

PELAKSANAAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN KELAS VIII DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 1 BATANG ANAI

Jelya Andika Putri¹, Darni², Asep Sujana Wahyuri³, Dessi Novita Sari⁴

Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang, Indonesia

jelyaandika024@gmail.com¹, darni_po@fik.unp.ac.id², asepswpo@fik.unp.ac.id³, dessinovita10@fik.unp.ac.id⁴

Doi JPDO: <https://doi.org/10.24036/JPDO.8.9.2025.21>

Kata Kunci : Pelaksanaan Pembelajaran, Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, Sekolah Menengah Pertama

Abstrak : Masalah dalam penelitian ini adalah pelaksanaan pembelajaran PJOK masih belum terlaksana sebagaimana yang diharapkan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pelaksanaan pembelajaran PJOK Kelas VIII di SMP N 1 Batang Anai. Jenis penelitian ini adalah Penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa yang berada di kelas VIII di SMPN 1 Batang Anai dengan jumlah 242 siswa. Penarikan sampel penelitian ini menggunakan teknik simple random sampling, Sehingga sampel dalam penelitian ini berjumlah 76 siswa yang terdiri dari 33 siswa dan 43 siswi. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner (angket). Angket ini berisi tentang Proses Pelaksanaan Pembelajaran PJOK di SMPN N 1 Batang Anai. Analisis data dianalisis dengan menggunakan teknik distribusi frekuensi $P = f / N \times 100\%$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata secara keseluruhan dalam Pelaksanaan Pembelajaran PJOK Kelas VIII di SMPN 1 Batang Anai berada pada kategori **baik** dengan skala 73,94%. Dengan masing-masing aspek yang diteliti yaitu: (1) Sub Variabel Perencanaan Pembelajaran berada pada kategori baik dengan skala 70,26, (2) Sub variabel Pelaksanaan Pembelajaran berada pada kategori baik dengan skala 74,47, dan (3) Sub variabel Evaluasi Pembelajaran berada pada kategori baik dengan skala 76,47. Dengan demikian bahwa Pelaksanaan Pembelajaran PJOK Kelas VIII Di SMPN 1 Batang Anai dikategorikan "**Baik**".

Keywords : *Implementation of Learning, Physical Education, Sports and Health, Junior High School*

Abstract : The problem in this study is that the implementation of PJOK learning has not been implemented as expected. The purpose of this study was to determine the implementation of PJOK learning for Class VIII at SMP N 1 Batang Anai. This type of research is descriptive research. The population in this study were all students in class VIII at SMPN 1 Batang Anai with a total of 242 students. The sampling of this study used a simple random sampling technique, so that the sample in this study amounted to 76 students consisting of 33 male and 43 female students. The data collection technique used a questionnaire (questionnaire). This questionnaire contains the Process of Implementing PJOK Learning at SMPN N 1 Batang Anai. Data analysis was analyzed using the frequency distribution technique $P = f / N \times 100\%$. The results showed that the overall average in the Implementation of PJOK Learning for Class VIII at SMPN 1 Batang Anai was in the good category with a scale of 73.94%. With each aspect studied, namely: (1) The Learning Planning Sub-Variable is in the good category with a scale of 70.26, (2) The Learning Implementation Sub-Variable is in the good category with a scale of 74.47, and (3) The Learning Evaluation Sub-Variable is in the good category with a scale of 76.47. Thus, the Implementation of PJOK Learning for Class VIII at SMPN 1 Batang Anai is categorized as "Good".

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani adalah fase dari proses pendidikan keseluruhan yang berhubungan dengan aktivitas berat yang mencakup sistem, otot serta hasil belajar dari partisipasi dalam aktivitas. Pendidikan jasmani adalah salah satu media pendidikan yang prosesnya mewujudkan tujuan pendidikan sekaligus pembudayaan.

