaol	47	3
3	M.Hidayah	47	3
4	Angga	52	3
5	Rian Saputra	54	4
6	Gusti	55	4
7	Agus Salim	40	2
8	Hamdani Purnama	55	4
9	Bhakti Prayuda	46	3
10	Edi Saputra	36	2
11	Kanda Ariansyah Tanjung	46	3
12	Hendri Kurniawan	36	2
13	Alvin Andriansyah	48	3
14	Nabil Fikri	41	2
15	Dwiki Alviansyah	38	2
16	M.Nurfajri Miftahul Fichri	37	2
17	Muhammad Suhandreansyah	50	3
18	Jose Armando Silaban	35	2

Tes Lari 1000 Meter

No	Nama Siswa	Hasil Tes	Nilai
1	Syahril Gunawan	4,13	3
2	Joko Hutagaol	4,37	3
3	M.Hidayah	5,07	2
4	Angga	5,08	2
5	Rian Saputra	4,13	3
6	Gusti	4,14	3
7	Agus Salim	4,15	3
8	Hamdani Purnama	4,21	3
9	Bhakti Prayuda	4,25	3
10	Edi Saputra	4,29	3
11	Kanda Ariansyah Tanjung	4,33	3
12	Hendri Kurniawan	4,50	2
13	Alvin Andriansyah	5,28	2
14	Nabil Fikri	5,29	2
15	Dwiki Alviansyah	5,54	2
16	M.Nurfajri Miftahul Fichri	5,55	2
17	Muhammad Suhandreansyah	4,20	3
18	Jose Armando Silaban	4,34	2

Jumlah Nilai Keseluruhan

No	Nama Siswa	Hasil Tes	Ket
1	Syahril Gunawan	19	Baik
2	Joko Hutagaol	19	Baik
3	M.Hidayah	15	Sedang
4	Angga	14	Sedang
5	Rian Saputra	16	Sedang
6	Gusti	20	Baik
7	Agus Salim	14	Sedang

8	Hamdani Purnama	16	Sedang
9	Bhakti Prayuda	16	Sedang
10	Edi Saputra	14	Sedang
11	Kanda Ariansyah Tanjung	16	Sedang
12	Hendri Kurniawan	10	Kurang
13	Alvin Andriansyah	16	Sedang
14	Nabil Fikri	13	Kurang
15	Dwiki Alviansyah	13	Kurang
16	M.Nurfajri Miftahul Fichri	7	Kurang Sekali
17	Muhammad Suhandreansyah	18	Baik
18	Jose Armando Silaban	14	Sedang

Dilihat dari hasil keseluruhan dapat di simpulkan siswa yang mendapat hasil yang baik (18-21) berjumlah 4 orang, siswa yang mendapatkan hasil sedang (14-17) berjumlah 10 orang, siswa yang mendapatkan hasil kurang (10-13) berjumlah 3 orang, dan siswa yang mendapatkan hasil kurang sekali (5-9) berjumlah 1 orang.

