

## **Peranan Senam Kebugaran Jasmani (Skj) 2017 Dalam Menumbuhkan Minat Siswa Di Smp Negeri 2 Muara Enim**

**Farizal Imansyah**  
Universitas PGRI Palembang  
Farizalpklo@gmail.com

### **ABSTRAK**

Senam kebugaran kebugaran jasmani 2017 merupakan olahraga yang rutin dilaksanakan satu kali dalam seminggu. Di mana siswa yang memiliki minat belajar yang tinggi cenderung melakukan aktivitas belajar yang tinggi sedangkan siswa yang memiliki minat belajar yang rendah cenderung dengan sikap bermalas-malasan dalam aktivitas belajarnya. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui Senam Kebugaran Jasmani (SKJ) 2017 dalam meningkatkan minat belajar siswa di SMP Negeri 2 Muara Enim.

Adapun metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen. Teknik pengumpulan data menggunakan angket yang berjumlah 20 butir, dan teknik analisis data menggunakan persentase (%).

Hasil analisis data dan pembahasan dinyatakan hasil jawaban siswa terhadap 20 butir angket, yaitu terdapat 20% dalam kategori sangat tinggi, dan 80% dalam kategori tinggi. Dengan demikian, minat belajar siswa pada mata pelajaran penjasorkes dikategorikan tinggi.

Sehubungan hasil penelitian, peneliti menyimpulkan terdapat peranan senam kebugaran jasmani 2017 dalam menumbuhkan minat belajar siswa pada mata pelajaran penjasorkes di SMP Negeri 2 Muara Enim. Tahun pelajaran 2017/2018 sebesar 83,05% tergolong tinggi. Oleh karena itu, disarankan kepada sekolah hendaknya menjadikan senam kebugaran jasmani 2017 sebagai salah satu program yang digunakan untuk meningkatkan kesehatan siswa, sehingga minat belajar siswa pada mata pelajaran penjasorkes juga meningkat.

Kata kunci: senam kebugaran jasmani 2017, minat belajar.

## **The Role Of Fitness Of Jasmani (Skj) 2017 In Growing Students In Junior High School 2 Muara Enim**

**Farizal Imansyah**  
Universitas PGRI Palembang  
Farizalpklo@gmail.com

### **ABSTRACT**

Fitness fitness fitness gym 2017 is a routine exercise held once a week. Where students who have a high learning interest tend to perform high learning activities while students who have low interest in learning tend to be lazy in learning activities. The purpose of this research is to know Fitness Fitness Fitness (SKJ) 2017 in improving student interest in Junior High School 2 Muara Enim.

The research method used is experiment. Data collection techniques used 20 questionnaires, and data analysis techniques used percentage (%).

The result of data analysis and discussion stated student answer result to 20 questionnaire, that is 20% in very high category, and 80% in high category. Thus, interest in student learning subjects penjasorkes high categorized.

In relation to the results of the study, the researchers concluded that there is a role of physical fitness gymnastics in 2017 to foster students' interest in subjects penjasorkes in Junior High School 2 Muara Enim. Lesson year 2017/2018 amounted to 83.05% is high. Therefore, it is suggested that the school should make physical fitness gymnastics 2017 as one of the programs used to improve students 'health, so that the students' learning interest in the subjects of penjasorkes also increases.

Keywords: physical fitness gymnastics 2017, interest in learning.

## PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (penjasorkes) sebagai komponen pendidikan secara keseluruhan telah disadari oleh banyak kalangan. Menurut Samsudin (2008:1), bahwa penjasorkes bukan hanya merupakan aktivitas pengembangan fisik secara terisolasi, akan tetapi harus berada dalam konteks pendidikan secara umum. Dengan demikian dapat diduga dengan mudah bahwa tujuannya bukan sekedar pencapaian yang bersifat fisik semata, akan tetapi juga melibatkan aktifitas psikis. Oleh karena itu penyelenggaraan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan harus dikembangkan lebih optimal sehingga peserta didik lebih inovatif, terampil, kreatif, memiliki kebugaran jasmani dan kebiasaan hidup sehat serta memiliki pengetahuan dan pemahaman gerak manusia.

Ruang lingkup pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang diajarkan pada siswa mencakup keseluruhan materi olahraga dan kesehatan. Olahraga merupakan kegiatan yang dilakukan untuk menjaga kesehatan jasmani dan rohani. Dengan hidup yang sehat, siswa dapat

terdorong atau memiliki minat yang tinggi dalam melakukan aktivitas belajarnya.

Kegiatan belajar mengajar dalam pelajaran penjasorkes amat berbeda pelaksanaannya dari pembelajaran mata pelajaran lain. Menurut Samsudin (2008:21), bahwa pendidikan jasmani adalah "Pendidikan melalui aktivitas jasmani." Dengan berpartisipasi dalam aktivitas fisik, siswa dapat menguasai keterampilan dan pengetahuan, mengembangkan apresiasi estetis, mengembangkan keterampilan generik serta nilai dan sikap yang positif, serta memperbaiki kondisi fisik untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani.

Walaupun aktivitas dalam mengikuti penjasorkes itu penting, tetapi masih banyak siswa yang belum menyadarinya, di mana siswa beralasan, bahwa mereka lebih tertarik untuk melakukan aktivitas lainnya seperti internet dan game playstation padahal olahraga sangat dibutuhkan. Olahraga juga dapat menumbuhkan minat belajar, misalnya melalui olahraga senam, di mana olahraga ini dapat meningkatkan kebugaran jasmani. Oleh karena itulah, hendaknya siswa sadar dan merubah pola hidupnya..

Berdasarkan pengamatan yang penulis lakukan di SMP Negeri 2 Muara Enim, bahwa siswa memiliki minat yang berbeda-beda, di mana siswa yang memiliki minat belajar yang tinggi cenderung melakukan aktivitas belajar yang tinggi pula, sedangkan siswa yang memiliki minat belajar yang rendah cenderung ditunjukkan dengan sikap bermalas-malasan dalam aktivitas belajarnya. Hal ini dikarenakan, kurangnya siswa melakukan aktivitas gerak badan yang dapat meningkatkan kebugaran jasmani. Oleh karena itu sebagai salah satu alternatif yang penulis lakukan adalah dengan memberikan senam kebugaran jasmani 2017.