Menurut Darni (2022: 23) "Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) merupakan satu-satunya mata pelajaran yang difokuskan pada aktivitas gerak jasmani. Oleh karena itu, pembelajaran Penjasorkes lebih banyak dilaksanakan di luar kelas atau di lapangan."

Menurut E. Nurmai, E. Emral, and S. Suwirman (2018:54) "Pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai, serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan yang seimbang".

Dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan proses untuk mencapai tujuan pendidikan akan tercapai dalam bentuk perubahan perilaku peserta didik. Pembelajaran juga menjadi sadar bagi umat manusia dalam pembentukan karakter siswa untuk terlibat dalam kehidupannya sehari-hari (Suwirman et al., 2018).

Menurut Umar Syahwani & Syambasil (2020:23)" Untuk mewujudkan keberhasilan proses belajar mengajar, banyak faktor yang dapat menjadi penentu, Setidaknya ada tiga unsur yang harus ada dalam proses belajar mengajar yaitu guru yang konstruktif, materi pelajaran menarik dan siswa responsive".

Menurut Damrah (2020 : 196) "Guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan

yang perlu meningkatkan kinerja yang tinggi dengan didukung kompetensi yang sesuai dengan standar fasilitas penunjang proses pembelajaran pendidikan jasmani yang memadai.

Pembelajaran pendidikan jasmani dilaksanakan dengan menggunakan berbagai pendekatan, model, strategi, metode, gaya, dan teknik sesuai dengan karakteristik tugas gerak, peserta didik, dan lingkungan belajar. Pembelajaran diarahkan untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah (psikomotor, kognitif, dan afektif).

Menurut Asep Sujana Wahyuri (2017: 36) menyatakan bahwa dalam pendidikan jasmani motorik, kognitif, sosial, dan afektif terbantu untuk meningkatkan kesegaran jasmani, motivasi, pertumbuhan dan perkembangan fisik, perkembangan intelektual, pembentukan kerjasama sosial emosional, prestasi belajar, dan kondisi fisik peserta didik di sekolah.

Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan dilaksanakan di sekolah secara terencana, bertahap, dan berkelanjutan agar dapat mengembangkan sikap positif peserta didik yang dapat menghargai manfaat aktivitas jasmani untuk meningkatkan kualitas hidup secara menyeluruh.

Dalam kehidupan manusia gerak merupakan suatu kebutuhan dan mempunyai nilai yang sangat strategis bagi manusia dalam kehidupannya. Hal ini dapat dikatakan demikian karena melalui gerak manusia dapat mengatasi berbagai persoalan dalam hidupnya (Asnaldi, 2019).

Menurut Dessi N. S., Indri W., & Sefri H. (2020:102) "Pembentukan dan pengembangan olahraga harus dikembangkan sedini mungkin semaksimal mungkin, untuk menciptakan generasi muda berprestasi dan nama bangsa".

Berbagai penjelasan ini menyiratkan bahwa pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan bukan semata-mata berurusan dengan pembentukan raga, tetapi melibatkan seluruh aspek perkembangan manusia sesuai dengan cita-cita terbentuknya Profil Pelajar Pancasila yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan yang Maha Esa, kreatif, gotong royong, berkebinekaan global, bernalar kritis, dan mandiri. Ardhiansyah (2021: 12).

Bahan ajar yang digunakan dalam Kurikulum Merdeka adalah Modul ajar. Modul ajar adalah perangkat pembelajaran yang digunakan sebagai acuan bagi guru dalam proses belajar mengajar, modul ajar Kurikulum Merdeka memiliki komponen yang lebih lengkap dibanding dengan RPP.

Penerapan kurikulum merdeka belajar pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan tidak mudah untuk menyesuaikan di setiap pelaksanaan dalam proses mengajar, terlebih tidak semua sekolah dapat menjalankan kurikulum tersebut.