1. Data Kesegaran Jasmani Siswa Kelas VIII SMPN 4 Pinggir

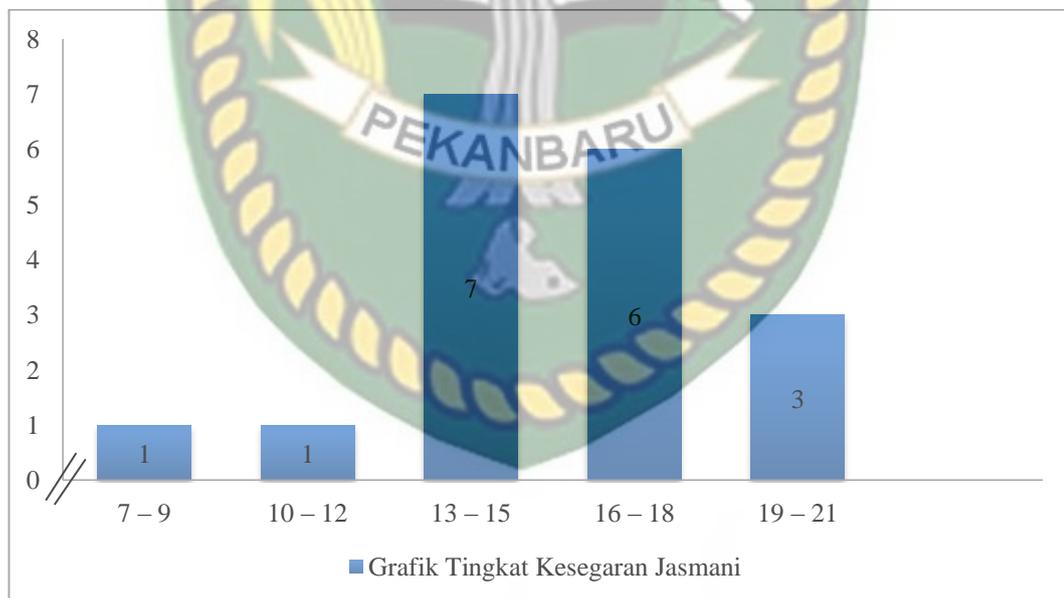
Berdasarkan tes yang dilakukan terhadap 18 orang testi, Data yang diperoleh dari kesegaran jasmani siswa dengan menggunakan tes TKJI. Berdasarkan analisis dapat dijelaskan yang mendapat nilai antara 7 - 9 adalah sebanyak 1 orang dengan persentasi 6%, siswa yang mendapatkan nilai 10 – 12 adalah sebanyak 1 orang dengan persentasi 6%, siswa yang mendapatkan nilai 13 – 15 adalah sebanyak 7 orang dengan persentasi 39%, siswa yang mendapatkan nilai 16 – 18 adalah sebanyak 6 orang dengan persentasi 33%, dan siswa yang

mendapatkan nilai 19 – 21 adalah sebanyak 3 orang dengan persentasi 17%, untuk lebih jelas dapat dilihat table dibawah ini.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Data Kesegaran Jasmani Siswa Kelas VII SMPN 4 Pinggir.

No	Kelas Interval	Frekuensi	Persentase
1	7 – 9	1	6%
2	10 – 12	1	6%
3	13 – 15	7	39%
4	16 – 18	6	33%
5	19 – 21	3	17%
Jumlah		18	100%

Secara grafik dapat dilihat di bawah ini :



2. Data Prestasi Belajar Pendidikan Jasmani Siswa Kelas VII SMPN 4 Pinggir.

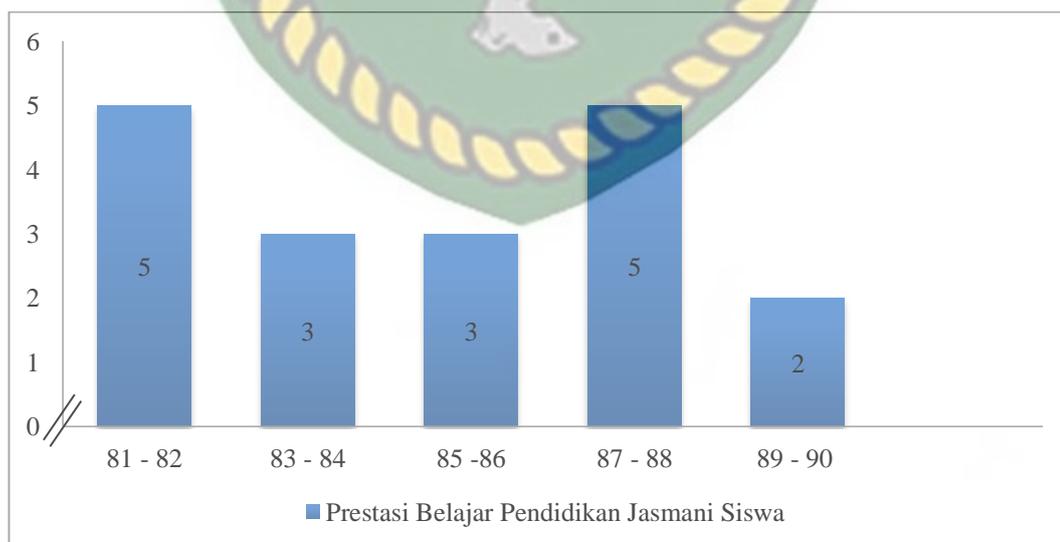
Prestasi belajar siswa dalam penelitian ini adalah di ukur dari nilai rapor siswa mata pelajaran pendidikan jasmani. Berdasarkan analisis dapat dijelaskan