Telah banyak diketahui bahwa gerak tubuh yang bermanfaat itu identik dengan senam. Mengacu dari model gerak aerobik dan prosedur gerak yang spesifik dapat disimpulkan bahwa gerak yang dimaksud adalah senam. Olahraga senam ini mempunyai banyak ragam, diantaranya yang termasuk ke dalam general gymnastic adalah Senam Pagi Indonesia, Senam Kebugaran Jasmani (SKJ) dan macam-macam senam aerobik. Khususnya dengan senam kebugaran jasmani yang dari tahun ke tahun terus mengalami perubahan, mulai dari gerakan-gerakan peregangannya, gerakan-gerakan inti sampai dengan gerakan-gerakan pelepasan, begitu pula dengan musik yang mengiringi gerakan-gerakan tersebut. Ini menandakan bahwa senam kebugaran jasmani diusahakan agar memberikan manfaat yang lebih besar terhadap siapa saja yang melakukannya.

Senam kebugaran jasmani salah satu jenis senam yang sering diberikan dan diajarkan serta dipraktikkan di sekolah dasar dan menengah.

Olahraga ini apabila dilakukan oleh siswa secara teratur dan berkesinambungan di bawah bimbingan guru pendidikan jasmani, dapat membantu meningkatkan *general motor ability* atau kemampuan gerak umum yang dimiliki oleh siswa. Akan tetapi untuk mengukur tingkat *general motor ability* (kemampuan gerak umum) siswa, perlu ada semacam tes yang dari tes tersebut menggambarkan tingkat *general motor ability* setelah mereka diberi latihan Senam Kebugaran Jasmani.

Bertitik tolak dari permasalahan di atas, maka penulis tertarik mengadakan penelitian tentang "Peranan Senam Kebugaran Jasmani 2017 dalam Menumbuhkan Minat Belajar Siswa di SMP Negeri 2 Muara Enim.

## **METODE**

Metode penelitian adalah cara yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data penelitiannya (Arikunto, 2006:160). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode penelitian eksperimen. Penelitian deskriptif kuantitatif dilakukan dengan maksud untuk mengetahui peranan senam kebugaran jasmani 2017 dalam menumbuhkan minat belajar siswa pada mata pelajaran penjasorkes di SMP Negeri 2 Muara Enim.

Sugiyono (2007:39) merumuskan variabel penelitian adalah suatu atau sifat atau nilai dari orang, objek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.

Berdasarkan pendapat di atas, yang menjadi variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

- 1) Variabel bebas (x) adalah peranan senam kebugaran jasmani 2017
- 2) Variabel terikat (y) adalah minat belajar siswa pada mata pelajaran penjasorkes

### Populasi dan Sampel

“Populasi adalah keseluruhan objek penelitian” (Arikunto, 2006:130). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII semester genap di SMP Negeri 2 Muara Enim tahun pelajaran 2017/2018, untuk jelasnya rincian populasi dapat dilihat pada tabel 1 di bawah ini.

**Tabel 1. Populasi Penelitian**

Kelas	Jenis Kelamin		Jumlah
	Putra	Putri	
VII <sub>1</sub>	22	18	40
VII <sub>2</sub>	21	19	40
VII <sub>3</sub>	22	18	40
VII <sub>4</sub>	23	17	40
<b>Jumlah</b>	<b>88</b>	<b>72</b>	<b>160</b>

Sumber: *Tata Usaha SMP Negeri 2 Muara Enim, 2017/2018*

Sampel adalah sebagian dari objek dan wakil yang diteliti, dalam pengambilan sampel apa bila subjeknya kurang dari 100 sebaiknya menggunakan penelitian populasi akan tetapi jika subjeknya besar dapat diambil kesimpulan sampel 10% - 15% atau 20 % - 25% (Arikunto, 2006: 131). Sampel dalam penelitian ini diambil 25% secara random sampling (acak) dari keseluruhan populasi, sehingga sampel dalam penelitian ini

berjumlah 40 siswa. Untuk jelasnya sampel dapat dilihat pada tabel 2 di bawah ini.

**Tabel 2. Sampel Penelitian**

Kelas	Jenis Kelamin		Jumlah
	Putra	Putri	
VII <sub>1</sub>	6	4	10
VII <sub>2</sub>	5	5	10
VII <sub>3</sub>	6	4	10
VII <sub>4</sub>	6	4	10
<b>Jumlah</b>	<b>23</b>	<b>17</b>	<b>40</b>

### Teknik Pengumpulan Data

Teknik yang digunakan dalam pengumpulan data dalam penelitian ini adalah teknik dokumentasi dan angket.

- 1) Teknik dokumentasi

Dokumentasi adalah mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, prasasti, notulen, rapat, lengger, agenda, dan sebagainya (Arikunto, 2006:231). Dokumentasi dalam penelitian ini diperoleh dari kegiatan siswa dalam melakukan senam kebugaran jasmani.

- 2) Teknik angket

Peneliti memberikan soal pernyataan tentang peranan senam kebugaran jasmani 2008 terhadap minat belajar siswa pada mata pelajaran penjasorkes. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala Likert. Menurut Djaali dan Muljono (2008:28), bahwa di dalam skala Likert terdapat dua bentuk pertanyaan, yaitu pertanyaan positif untuk mengukur minat positif dan skala negatif untuk mengukur minat negatif. Pertanyaan positif

diberi skor 5, 4, 3, 2, 1 sedangkan bentuk pertanyaan negatif diberi skor 1, 2, 3, 4, dan 5. Sebagai pedoman penskoran butir angket dapat dilihat pada tabel 3 di bawah ini.