Namun, tidak menutup kemungkinan bahwa mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan dengan menggunakan kurikulum merdeka belajar mampu memberikan kebebasan peserta didik untuk beraktivitas tanpa dibatasi dengan aturan serta menambah kesenangan pada siswa.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di SMPN 1 Batang Anai dalam pelaksanaan PJOK masih terlihat belum terlaksana sebagaimana yang diharapkan hal ini dilihat dari banyak faktor antara lain: adanya kebijakan kurikulum merdeka banyak yang berubah dan perlu waktu untuk adaptasi.

Kurangnya pemahaman terhadap karakteristik kurikulum sehingga menghambat dalam penyusunan perangkat pembelajaran yang mencakup Capaian Pembelajaran, Tujuan Pembelajaran, dan Alur Tujuan Pembelajaran.

Hambatan guru dalam membuat perencanaan merupakan kendala utama yang dihadapi di sekolah Menengah Pertama. Banyak guru belum siap dalam menerapkan penilaian autentik pada aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik menjadi hambatan bagi guru.

Dan banyak guru belum memahami asesmen nasional yang diterapkan dalam Kurikulum Merdeka. Dan wawasan dan pengetahuan guru untuk melaksanakan Kurikulum Merdeka tidak memadai, disebabkan oleh terbatasnya waktu pelatihan dan minimnya informasi yang diperoleh guru tentang Kurikulum Merdeka.

Kurikulum Merdeka memberi kebebasan lebih bagi siswa untuk memilih topik atau kegiatan yang diminati, tetapi hal ini bisa menjadi tantangan jika minat siswa tidak sesuai dengan tujuan pendidikan jasmani olahraga yang harus mencakup aspek fisik, mental, dan sosial.

Beberapa siswa mungkin kurang tertarik pada kegiatan fisik dan lebih memilih topik lain, yang membuat pengajaran lebih menantang bagi guru. Kurangnya peralatan olahraga yang sesuai dengan kebutuhan pembelajaran.

Menurut Khairunnisa Batubara (2021:90) Kurikulum Merdeka, perencanaan pembelajaran dirancang untuk memberikan pengalaman belajar yang bermakna dan kontekstual bagi peserta didik. Pendekatan ini memastikan bahwa pembelajaran

berpusat pada peserta didik dan menghubungkan konsep yang dipelajari dengan kondisi nyata.

METODE

Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Menurut Sugiyono, (2008), penelitian deskriptif dapat diartikan memaparkan atau menggambarkan suatu hal misalnya keadaan, kondisi, situasi, peristiwa dan kegiatan lainnya. Tempat penelitian ini dilakukan di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Batang Anai, Sungai Buluh, Kec. Batang Anai, Kabupaten Padang Pariaman, waktu penelitian ini dilaksanakan bulan April 2025.

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa yang berada di kelas VIII dengan jumlah 242 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan Teknik Simple Random sampling, Simple Random Sampling adalah Teknik pengambilan sampel acak sederhana yang memberikan kesempatan sama kepada setiap individu dalam populasi untuk terpilih, sehingga jumlah sampel diperoleh sebanyak 76 siswa.

Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner (angket). Data yang telah terkumpul melalui angket dirubah dalam bentuk kuantitatif, yaitu dengan cara menghitung skor jawaban dari pernyataan yang telah dijawab oleh responden dimana pemberian skor yaitu Setuju (S), Sangat Setuju (SS), Tidak Setuju (TS), Ragu-Ragu (RG), Sangat Tidak Setuju (STS).