yang mendapat nilai 81 - 82 adalah sebanyak 5 orang dengan persentasi 28%, siswa yang mendapatkan nilai 83 – 84 adalah sebanyak 3 orang dengan persentasi 17%, siswa yang mendapatkan nilai 85 – 86 adalah sebanyak 3 orang dengan persentasi 17%, siswa yang mendapatkan nilai 87 – 88 adalah sebanyak 5 orang dengan persentasi 28%, siswa yang mendapatkan nilai 89 – 90 adalah sebanyak 2 orang dengan persentasi 11%, untuk lebih jelas dapat dilihat tabel dibawah ini.

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Data Prestasi Belajar Pendidikan Jasmani Siswa Kelas VII SMPN 4 Pinggir.

No	Kelas Interval	Frekuensi	Persentase
1	81 – 82	5	28%
2	83 – 84	3	17%
3	85 – 86	3	17%
4	87 – 88	5	28%
5	89 – 90	2	11%
Jumlah		18	100%

Secara grafik dapat dilihat di bawah ini :



B. Analisis Data

Berdasarkan hasil pengumpulan data dari kesegaran jasmani dan prestasi belajar, lalu diolah menurut teknik-teknik statistic *product moment*, dilanjutkan dengan Uji-T untuk mengetahui apakah ada hubungan dari kedua variabel tersebut yang merupakan masalah pokok dalam skripsi ini.

Berdasarkan perhitungan dengan menggunakan *product moment* maka didapatkan hasil R_{hitung} adalah sebesar 0,61. Nilai ini jika dilihat pada tabel koefisien korelasi tergolong kuat.

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,80 – 1,000	Sangat kuat
0,60 – 0,799	Kuat
0,40 – 0,599	Cukup kuat
0,20 – 0,399	Rendah
0,00 – 0,199	Sangat rendah

Untuk pengujian hipotesis apakah terdapat hubungan kesegaran jasmani terhadap prestasi belajar maka dilakukan uji-T. dari hasil perhitungan uji-T diperoleh $t_{hitung} \geq t_{tabel}$ atau $3,08 \geq 2,120$. Dengan kaidah penguji sebagai berikut:

Jika $t_{hitung} \geq t_{tabel}$ maka signifikan

Jika $t_{hitung} \leq$ maka tidak signifikan

Hal ini berarti ada hubungan yang signifikan antara tingkat kesegaran jasmani dengan prestasi belajar pendidikan jasmani, sehingga hipotesis yang

diajukan diterima. Hasil koefisien determinasi kebugaran jasmani memberikan sumbangan sebesar 37,2 % terhadap prestasi belajar pendidikan jasmani pada anak, dan sisanya sebesar 62,8% dipengaruhi faktor lain.

C. Pembahasan

Dari uraian sebelumnya maka dapat ditafsirkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kebugaran jasmani terhadap prestasi belajar pendidikan jasmani siswa kelas VII SMPN 4 Pinggir. Kebugaran jasmani bukan menjadi satu-satunya faktor yang mendukung dalam pencapaian prestasi belajar pendidikan jasmani siswa. Untuk mendukung pendidikan jasmani siswa, dibutuhkan minat, bakat, keterampilan dan keterlatihan siswa dalam mengikuti pendidikan jasmani. Dengan demikian kebugaran jasmani hanya menjadi salah satu faktor pendukung untuk memperoleh prestasi belajar pada pendidikan jasmani.

Proses belajar seseorang akan terganggu jika kesehatan seseorang terganggu, selain itu juga ia akan cepat lelah, kurang bersemangat, mudah pusing, mengantuk jika badannya lemah, kurang darah ataupun ada gangguan – gangguan/kelainan-kelainan fungsi alat inderanya serta tubuhnya. Agar seseorang dapat belajar dengan baik haruslah mengusahakan kesehatan badannya tetap terjaga dengan cara selalu mengindahkan ketentuan-ketentuan tentang bekerja, belajar, istirahat, makan, olah raga, rekreasi dan ibadah. (Slameto,2013:54-55)