**Tabel 3. Penskoran Butir Angket**

Pernyataan	S	S	T	T	S
Sikap	S		P	S	T
			P		S
Pernyataan Positif	5	4	3	2	1
Pernyataan Negatif	1	2	3	4	5

(Sumber: Djaali dan Muljono, 2008:105)

### 3. Uji Coba Instrumen Penelitian

#### a. Analisis Validitas Instrumen Peneliiian

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan kesahihan suatu instrumen. Uji validitas dalam penelitian ini digunakan untuk mengukur valid atau tidaknya suatu instrumen yang dilakukan pada kelas uji. Rumus yang digunakan untuk pengujian validitas butir angket dalam penelitian adalah :

$$r_{xy} = \frac{n(\sum xy) - \sum x \sum y}{\sqrt{\{n(\sum x^2) - (\sum x)^2\} \{n(\sum y^2) - (\sum y)^2\}}}$$

(Sugiyono, 2008: 255)

Dimana:

$r_{xy}$  = validitas instrumen

$n$  = jumlah sampel

$\sum x$  = jumlah skor total x

$\sum y$  = jumlah skor total y

Berikut ini perhitungan analisis validitas butir angket variabel dengan menggunakan rumus korelasi *product moment*.

#### 1) Butir soal nomor 1

$$r_{x_1y} = \frac{20(8254) - (93)(1765)}{\sqrt{\{20(437) - (93)^2\} \{20(156679) - (1765)^2\}}}$$

$$r_{x_1y} = \frac{165080 - 164145}{\sqrt{\{8740 - 8649\} \{3133580 - 3115225\}}}$$

$$r_{x_1y} = \frac{935}{\sqrt{\{91\} \{18355\}}}$$

$$r_{x_1y} = \frac{935}{\sqrt{1670305}}$$

$$r_{x_1y} = \frac{935}{1292,403}$$

$$r_{x_1y} = 0,723$$

#### 2) Butir soal nomor 2

$$r_{x_2y} = \frac{20(8170) - (92)(1765)}{\sqrt{\{20(428) - (92)^2\} \{20(156679) - (1765)^2\}}}$$

$$r_{x_2y} = \frac{163400 - 162380}{\sqrt{\{8560 - 8464\} \{3133580 - 3115225\}}}$$

$$r_{x_2y} = \frac{1020}{\sqrt{\{96\} \{18355\}}}$$

$$r_{x_2y} = \frac{1020}{\sqrt{1762080}}$$

$$r_{x_2y} = \frac{1020}{1327,4336}$$

$$r_{x_2y} = 0,768$$

#### 3) Butir soal nomor 3

$$r_{x_3y} = \frac{20(7999) - (90)(1765)}{\sqrt{\{20(410) - (90)^2\} \{20(156679) - (1765)^2\}}}$$

$$r_{x_3y} = \frac{159980 - 158850}{\sqrt{\{8200 - 8100\} \{3133580 - 3115225\}}}$$

$$r_{x_3y} = \frac{1130}{\sqrt{\{100\} \{18355\}}}$$

$$r_{x_3y} = \frac{1130}{\sqrt{1835500}}$$

$$r_{x,y} = \frac{1130}{1354,806}$$

$$r_{x,y} = 0,834$$

Untuk mengetahui signifikan tidaknya validitas butir angket yang didapat, dikonsultasikan dengan tabel harga kritik *r product moment* yaitu dengan mengkonsultasikan  $r_{hitung}$  dengan nilai  $t_{tabel}$  untuk  $\alpha = 0,05$  dan derajat kebebasan  $(dk) = 20 - 1 = 19$ , maka dicari pada tabel *r* didapat  $r_{tabel} = 0,456$  dengan kriteria pengujian sebagai berikut:

Jika  $r_{hitung} > r_{tabel}$ , berarti signifikan

Jika  $r_{hitung} < r_{tabel}$ , berarti tidak signifikan

**Tabel 4**

**Tabel 4. Hasil Pengujian Validitas Butir Angket**

Nomor Soal	$r_{hitung}$	$r_{tabel}$	Kriteria	Ket
1	0,723	0,456	$r_{hitung} > r_{tabel}$	Valid
2	0,768	0,456	$r_{hitung} > r_{tabel}$	Valid
3	0,834	0,456	$r_{hitung} > r_{tabel}$	Valid
4	0,857	0,456	$r_{hitung} > r_{tabel}$	Valid
5	0,799	0,456	$r_{hitung} > r_{tabel}$	Valid
6	0,588	0,456	$r_{hitung} > r_{tabel}$	Valid
7	0,814	0,456	$r_{hitung} > r_{tabel}$	Valid
8	0,813	0,456	$r_{hitung} > r_{tabel}$	Valid
9	0,762	0,456	$r_{hitung} > r_{tabel}$	Valid

10	0,632	0,456	$r_{hitung} > r_{tabel}$	Valid
11	0,556	0,456	$r_{hitung} > r_{tabel}$	Valid
12	0,731	0,456	$r_{hitung} > r_{tabel}$	Valid
13	0,669	0,456	$r_{hitung} > r_{tabel}$	Valid
14	0,733	0,456	$r_{hitung} > r_{tabel}$	Valid
15	0,501	0,456	$r_{hitung} > r_{tabel}$	Valid
16	0,588	0,456	$r_{hitung} > r_{tabel}$	Valid
17	0,733	0,456	$r_{hitung} > r_{tabel}$	Valid
18	0,745	0,456	$r_{hitung} > r_{tabel}$	Valid
19	0,671	0,456	$r_{hitung} > r_{tabel}$	Valid
20	0,663	0,456	$r_{hitung} > r_{tabel}$	Valid

#### b. Analisis Reliabilitas Instrumen Penelitian

Pengujian reliabilitas butir soal menggunakan rumus Alpha Croanbach (KR-21), yaitu::

$$r_{11} = \left[ \frac{k}{k-1} \right] \left[ 1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right]$$

Di mana:

$r_{11}$  = reliabilitas instrumen

$k$  = banyaknya soal/butir pertanyaan

$\sum \sigma_b^2$  = jumlah varians butir soal

$\sigma_t^2$  = jumlah varian total

Dari tabel daftar skor pada lampiran dicari terlebih dahulu varians tetap tiap butir soal, setelah didapat varians dari masing-masing butir soal kemudian dijumlahkan. Untuk mencari varians tersebut digunakan rumus sebagai berikut:

$$\sigma_i^2 = \frac{\sum x^2 - \frac{(\sum x)^2}{n}}{n}$$

Di mana:

$\sigma_i^2$  = varians

$\sum x$  = skor total tiap-tiap butir soal

$n$  = banyaknya sampel

Varians butir angket nomor 1.

$$\sigma_1^2 = \frac{437 - \frac{(93)^2}{20}}{20}$$

$$\sigma_1^2 = \frac{437 - \frac{8469}{20}}{20}$$

$$\sigma_1^2 = \frac{437 - 423,45}{20}$$

$$\sigma_1^2 = 0,2275$$

Varians butir angket nomor 2.

$$\sigma_2^2 = \frac{428 - \frac{(92)^2}{20}}{20}$$

$$\sigma_2^2 = \frac{428 - \frac{8464}{20}}{20}$$

$$\sigma_2^2 = \frac{428 - 423,2}{20}$$

$$\sigma_2^2 = 0,24$$

Secara keseluruhan hasil perhitungan analisis butir angket dapat dilihat pada tabel berikut.

**Tabel 5. Analisis Varians Angket**

No Butir Soal	$\sigma_i^2$
1	0.2275
2	0.2400
3	0.2500
4	0.2475
5	0.2400
6	0.2100
7	0.1875
8	0.2100
9	0.2275
10	0.2275
11	0.2100
12	0.2275
13	0.2275
14	0.2100
15	0.2475
16	0.2400
17	0.2100
18	0.2500
19	0.2475
20	0.2475
Jumlah	4.5850

Untuk menghitung varians total dari tabel daftar skor didapatkan harga  $\sum y$  dan  $\sum y^2$  dihitung menggunakan rumus:

$$\sigma_t^2 = \frac{\sum y^2 - \frac{(\sum y)^2}{n}}{n}$$

$$\sigma^2_{(t)} = \frac{156679 - \frac{(1765)^2}{20}}{20}$$

$$\sigma^2_{(t)} = \frac{156679 - \frac{3115225}{20}}{20}$$

$$\sigma^2_{(t)} = 45,8875$$

Dari perhitungan yang telah dilakukan didapat harga  $\sum \sigma_b^2 = 4,5850$  dan

$\sigma^2(r) = 45,8875$ , sehingga harga  $r_{11}$  dapat dihitung sebagai berikut:

$$r_{11} = \left[ \frac{20}{20-1} \right] \left[ 1 - \frac{4,5850}{45,8875} \right]$$

$$r_{11} = 0,947$$

Hasil analisis reliabilitas butir soal diperoleh  $r_{11} = 0,947$ , selanjutnya dikonsultasikan dengan harga  $r$  (koefisien korelasi). Sehingga dapat dinyatakan bahwa reliabilitas butir soal dalam kategori sangat tinggi.

### c. Teknik Analisis Data

Setelah data terkumpul, kemudian data diolah. Setelah data selesai diolah maka diambil suatu kesimpulan untuk menjawab pertanyaan penelitian yang telah dirumuskan.

Untuk menganalisis data digunakan rumus nilai persentase yaitu.

$$NP = \frac{R}{SM} \times 100$$

(Purwanto, 2010: 103)

Keterangan.

NP : Nilai persentase

R : Skor yang didapat

SM : Skor maksimum.

Nilai persentase yang diperoleh dapat dikonversikan pada tabel berikut.

**Tabel 6. Kategori Minat Belajar Siswa**

Persentase	Kategori
86% – 100%	Sangat Tinggi
75% - 85%	Tinggi
60% - 74%	Sedang
41% - 59%	Rendah
< 40%	Sangat Rendah

(Sumber: Purwanto, 2010:102)

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengamatan pendahuluan, dinyatakan bahwa masih terdapat beberapa siswa yang kurang memiliki minat dalam belajar penjasorkes. Hal ini ditunjukkan oleh sikap bermalas-malasan siswa dalam belajar penjasorkes, sehingga mengakibatkan ketidaktuntasan belajar siswa atau secara akademik tidak mencapai Kriteria Ketuntasan Belajar Minimal (KKM) sebesar 75.

Penelitian ini dilaksanakan pada siswa di SMP Negeri 2 Muara Enim tahun pelajaran 2017/2018 yang berjumlah 40 siswa. Pengambilan data penelitian ini diperoleh melalui teknik angket mengenai peranan senam kebugaran jasmani 2017 dalam meningkatkan minat belajar siswa. Angket yang diberikan berjumlah 20 butir soal menggunakan skala Likert dengan 5 kriteria (lima pilihan), yaitu: Sangat Setuju (SS) diberikan skor 5, Setuju (S) diberikan skor 4, Tidak Punya Pilihan (TPP) diberikan skor 3, Tidak Setuju (TS) diberikan skor 2, dan Sangat Tidak Setuju (STS) diberikan skor 1. Sebelum angket disebarkan kepada siswa, terlebih dahulu angket tersebut diujicobakan kepada siswa. Hasil pengujian validitas dan reliabilitas angket dinyatakan valid.

### a. Analisis Data

Untuk menganalisis data dalam penelitian ini digunakan rumus persentase. Data dari hasil angket peranan senam kebugaran jasmani 2017 dalam meningkatkan minat belajar siswa dapat dilihat pada tabel berikut.

**Tabel 7. Persentase Hasil Jawaban Siswa pada Butir Angket Nomor 1**

Pernyataan	Frekuensi Jawaban Siswa dengan Kriteria Pilihan				
	SS	S	TPP	TS	STS
Saya memahami setiap materi penjasorkes yang diberikan guru.	14	22	4	-	-
Persentase (%)	35	55	10	-	-

Tabel di atas, menyatakan bahwa 35% siswa sangat setuju terhadap pernyataan: saya memahami setiap materi penjasorkes yang diberikan guru, 55% siswa setuju, dan 10% siswa tidak punya pilihan. Dengan demikian, siswa setuju terhadap pernyataan tentang perlunya memahami setiap materi penjasorkes yang diberikan guru.

