ABSTRAK

Cemi Pratama (2013). Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap kebugaran Jasmani dan Jam Waktu Akti Belajar Siswa Mengikuti Pembelajaran Penjas. Skripsi Program Studi PJKR Jurusan Pendidikan Olahraga. FPOK – UPI.

Proes pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah pada umumnya selalu berpacu dan focus pada kurikulum yang berlaku, sehingga aktivitas bermain menurun mengakibatkan jam waktu aktif belajar siswa berkurang. Sementara itu dalam proses pembelajaran penjas pada tingkat SMP siswa mulai bosan dengan materi yang diberikan oleh guru. Pada proses pembelajaran ini peneliti mencoba menggunakan pengajaran dalam bentuk sederhana melalui suatu permainan tradisional seperti gobag sodor bebentengan dan boy-boyan. Dalam pembelajaran permainan tradisional ini peneliti dapat mengetahui pengaruh permainan tradisional terhadap kebugaran jasmani dan jam waktu aktif belajar. dalam proses pembelajaran permainan tradisional ini tetap mengacu pada kurikulum yang telah ditetapkan pemerintah dan dalam pelaksanaannya bentuk permainan tradisional disisipkan pada kegiatan inti pembelajaran. Metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen, desain penelitian pretest and posttest control group design. Sampel penelitian siswa kelas VII SMPN I Garut berjumlah 30 orang dipilih secara random. Instrument penelitian yang digunakan merujuk pada sekala penilaian kebugaran jasmani yang dikemukakan oleh Nurhasan (2000:93) dan untuk jam waktu aktif belajar merujuk pada Suherman (2009:30). Uji hipotesis penelitian menggunakan uji kesamaan dua rata-rata satu pihak atau uji t. hasil pengolahan data diperoleh kesimpulan bahwa proses pembelajaran permainan tradisional mempunyai pengaruh signifikan terhadap kebugaran jasmani dan waktu aktif belajar siswa mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani. Sebagai saran permainan tradisional perlu lebih di sosialisasikan di sekolah.

Cemi Pratama, 2013

Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Kebugaran Jasmani Dan Jam Waktu Aktif Belajar Siswa Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani (Studi Eksperimen Terhadap Siswa Smpn 2 Garut Kabupaten Garut)