Berdasarkan hasil penelitian Agasta Syaifudin Hidayat, terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kebugaran jasmani terhadap hasil prestasi akademik pada siswa kelas XI SMK 10 November Sidoarjo. Hasil yang di dapat adalah hipotesis (Ho) ditolak maka dapat di simpulkan bahwa siswa yang memiliki tingkat kebugaran jasmani tinggi akan mendapat hasil prestasi akademik yang tinggi juga (Agasta, 2015:158)

Dalam hal ini hubungan kebugaran jasmani dengan prestasi belajar pendidikan jasmani merupakan hubungan tidak langsung, artinya dengan kebugaran jasmani yang baik siswa dapat dengan baik melakukan aktivitas jasmani, dengan demikian akan mendukung pencapaian prestasi akademik.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data dan pembahasan pada bab sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kesegaran jasmani dan prestasi belajar pendidikan jasmani siswa kelas VII SMPN 4 Pinggir.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka dapat dikemukakan beberapa saran sebagai berikut :

1. Bagi siswa yang masih mempunyai kesegaran jasmani yang kurang hendaknya untuk ditingkatkan agar menunjang prestasi akademiknya.
2. Bagi guru penjaskes dapat dijadikan sebagai bahan kajian untuk meningkatkan prestasi belajar siswa.
3. Bagi peneliti selanjutnya dapat dilakukan penelitian dengan variabel bebas lain, sehingga variabel yang memengaruhi prestasi akademik dapat teridentifikasi lebih banyak lagi.
4. Dalam penulisan skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan, oleh sebab itu penulis berharap ada peneliti yang dapat melanjutkan penelitian ini supaya tercapainya hasil belajar yang baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2013. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta : Rineka Cipta
- Arsil. 2008. *Pembinaan Kondisi Fisik*. Padang : Universitas Negeri Padang.
- Depdiknas, 1999. *Tes Kesegaran Jasmani Indonesia Untuk Anak umur 13-15 tahun*. Jakarta : Depdiknas.
- Ghufron, M.Nur., dan Rini Risnawita,S. 2012. *Gaya Belajar Kajian Teoritik*. Yogyakarta : Pustaka Belajar
- Hamdu, Ghullam, dan Lisa Agustina. 2011. Pengaruh Motivasi Belajar Siswa Terhadap Prestasi Belajar IPA di Sekolah Dasar. *Jurnal Penelitian Pendidikan*. Volume 12, Nomor 1:81-86
- Hastuti, Tri Ani. 2008. Kontribusi Ekstrakurikuler Bola Basket Terhadap Pembibitan Atlet dan Peningkatan Kesegaran Jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. Vol.1, No.1:45-50
- Hidayat, Agasta Syaifudin. 2015. Hubungan Tingkat Kebugaran Jasmani Terhadap Prestasi Akademik (Siswa Kelas xi Perawat 2 SMK 10 November Sidoarjo). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. Vol. 03, No.1:154-159
- Inayah, Ridaul, Trisno Martono dan Hery Sawiji. 2013. Pengaruh Kompetensi Guru, Motivasi Belajar Siswa, dan Fasilitas Belajar Terhadap Prestasi Belajar Mata Pelajaran Ekonomi pada Kelas XI IPS SMA Negeri 1 Lasem Jawa Tengah Tahun Pelajaran 2011/2012. *Jurnal Pendidikan Insan Mandiri*. Vol.1, No.1: 1-12
- Ismaryati. 2008. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta. UNS Press.
- Kusumawati, Mia. 2015. *Penelitian Pendidikan Pejasorkes (Pedidikan Jasmani dan Kesehatan)*. Bandung : Alfabeta.
- Mangoenprasodjo, Setiono. 2005. *Olahraga Tanpa Terpaksa*. Yogyakarta : Thinkfresh.
- Nurhasan. 2001. *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani : Prinsip-prinsip dan Penerapannya*. Jakarta : Direktorat Jendral Olahraga, Depdiknas.
- Riduwan dan Sunarto, 2013. *Pengantar Statistik*. Bandung : Alfabeta.
- Slameto. 2013. *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhi*. Jakarta : Rinika Cipta.

Sugiyono, 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung Alfabeta.

Undang-undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 Tentang sistem Keolahragaan Nasional.

Widiastuti, 2017. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta: PT. Bumi Timur Jaya