**Tabel 8. Persentase Hasil Jawaban Siswa pada Butir Angket Nomor 2**

Pernyataan	Frekuensi Jawaban Siswa dengan Kriteria Pilihan				
	SS	S	TPP	TS	STS
Saya mengikuti pelajaran penjasorkes dikarenakan ingin mendalami setiap materi yang diberikan.	20	14	6	-	-
Persentase (%)	50	35	15	-	-

Tabel di atas, menyatakan bahwa 50% siswa sangat setuju terhadap pernyataan: Saya mengikuti pelajaran penjasorkes dikarenakan ingin mendalami setiap materi yang diberikan, 35% siswa setuju, dan 15% siswa tidak punya pilihan. Dengan demikian, siswa sangat setuju terhadap perlunya mengikuti pelajaran penjasorkes

dikarenakan ingin mendalami setiap materi yang diberikan.

**Tabel 9. Persentase Hasil Jawaban Siswa pada Butir Angket Nomor 3**

Pernyataan	Frekuensi Jawaban Siswa dengan Kriteria Pilihan				
	SS	S	TPP	TS	STS
Saya mampu mengikuti pelajaran penjasorkes dengan baik.	14	21	5	-	-
Persentase (%)	35	52,5	12,5	-	-

Tabel di atas, menyatakan bahwa 35% siswa sangat setuju terhadap pernyataan: Saya mampu mengikuti pelajaran penjasorkes dengan baik, 52,5% siswa setuju, dan 12,5% siswa tidak punya pilihan. Dengan demikian, siswa setuju terhadap pernyataan perlunya kemampuan mengikuti pelajaran penjasorkes dengan baik.

**Tabel 10. Persentase Hasil Jawaban Siswa pada Butir Angket Nomor 4**

Pernyataan	Frekuensi Jawaban Siswa dengan Kriteria Pilihan				
	SS	S	TPP	TS	STS
Saya mendapatkan pengalaman dalam belajar penjasorkes.	17	17	6	-	-
Persentase (%)	42,5	42,5	15	-	-

Tabel di atas, menyatakan bahwa 42,5% siswa sangat setuju terhadap pernyataan: Saya mendapatkan pengalaman dalam belajar penjasorkes, 42,5% siswa setuju, dan 15% siswa tidak punya pilihan. Dengan demikian, siswa sangat setuju dan setuju terhadap pernyataan

perlunya mendapatkan pengalaman dalam belajar penjasorkes.

**Tabel 11. Persentase Hasil Jawaban Siswa pada Butir Angket Nomor 5**

Pernyataan	Frekuensi Jawaban Siswa dengan Kriteria Pilihan				
	SS	S	TPP	TS	ST
Saya terampil dalam melakukan gerak dalam berolahraga.	11	21	8	-	-
<b>Persentase (%)</b>	<b>27,5</b>	<b>52,5</b>	<b>20</b>	<b>-</b>	<b>-</b>

Tabel di atas, menyatakan bahwa 27,5% siswa sangat setuju terhadap pernyataan: Saya terampil dalam melakukan gerak dalam berolahraga, 52,5% siswa setuju, dan 20% siswa tidak punya pilihan. Dengan demikian, siswa setuju terhadap pernyataan perlunya keterampilan dalam melakukan gerak dalam berolahraga.

**Tabel 12. Persentase Hasil Jawaban Siswa pada Butir Angket Nomor 6**

Pernyataan	Frekuensi Jawaban Siswa dengan Kriteria Pilihan				
	SS	S	TPP	TS	STS
Saya dapat melaksanakan tugas pelajaran penjasorkes yang diberikan guru	15	18	7	-	-
<b>Persentase (%)</b>	<b>37,5</b>	<b>45</b>	<b>17,5</b>	<b>-</b>	<b>-</b>

Tabel di atas, menyatakan bahwa 37,5% siswa sangat setuju terhadap pernyataan: Saya dapat melaksanakan tugas pelajaran penjasorkes yang diberikan guru, 45% siswa setuju, dan 17,5% siswa tidak punya pilihan. Dengan demikian, siswa

setuju terhadap pernyataan perlunya dapat melaksanakan tugas penjasorkes yang diberikan guru.

**Tabel 13. Persentase Hasil Jawaban Siswa pada Butir Angket Nomor 7**

Pernyataan	Frekuensi Jawaban Siswa dengan Kriteria Pilihan				
	SS	S	TPP	TS	STS
Saya mengikuti mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dikarenakan penghargaan yang diberikan oleh guru.	11	19	10	-	-
<b>Persentase (%)</b>	<b>27,5</b>	<b>47,5</b>	<b>25</b>	<b>-</b>	<b>-</b>

Tabel diatas, menyatakan bahwa 27,5% siswa sangat setuju terhadap pernyataan: Saya mengikuti mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dikarenakan penghargaan yang diberikan oleh guru, 47,5% siswa setuju, dan 25% siswa tidak punya pilihan. Dengan demikian, siswa setuju terhadap pernyataan perlunya mengikuti mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dikarenakan penghargaan yang diberikan oleh guru.

**Tabel 14. Persentase Hasil Jawaban Siswa pada Butir Angket Nomor 8**

Pernyataan	Frekuensi Jawaban Siswa dengan Kriteria Pilihan				
	SS	S	TPP	TS	S
Saya tertarik mengikuti pelajaran	13	17	10	-	-

penjasorkes karena di dalamnya mengandung aspek kegembiraan.					
<b>Persentase (%)</b>	<b>32,5</b>	<b>42,5</b>	<b>25</b>	<b>-</b>	<b>-</b>

Tabel diatas,menyatakan bahwa 32,5% siswa sangat setuju terhadap pernyataan: Saya tertarik mengikuti pelajaran penjasorkes karena di dalamnya mengandung aspek kegembiraan, 42,5% siswa setuju, dan 25% siswa tidak punya pilihan. Dengan demikian, siswa setuju terhadap pernyataan perlunya ketertarikan mengikuti penjasorkes karena didalamnya mengandung aspek kegembiraan.