Bukti pelaksanaan Penyebaran angket sebagai berikut:

1. Menyiapkan angket
2. Penentuan target responden
3. Pemilihan metode penyebaran
4. Mengelola hasil pengisian



Gambar 1. Menjelaskan Pengisian Angket
Sumber : Dokumentasi Penelitian



Gambar 2. Membagikan Angket
Sumber : Dokumentasi Penelitian

Gambar 3 . Mengumpulkan Angket



Gambar 3 . Mengumpulkan Angket
Sumber : Dokumentasi Penelitian

HASIL

Dalam variabel tersebut menggunakan statistik deskriptif. Pelaksanaan Pembelajaran PJOK dapat dilihat dari 3 sub variabel yang terdiri dari 1) perencanaan pembelajaran, 2) Pelaksanaan pembelajaran, dan 3) evaluasi pembelajaran. Berikut akan disajikan analisis distribusi frekuensi dari masing-masing sub variabel dalam bentuk tabel dan histogram berikut ini:

1. Perencanaan Pembelajaran

Perencanaan Pembelajaran, Menurut Rahmawati (2021: 14) Perencanaan merupakan tahap paling awal dan penentu dari seluruh kegiatan pembelajaran oleh karena itu, perencanaan memiliki peran utama dalam suatu kegiatan yang akan dilaksanakan.

Upaya perbaikan pembelajaran dilakukan dengan asumsi, untuk perbaikan kualitas pembelajaran diawali dengan perencanaan pembelajaran yang diwujudkan dengan adanya desain pembelajaran.

Perencanaan pembelajaran dapat didefinisikan sebagai penentuan strategi dan langkah akan ditempuh dalam mewujudkan tujuan pembelajaran. Perencanaan pembelajaran merupakan upaya guru untuk mempersiapkan kegiatan belajar mengajar yang berisi seperangkat rencana pembelajaran.

Tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan, materi yang akan diajarkan, bahan ajar serta media pembelajaran, pendekatan pembelajaran yang akan ditetapkan, dan evaluasi yang menjadi acuan dalam proses pembelajaran.

Dasar dari program kegiatan pembelajaran adalah satuan pelajaran yang diambil dari kurikulum. Menurut Harjanto (2021: 156) Materi pelajaran berada dalam ruang lingkup isi kurikulum, karena itu pemilihan isi pelajaran tentu saja harus

sejalan dengan ukuran atau kriteria-kriteria yang digunakan untuk isi kurikulum bidang studi bersangkutan.

Sebagai seorang guru sebelum melaksanakan kegiatan pembelajaran, seorang guru dituntut membuat perencanaan pembelajaran. Menurut Khairunnisa Batubara (2021:90) Kurikulum Merdeka, perencanaan pembelajaran dirancang untuk memberikan pengalaman belajar yang bermakna dan kontekstual bagi peserta didik.

Pendekatan ini memastikan bahwa pembelajaran berpusat pada peserta didik dan menghubungkan konsep yang dipelajari dengan kondisi nyata. Serta merancang tujuan pembelajaran

Tujuan Pembelajaran sebagai deskripsi pencapaian tiga aspek kompetensi (pengetahuan, keterampilan, sikap) yang diperoleh murid dalam satu atau lebih kegiatan pembelajaran. Dari definisi tersebut, dapat disimpulkan bahwa Tujuan Pembelajaran adalah sebuah istilah yang digunakan dalam kurikulum pendidikan Indonesia untuk mendeskripsikan kompetensi berupa pengetahuan, keterampilan, dan sikap yang harus dicapai, dimiliki, dan dikuasai oleh peserta didik dalam suatu kegiatan pembelajaran.

Capaian Pembelajaran, pendidik mengidentifikasi kata-kata kunci Capaian Pembelajaran untuk merumuskan Tujuan Pembelajaran. Tujuan Pembelajaran ini perlu dicapai peserta didik dalam satu atau lebih jam pelajaran, hingga mereka dapat mencapai

Capaian Pembelajaran pada penghujung fase. Adapun peneliti menjelaskan materi yang diajarkan pada praktek lapangan yaitu : Tujuan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan pada materi Bola Basket.

Peserta didik dapat menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan dan menganalisis gerak spesifik dan fungsional permainan dan olahraga (mengoper dan menangkap bola) permainan bola basket sesuai potensi dan kreativitas yang dimiliki.