**Tabel 15. Persentase Hasil Jawaban Siswa pada Butir Angket Nomor 9**

Pernyataan	Frekuensi Jawaban Siswa dengan Kriteria Pilihan				
	SS	S	TPP	TS	STS
Saya berharap belajar penjasorkes untuk menyalurkan bakat.	11	20	9	-	-
<b>Persentase (%)</b>	<b>27,5</b>	<b>50</b>	<b>22,5</b>	<b>-</b>	<b>-</b>

Tabel di atas, menyatakan bahwa 27,5% siswa sangat setuju terhadap pernyataan: Saya berharap belajar penjasorkes untuk menyalurkan bakat, 50% siswa setuju, dan 22,5% siswa tidak punya pilihan. Dengan demikian, siswa setuju terhadap pernyataan perlunya harapan dalam belajar penjasorkes untuk menyalurkan bakat.

**Tabel 16. Persentase Hasil Jawaban Siswa pada Butir Angket Nomor 10**

Pernyataan	Frekuensi Jawaban Siswa dengan Kriteria Pilihan				
	SS	S	TPP	TS	STS
Saya berharap belajar penjasorkes dengan asal-asalan karena mudah untuk dilakukan	-	-	10	20	10
<b>Persentase (%)</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>25</b>	<b>50</b>	<b>25</b>

Tabel di atas, menyatakan bahwa 25% siswa sangat tidak setuju terhadap pernyataan: Saya berharap belajar penjasorkes dengan asal-asalan karena mudah untuk dilakukan, 50% siswa tidak setuju, dan 25% siswa tidak punya pilihan. Dengan demikian, siswa tidak setuju terhadap pernyataan belajar penjasorkes dilakukan dengan asal-asalan.

**Tabel 17  
Persentase Hasil Jawaban Siswa pada Butir Angket Nomor 11**

Pernyataan	Frekuensi Jawaban Siswa dengan Kriteria Pilihan				
	SS	S	TPP	TS	STS
Saya dapat menguasai teknik-teknik berolahraga dalam materi penjasorkes dengan baik.	15	16	9	-	-
<b>Persentase (%)</b>	<b>37,5</b>	<b>40</b>	<b>22,5</b>	<b>-</b>	<b>-</b>

Tabel di atas menyatakan bahwa 37,5% siswa sangat setuju terhadap pernyataan: Saya dapat menguasai teknik-teknik berolahraga dalam materi penjasorkes dengan baik, 40% siswa

setuju, dan 22,5% siswa tidak punya pilihan. Dengan demikian, siswa setuju terhadap pernyataan perlunya menguasai teknik-teknik berolahraga dalam materi penjasorkes dengan baik.

**Tabel 18. Persentase Hasil Jawaban Siswa pada Butir Angket Nomor 12**

Pernyataan	Frekuensi Jawaban Siswa dengan Kriteria Pilihan				
	SS	S	TPP	TS	STS
Saya termotivasi untuk belajar penjasorkes karena keinginan sendiri untuk mencapai prestasi.	9	27	4	-	-
<b>Persentase (%)</b>	<b>22,5</b>	<b>67,5</b>	<b>10</b>	<b>-</b>	<b>-</b>

Tabel di atas, menyatakan bahwa 22,5% siswa sangat setuju terhadap pernyataan: Saya termotivasi untuk belajar penjasorkes karena keinginan sendiri untuk mencapai prestasi, 67,5% siswa setuju, dan 10% siswa tidak punya pilihan. Dengan demikian, siswa setuju terhadap pernyataan perlunya motivasi untuk belajar penjasorkes karena keinginan sendiri untuk mencapai prestasi.

**Tabel 19. Persentase Hasil Jawaban Siswa pada Butir Angket Nomor 13**

Pernyataan	Frekuensi Jawaban Siswa dengan Kriteria Pilihan				
	SS	S	TPP	TS	STS
Penjasorkes merupakan mata pelajaran yang menyenangkan.	11	18	11	-	-
<b>Persentase (%)</b>	<b>27,5</b>	<b>45</b>	<b>27,5</b>	<b>-</b>	<b>-</b>

Tabel di atas, menyatakan bahwa 27,5% siswa sangat setuju terhadap pernyataan: Penjasorkes merupakan mata pelajaran yang menyenangkan, 45% siswa setuju, dan 27,5% siswa tidak punya pilihan. Dengan demikian, siswa setuju terhadap pernyataan bahwa penjasorkes merupakan mata pelajaran yang menyenangkan.

**Tabel 20. Persentase Hasil Jawaban Siswa pada Butir Angket Nomor 14**

Pernyataan	Frekuensi Jawaban Siswa dengan Kriteria Pilihan				
	SS	S	TPP	TS	STS
Saya kurang termotivasi dalam mengikuti pelajaran penjasorkes karena kurangnya infrastruktur olahraga.	-	-	7	18	15
<b>Persentase (%)</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>17,5</b>	<b>45</b>	<b>37,5</b>

Tabel di atas, menyatakan bahwa 37,5% siswa sangat tidak setuju terhadap pernyataan: Saya kurang termotivasi dalam mengikuti pelajaran penjasorkes karena kurangnya infrastruktur olahraga, 45% siswa tidak setuju, dan 17,5% siswa tidak punya pilihan. Dengan demikian, siswa tidak setuju terhadap pernyataan bahwa infrastruktur olahraga yang ada kurang memadai, sehingga kurang dapat meningkatkan motivasi belajar penjasorkes.

**Tabel 21. Persentase Hasil Jawaban Siswa pada Butir Angket Nomor 15**

Pernyataan	Frekuensi Jawaban Siswa dengan Kriteria Pilihan				
	SS	S	TPP	TS	STS
Saya dapat belajar penjasorkes dengan petunjuk yang sesuai	14	16	10	-	-

diberikan guru.					
Persentase (%)	35	40	25	-	-

Tabel di atas, menyatakan bahwa 35% siswa sangat setuju terhadap pernyataan: Saya dapat belajar penjasorkes sesuai dengan petunjuk yang di berikan guru, 40% siswa setuju, dan 25% siswa tidak punya pilihan. Dengan demikian, siswa setuju terhadap pernyataan bahwa belajar penjasorkes sesuai dengan petunjuk yang diberikan guru.

**Tabel 22. Persentase Hasil Jawaban Siswa pada Butir Angket Nomor 16**

Pernyataan	Frekuensi Jawaban Siswa dengan Kriteria Pilihan				
	SS	S	TPP	TS	STS
Saya tertarik belajar penjasorkes karena keinginan sendiri.	11	18	11	-	-
Persentase (%)	27,5	45	27,5	-	-

Tabel di atas, menyatakan bahwa 27,5% siswa sangat setuju terhadap pernyataan: Saya tertarik belajar penjasorkes karena keinginan sendiri, 45% siswa setuju, dan 27,5% siswa tidak punya pilihan. Dengan demikian, siswa setuju terhadap pernyataan bahwa ketertarikan belajar penjasorkes hendaknya atas keinginan sendiri.

**Tabel 23. Persentase Hasil Jawaban Siswa pada Butir Angket Nomor 17**

Pernyataan	Frekuensi Jawaban Siswa dengan Kriteria Pilihan				
	SS	S	TPP	TS	STS
Saya merasa bosan dalam mengikuti pelajaran penjasorkes.	-	-	7	21	12

Persentase (%)	-	-	17,5	52,5	30
----------------	---	---	------	------	----

Tabel di atas, menyatakan bahwa 30% siswa sangat tidak setuju terhadap pernyataan: Saya merasa bosan dalam mengikuti pelajaran penjasorkes, 52,5% siswa tidak setuju, dan 17,5% siswa tidak punya pilihan. Dengan demikian, siswa tidak setuju terhadap pernyataan bahwa dalam mengikuti pelajaran penjasorkes cenderung menyebabkan kebosanan.

**Tabel 24. Persentase Hasil Jawaban Siswa pada Butir Angket Nomor 18**

Pernyataan	Frekuensi Jawaban Siswa dengan Kriteria Pilihan				
	SS	S	TPP	TS	STS
Saya memerlukan penghargaan untuk meningkatkan motivasi belajar penjasorkes dari guru.	15	20	5	-	-
Persentase (%)	37,5	50	12,5	-	-

Tabel di atas, menyatakan bahwa 37,5% siswa sangat setuju terhadap pernyataan: Saya memerlukan penghargaan untuk meningkatkan motivasi belajar penjasorkes dari guru, 50% siswa setuju, dan 12,5% siswa tidak punya pilihan. Dengan demikian, siswa setuju terhadap pernyataan bahwa penghargaan untuk meningkatkan motivasi belajar penjasorkes dari guru sangat diperlukan.

**Tabel 25. Persentase Hasil Jawaban Siswa pada Butir Angket Nomor 19**

Pernyataan	Frekuensi Jawaban Siswa dengan Kriteria Pilihan				
	SS	S	TPP	TS	STS
Saya tidak dapat	-	-	3	22	15

menyelesaikan tugas penjasorkes sehingga saya cukup mencontek pekerjaan teman.	-	-	7,5	55	37,5
Persentase (%)	-	-	7,5	55	37,5

Tabel di atas, menyatakan bahwa 37,5% siswa sangat tidak setuju terhadap pernyataan: Saya tidak dapat menyelesaikan tugas penjasorkes sehingga saya cukup mencontek pekerjaan teman, 55% siswa tidak setuju, dan 7,5% siswa tidak punya pilihan. Dengan demikian, siswa tidak setuju terhadap pernyataan dalam menyelesaikan tugas penjasorkes cukup dilakukan dengan mencontek pekerjaan teman.

**Tabel 26. Persentase Hasil Jawaban Siswa pada Butir Angket Nomor 20**

Pernyataan	Frekuensi Jawaban Siswa dengan Kriteria Pilihan				
	SS	S	TPP	TS	STS
Saya lebih menyukai mata pelajaran penjasorkes dibandingkan pelajaran lainnya, karena mengandung unsur-unsur permainan.	14	23	3	-	-
Persentase (%)	35	57,5	7,5	-	-

Tabel diatas, menyatakan bahwa 35% siswa sangat setuju terhadap pernyataan: Saya lebih menyukai mata pelajaran penjasorkes dibandingkan pelajaran lainnya, karena mengandung unsur-unsur permainan, 57,5% siswa setuju, dan 7,5% siswa tidak punya pilihan. Dengan demikian, siswa setuju terhadap mata

pelajaran penjasorkes lebih disukai dibandingkan pelajaran lainnya.

Rekapitulasi secara keseluruhan hasil jawaban angket siswa dapat dilihat pada tabel berikut.

**Tabel 27. Rekapitulasi Hasil Jawaban Siswa untuk Pernyataan Positif**

No.	Kriteria	Skor	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Sangat Setuju	5	215	33,59
2.	Setuju	4	307	47,97
3.	Tidak Punya Pilihan	3	118	18,44
4.	Tidak Setuju	2	-	-
5.	Setuju	1	-	-
Jumlah			640	100

Tabel di atas menyatakan bahwa persentase hasil jawaban siswa terhadap pernyataan positif tentang peranan senam kebugaran jasmani 2017 dalam meningkatkan minat belajar penjasorkes siswa diperoleh 33,59% siswa sangat setuju, 47,97% siswa setuju, dan 18,44% siswa tidak punya pilihan.

**Tabel 28. Rekapitulasi Hasil Jawaban Siswa untuk Pernyataan Negatif**

No.	Kriteria	Skor	Frekuensi	(%)
1.	Sangat Setuju	1	-	-
2.	Setuju	2	-	-
3.	Tidak Punya Pilihan	3	27	16,9
4.	Tidak Setuju	4	81	50,6
5.	Sangat Tidak Setuju	5	52	32,5

Jumlah	160	100
--------	-----	-----

Tabel di atas menyatakan bahwa persentase hasil jawaban siswa terhadap pernyataan negatif tentang peranan senam kebugaran jasmani 2017 dalam meningkatkan minat belajar penjasorkes siswa diperoleh 32,5% siswa sangat tidak setuju, 50,6% siswa setuju, dan 16,9% siswa tidak punya pilihan.

Persentase keseluruhan peranan senam kebugaran jasmani 2017 dalam meningkatkan minat belajar penjasorkes dapat dilihat pada tabel berikut.