Serta mengembangkan nilai-nilai Profil Pelajar Pancasila dengan meregulasi dan menginternalisasi nilai-nilai gerak seperti: berkolaborasi, kepedulian, berbagai, pemahaman diri dan situasi yang dihadapi, dan meregulasi diri, serta dapat menerapkan pola perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan sub variabel perencanaan pembelajaran yang diberikan sebanyak 7 item pertanyaan kepada 76 siswa Kelas VIII di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Batang Anai yang dijadikan sebagai responden, diperoleh nilai rata-rata (mean) 24,9, nilai minimum 21, nilai maximum 29, dan standar deviasi 1,99. Selanjutnya distribusi frekuensi Perencanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan dapat dilihat pada tabel di bawah ini

Tabel 1. Hasil Penelitian Pelaksanaan Pembelajaran PJOK berdasarkan sub Variabel Perencanaan Pembelajaran

No	Jawaban	Skor (x)	fa	fr (%)	\sum Skor (x . fa)
1	Sangat Setuju (ST)	5	52	9,78	260
2	Setuju (S)	4	224	42,1	896
3	Ragu-Ragu (R)	3	205	38,53	615
4	Tidak Setuju (TS)	2	47	8,84	94
5	Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4	0,75	4
Jumlah			532	100	1869
Skor Ideal		5 X 7 X 76 = 2660			
Skor Capaian		1869/2660 X 100% = 70,26			

Sumber : Data Hasil Penelitian

Berdasarkan analisis data di atas, terlihat bahwa pada sub variabel perencanaan pembelajaran ditemukan jumlah total jawaban sangat setuju 52 (9,78%), setuju 224 (42,1%), ragu-ragu 205 (38,53%), tidak setuju 47 (8,84%), dan sangat tidak setuju 4 (0,75%)

Kemudian diperoleh skor capaian sebesar 1869 sedangkan skor ideal 2660. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Kelas VIII di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Batang Anai pada sub variabel perencanaan pembelajaran berada pada kategori **baik** dengan skala 70,26

2. Pelaksanaan Pembelajaran

Menurut Bahri dan Aswan Zain (2020: 56) Pelaksanaan pembelajaran adalah suatu kegiatan yang bernilai edukatif, nilai edukatif mewarnai interaksi yang terjadi antara guru dan peserta didik.

Menurut Asnaldi (2019: 18) Kegiatan mengajar sering diistilahkan dengan pembelajaran dalam kontek standar proses pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tidak hanya sekedar menyampaikan materi pelajaran, tetapi juga dimaknai sebagai proses mengatur lingkungan supaya siswa belajar. Hal ini mengisaratkan bahwa dalam proses belajar mengajar siswa harus dijadikan sebagai pusat kegiatan.

Interaksi yang bernilai edukatif dikarenakan pelaksanaan pembelajaran yang dilakukan diarahkan untuk mencapai tujuan tertentu yang telah dirumuskan sebelum pelaksanaan pembelajaran dimulai.

Pelaksanaan pembelajaran adalah proses yang diatur sedemikian rupa menurut langkah-langkah tertentu agar pelaksanaan mencapai hasil yang diharapkan. Menurut

Majid (2021: 20) Pelaksanaan pembelajaran merupakan kegiatan prose belajar-mengajar sebagai unsur inti dari aktivitas pembelajaran yang dalam pelaksanaannya disesuaikan dengan rambu-rambu yang telah disusun dalam perencanaan sebelumnya.

Berdasarkan sub variabel pelaksanaan pembelajaran yang diberikan sebanyak 19 item pertanyaan kepada 76 siswa Kelas VIII di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Batang Anai yang dijadikan sebagai responden, diperoleh nilai rata-rata (mean) 24,59, nilai minimum 65, nilai maximum 78, dan standar deviasi 19,25. Selanjutnya distribusi frekuensi Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 2. Hasil Penelitian Pelaksanaan Pembelajaran PJOK berdasarkan sub Variabel Pelaksanaan Pembelajaran

No	Jawaban	Skor (x)	fa	fr (%)	Σ Skor (x . fa)
1	Sangat Setuju (ST)	5	236	16,35	1180
2	Setuju (S)	4	646	44,76	2584
3	Ragu-Ragu (R)	3	496	34,37	1488
4	Tidak Setuju (TS)	2	60	4,15	120
5	Sangat Tidak Setuju (STS)	1	5	0,43	5
Jumlah			1443	100,06	5377
Skor Ideal			5 X 19 X 76 = 7220		
Skor Capaian			5377 / 7220 X 100% = 74,47		

Sumber : Data Hasil Penelitian

Berdasarkan analisis data di atas, terlihat bahwa pada sub variabel pelaksanaan pembelajaran ditemukan jumlah total jawaban sangat setuju 236 (16,35%), setuju 646 (44,76%), ragu-ragu 496 (34,37%), tidak setuju 60 (4,15%), dan sangat tidak setuju 5 (0,43%).

Kemudian diperoleh skor capaian sebesar 5377 sedangkan skor ideal 7220. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Kelas VIII di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Batang Anai pada sub variabel pelaksanaan pembelajaran berada pada kategori **baik** dengan skala 74,47.

3. Evaluasi Pembelajaran

Menurut Oemar Hamalik, sebagaimana dikutip oleh Rohmad (2020: 13) Evaluasi merupakan kegiatan yang terencana untuk mengetahui keadaan suatu objek dengan menggunakan instrument dan hasilnya dibandingkan dengan tolak ukur untuk memperoleh kesimpulan.

Menurut Asnaldi (2018: 20) “ Seseorang untuk mendapatkan hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang didapat dari proses belajar merupakan hasil dari penguasaan tiga ranah tersebut yaitu ranah kognitif, afektif dan psikomotoris.

Semua ranah tersebut yang menjadi evaluasi yang dilakukan guru penjasorkes untuk mengetahui apakah suatu tujuan pembelajaran di sekolah dapat dicapai dengan baik atau tidak dan siswa juga mengetahui sampai dimana usaha dan keberhasilan mereka dalam belajar.

Berdasarkan sub variabel evaluasi pembelajaran yang diberikan sebanyak 6 item pertanyaan kepada 76 siswa Kelas VIII di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Batang Anai yang dijadikan sebagai responden, diperoleh nilai rata-rata (mean) 22,97, nilai minimum 19, nilai maximum 28, dan standar deviasi 2,14.

Selanjutnya distribusi frekuensi Evaluasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga

Dan Kesehatan dapat dilihat pada tabel di bawah ini

Tabel 3. Hasil Penelitian Pelaksanaan Pembelajaran PJOK berdasarkan sub Variabel Evaluasi Pembelajaran

No	Jawaban	Skor (x)	fa	fr (%)	Σ Skor (x . fa)
1	Sangat Setuju (ST)	5	101	22,14	505
2	Setuju (S)	4	185	40,58	740
3	Ragu-Ragu (R)	3	161	35,3	483
4	Tidak Setuju (TS)	2	9	1,98	18
5	Sangat Tidak Setuju (STS)	1	0	0	0
Jumlah			456	100	1746
Skor Ideal		5 X 6 X 76 = 2280			
Skor Capaian		1746 / 2280 X 100% = 76,67			

Sumber : Data Hasil Penelitian

Berdasarkan data yang di atas bahwa pada sub variabel evaluasi pembelajaran ditemukan jumlah total jawaban sangat setuju 101 (22,14%), setuju 185 (40,58%), ragu-ragu 161 (35,3%), tidak setuju 9 (1,98%). Kemudian diperoleh skor capaian sebesar 1746 sedangkan skor ideal 2280. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Kelas VIII di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Batang Anai pada sub variabel evaluasi pembelajaran berada pada kategori **baik** dengan skala 76,67.

4. Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Kelas VIII di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Batang Anai

Berdasarkan angket pelaksanaan pembelajaran yang diberikan sebanyak 32

item pertanyaan kepada 76 siswa Kelas VIII di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Batang Anai yang dijadikan sebagai responden, diperoleh nilai rata-rata (mean) 118,38, nilai minimum 108, nilai maximum 130, dan standar deviasi 4,96. Selanjutnya distribusi frekuensi Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan dapat dilihat pada tabel di bawah ini

Tabel 4. Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas VIII di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Batang Anai

No	Jawaban	Skor (x)	fa	fr (%)	Σ Skor (x . fa)
1	Sangat Setuju (ST)	5	389	16	1945
2	Setuju (S)	4	1055	43,39	4220
3	Ragu-Ragu (R)	3	862	35,45	2586
4	Tidak Setuju (TS)	2	116	4,77	232
5	Sangat Tidak Setuju (STS)	1	9	0,37	9
Jumlah			2431	99,98	8992
Skor Ideal		5 X 32 X 76 = 12160			
Skor Capaian		8992/12160 X 100% = 73,94			

Sumber : Data Hasil Penelitian

Berdasarkan analisis data di atas, terlihat bahwa pada pelaksanaan pembelajaran ditemukan jumlah total jawaban sangat setuju 389 (16%), setuju 1055 (43,39%), ragu-ragu 862 (35,45%), tidak setuju 2 (4,77%), dan sangat tidak setuju 9 (0,37%). Kemudian diperoleh skor capaian sebesar 8992 sedangkan skor ideal 12.160. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Kelas VIII di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Batang Anai berada pada kategori **baik** dengan skala 73,94..

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian di atas, ternyata hasil analisis data dalam penelitian ini dari 32 item pertanyaan yang diberikan kepada 76 siswa yang dijadikan responden, ditemukan jumlah total jawaban "sangat setuju" sebanyak 389 jawaban atau 16%, jawaban "setuju" sebanyak 1055 atau 43,39%, jawaban "ragu-ragu" sebanyak 862 atau 35,45%, jawaban "tidak setuju" sebanyak 2 atau 4,77%, dan jawaban "sangat tidak setuju" 9 atau 0,37%. Dari hasil analisis diperoleh skor capaian sebesar 8992 sedangkan skor ideal 12.160.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Kelas VIII di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Batang Anai berada pada kategori baik. Menurut Umar Syahwani & Syambasil (2020:23) " Untuk mewujudkan keberhasilan proses belajar mengajar, banyak faktor yang dapat menjadi penentu, Setidaknya ada tiga unsur yang harus ada dalam proses belajar mengajar yaitu guru yang konstruktif, materi pelajaran menarik dan siswa responsive"

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan merupakan komponen penting dari pendidikan yang komprehensif. Ini berusaha untuk meningkatkan kebugaran fisik siswa, keterampilan gerakan, keterampilan sosial, kemampuan penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, dan sudut pandang tentang gaya hidup sehat. disiapkan dengan cermat.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan maka dapat diambil kesimpulan bahwa pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan kelas VIII di Sekolah Menengah Pertama

Negeri 1 Batang Anai berada pada kategori **baik** dengan skala 73,94.

DAFTAR PUSTAKA

- Asnaldi, "Kontribusi Motor Ability Dan Konsentrasi Terhadap Kemampuan Penguasaan Kata Heian Yodan Karateka Lemkari Dojo Angkasa Lanud Padang", *Jm*, Vol. 4, No. 1, Pp. 17-29, May 2019.
- Asnaldi, Bakhtiar, S. Z., & Wenly, A. P. (2019). Explosion of limb muscles on the ability of Mae Geri Chudan Karateka Lemkari. *Jurnal Performa*. <http://performa.ppj.unp.ac.id/index.php/kepel/article/view/89>
- Asnaldi, Z. Fik-Unp, And M. M, "Hubungan Motivasi Olahraga Dan Kemampuan Motorik Dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Siswa Sekolah Dasar Negeri 16 Sintoga Kecamatan Sintuk Toboh Gadang Kabupaten Padang Pariaman", *Jm*, Vol. 3, No. 2, Pp. 16-27, Dec. 2018.
- Abdul Majid. (2021). *Strategi Pembelajaran*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Ardhiansyah El Lambang Kusuma (2021). *Pengertian Pendidikan Jasmani*. Bandung: Direktorat UPI.
- Bahri, Syaiful dan Aswan Zain. (2006). *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Damrah (2020). Kinerja Guru Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Masa New Normal Covid 19. *Jurnal*

- Kesehatan Medika Sainatika, Volume 11 Nomor 2
- Darni. 2020. Kinerja Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Di Masa New Normal Covid 19. *Jurnal Kesehatan Medika Sainatika*, Volume 11 nomor 2.
- E. Nurmai, E. Emral, and S. Suwirman, "Kemampuan Guru Motivasi Siswa Sarana Dan Prasarana Dalam Pembelajaran Penjasorkes Kelas IV Dan V di Sekolah Dasar Negeri 22 Andalas Padang", *jm*, vol. 3, no. 2, pp. 53-63, Dec. 2018.
- Fadlan, A. R., Wahyuri, A. S., Ihsan, N., Komaini, A., & Batubara, R. (2023). Pengembangan E-Modul Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (PJOK) Materi Kebugaran Jasmani Kelas IV Sekolah Dasar Berbasis Aktivitas Bermain. *Wahana Didaktika : Jurnal Ilmu Kependidikan*, 21(1), 73–84. <https://doi.org/10.31851/wahanadidaktika.v21i1.10993>
- Harjanto (2021). *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Hijriyanto, A., Emral, E., Rasyid, W., & Darni, D. (2022). Tinjauan Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Pada Masa Pandemi Covid 19. *Jurnal JPDO*, 5(2),99-102. Retrieved from <http://jpdo.ppj.unp.ac.id/index.php/jpdo/article/view/932>
- Khairunnisa Batubara (2021). Kurikulum Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan di Indonesia Abad 21. *JARTIKA*, 422-438. Volume 23 No 22
- N. S. Dessi (2020). Tinjauan kebugaran jasmani siswa sekolah dasar. *Jurnal Sporta Sainatika*, 5(2), 133-138.
- Rahmawati (2021). *Pedoman Penyelenggaraan Program Pendidikan Jasmani Adaptif Bagi Peserta Didik Berkebutuhan Khusus di Sekolah Inklusif*. Jakarta: Depdikbud.
- Rohmad Muhammad. (2020). Proses Evaluasi Pembelajaran Pendidikan Jamani, Olahraga, dan Kesehatan SD Negeri di Kecamatan Kertek Kabupaten Wonosobo. *Indonesian Journal For Physical Education and Sport*, 3.
- Sugiyono, (2008). *Metodelogi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: ALFABETA.
- Suwirman, S., Ihsan, N., & Sepriadi, S. (2018). Hubungan status gizi dan motivasi berprestasi dengan tingkat kondisi fisik siswa ppls cabang pencak silat sumatera barat. *Sporta Sainatika*, 3(1), 410–422.
- Umar Syahwani & Syambasril (2020). *Pendidikan Jasmani Adaptif*. Jakarta: Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi.
- Umar Syahwani & Syambasril (2020). *Pendidikan Jasmani Adaptif*. Jakarta: Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi.
- Wahyuri, S. A. (2017). Pengembangan Model Latihan Kebugaran Jasmani Berbasis Aktivitas Bermain. *Jurnal Menssana*, 2(2), 14-18