**Tabel 29. Kategori Minat Belajar Siswa**

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
86% – 100%	Sangat Tinggi	8	20
75% - 85%	Tinggi	-	-
60% - 74%	Sedang	-	-
41% - 59%	Rendah	-	-
< 40%	Sangat Rendah	-	-
<b>Jumlah</b>		<b>40</b>	<b>100</b>

Tabel di atas menyatakan bahwa persentase peranan senam kebugaran jasmani 2008 dalam meningkatkan minat belajar siswa terdapat 20% dalam kategori sangat tinggi, dan 80% dalam kategori tinggi.

Sedangkan rata-rata persentase peranan senam kebugaran jasmani 2017 dalam meningkatkan minat belajar siswa dihitung menggunakan rumus berikut.

$$M = \frac{\sum X}{N}$$

$$M = \frac{3322\%}{40} = 83,05\%$$

Jadi persentase peranan senam kebugaran jasmani 2017 dalam menumbuhkan minat belajar siswa pada mata pelajaran penjasorkes di SMP Negeri 2 Muara Enim tahun pelajaran 2017/2018 sebesar 83,05% tergolong tinggi.

## PEMBAHASAN

Keberhasilan menumbuhkan minat belajar penjasorkes melalui senam kebugaran jasmani 2017 di SMP Negeri 2 Muara Enim dapat dilihat dari persentase skor perolehan dari butir angket, di mana persentase minat belajar penjasorkes siswa melalui senam kebugaran jasmani sebesar 83,05%. Berarti minat belajar siswa pada mata pelajaran penjasorkes tergolong tinggi, di mana diketahui minat menurut pendapat Djaali (2008:121) "Minat adalah rasa lebih suka dan rasa ketertarikan pada suatu hal atau aktivitas, tanpa ada yang menyuruh".

Peranan senam kebugaran jasmani 2017 dalam menumbuhkan minat belajar siswa dapat dilihat dari persentase hasil jawaban siswa dari masing-masing butir angket, yaitu siswa setuju terhadap pernyataan tentang perlunya memahami setiap materi penjasorkes yang diberikan guru, siswa sangat setuju terhadap perlunya mengikuti pelajaran penjasorkes dikarenakan ingin mendalami setiap materi yang diberikan, siswa setuju terhadap pernyataan perlunya kemampuan mengikuti pelajaran penjasorkes dengan baik, siswa sangat setuju dan setuju terhadap pernyataan perlunya mendapatkan pengalaman dalam belajar penjasorkes, siswa setuju terhadap pernyataan perlunya keterampilan

dalam melakukan gerak dalam berolahraga, siswa setuju terhadap pernyataan perlunya dapat melaksanakan tugas penjasorkes yang diberikan guru, siswa setuju terhadap pernyataan perlunya mengikuti mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dikarenakan penghargaan yang diberikan oleh guru, siswa setuju terhadap pernyataan perlunya ketertarikan mengikuti penjasorkes karena didalamnya mengandung aspek kegembiraan, siswa setuju terhadap pernyataan perlunya harapan dalam belajar penjasorkes untuk menyalurkan bakat, siswa tidak setuju terhadap pernyataan belajar penjasorkes dilakukan dengan asal-asalan, siswa setuju terhadap pernyataan perlunya menguasai teknik-teknik berolahraga dalam materi penjasorkes dengan baik, siswa setuju terhadap pernyataan perlunya motivasi untuk belajar penjasorkes karena keinginan sendiri untuk mencapai prestasi, siswa setuju terhadap pernyataan bahwa penjasorkes merupakan mata pelajaran yang menyenangkan, siswa tidak setuju terhadap pernyataan bahwa infrastruktur olahraga yang ada kurang memadai, sehingga kurang dapat meningkatkan motivasi belajar penjasorkes, siswa setuju terhadap pernyataan bahwa belajar penjasorkes sesuai dengan petunjuk yang diberikan guru, siswa setuju terhadap pernyataan bahwa ketertarikan belajar penjasorkes hendaknya atas keinginan sendiri, siswa tidak setuju terhadap pernyataan bahwa dalam mengikuti pelajaran penjasorkes cenderung menyebabkan kebosanan, siswa setuju terhadap pernyataan bahwa penghargaan untuk meningkatkan motivasi belajar penjasorkes dari guru sangat diperlukan, siswa

tidak setuju terhadap pernyataan dalam menyelesaikan tugas penjasorkes cukup dilakukan dengan mencontek pekerjaan teman, dan siswa setuju terhadap mata pelajaran penjasorkes lebih disukai dibandingkan pelajaran lainnya. Hal ini selaras pendapat Djamarah (2008:167) bahwa cara yang dapat digunakan untuk membangkitkan minat siswa, yaitu membandingkan adanya suatu kebutuhan pada diri siswa, sehingga dia rela belajar tanpa paksaan, menghubungkan bahan pelajaran yang diberikan dengan persoalan pengalaman yang dimiliki siswa, sehingga siswa mudah menerima bahan pelajaran, memberikan kesempatan kepada siswa untuk mendapatkan hasil belajar yang baik dengan cara menyediakan lingkungan belajar yang kreatif dan kondusif, dan menggunakan berbagai macam bentuk dan teknik mengajar dalam konteks perbedaan individual siswa.

## **E. SIMPULAN**

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, kesimpulan yang didapat adalah terdapat peranan senam kebugaran jasmani 2017 sebesar 83,05% dalam menumbuhkan minat belajar siswa pada mata pelajaran penjasorkes di SMP Negeri 2 Muara Enim tahun pelajaran 2017/2018. Hal ini ditunjukkan oleh persentase hasil jawaban siswa terhadap 20 butir angket, yaitu terdapat 20% dalam kategori sangat tinggi, dan 80% dalam kategori tinggi.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek* edisi revisi V. Jakarta: Rineka Cipta.

- Djaali. 2008. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta
- Djaali dan Muljono. 2008. *Pengukuran dalam Bidang Pendidikan*. Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia
- Purwanto, Ngalim. 2010. *Prinsip-prinsip dan Teknik Evaluasi Pengajaran*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Riduwan. 2008. *Dasar-dasar Statistika*. Bandung: Alfabeta
- Samsudin. 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Litera Prenada Media Group
- Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta