

**PROFIL JUMLAH WAKTU AKTIF BELAJAR SISWA PADA
PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN
KESEHATAN DI SEKOLAH MA AL-JAWAHIR**

SKRIPSI

diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar Sarjana pada
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi



Oleh:

Dilla Syafitri 1700823

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN UNIVERSITAS
PENDIDIKAN INDONESIA
2020**

Dilla Syafitri, 2020

*PROFIL JUMLAH WAKTU AKTIF BELAJAR SISWA PADA PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI,
OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SEKOLAH MA AL-JAWAHIR*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

**PROFIL JUMLAH WAKTU AKTIF BELAJAR SISWA PADA
PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA DAN
KESEHATAN DI SEKOLAH MA AL-JAWAHIR**

Oleh
Dilla Syafitri

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana pada Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

© Dilla Syafitri

Universitas Pendidikan Indonesia Desember
2020

Hak Cipta dilindungi undang-undang

Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,
Dengan dicetak ulang, difoto copy, atau lainnya tanpa izin dari penulis

Dilla Syafitri, 2020

*PROFIL JUMLAH WAKTU AKTIF BELAJAR SISWA PADA PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI,
OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SEKOLAH MA AL-JAWAHIR*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

LEMBAR PENGESAHAN

Dilla Syafitri

1700823

**PROFIL JUMLAH WAKTU AKTIF BELAJAR SISWA PADA
PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA DAN
KESEHATAN DI SEKOLAH MA AL-JAWAHIR**

disetujui dan disahkan oleh pembimbing:

Bandung, Desember 2020

Pembimbing I



Dr. Nuryadi, M.Pd

NIP. 197101171998021001

Pembimbing II



Carsiwan, M.Pd

NIP. 197101052002121001

Mengetahui,

Ketua Program Studi

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Dr. Yusuf Hidayat, M.Si

NIP. 19680830199903

Dilla Syafitri, 2020

*PROFIL JUMLAH WAKTU AKTIF BELAJAR SISWA PADA PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI,
OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SEKOLAH MA AL-JAWAHIR*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “**PROFIL JUMLAH WAKTU AKTIF BELAJAR SISWA PADA PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SEKOLAH MA AL-JAWAHIR**” ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau mengutip dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini saya siap menanggung resiko/sanksi apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya ini.

Bandung, Desember 2020

Dilla Syafitri
NIM. 1700823

ABSTRAK
PROFIL JUMLAH WAKTU AKTIF BELAJAR SISWA DALAM PEMBELAJARAN
PENDIDIKAN JASMANI DI MA AL-JAWAHIR

Pembimbing I : Dr. Nuryadi, M.Pd

Pembimbing II: Carsiwan, M.Pd

Dilla Syafitri

1700823

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran profil perbandingan jumlah waktu aktif belajar siswa dalam proses pendidikan jasmani, dengan menggunakan metode penelitian deskriptif pendekatan survey. Penelitian dilaksanakan terhadap 42 peserta didik kelas X di sekolah MA AL-Jawahir. Dalam pengambilan sampel peneliti menggunakan Teknik pengambilan sampel *simple random sampling*. Instrumen yang digunakan adalah instrumen jumlah waktu aktif belajar pendidikan jasmani beserta pengolahan data yang diadopsi oleh Suherman (2009, hlm 33). Hasil data profil waktu aktif belajar siswa yaitu 51,67%. Dari data hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa waktu aktif belajar siswa kelas X di MA Al-Jawahir relatif tinggi.

Kata Kunci: *pendidikan jasmani, jumlah waktu aktif belajar*

Dilla Syafitri, 2020

**PROFIL JUMLAH WAKTU AKTIF BELAJAR SISWA PADA PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI,
OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SEKOLAH MA AL-JAWAHIR**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

ABSTRACT

PROFILE OF ACTIVE LEARNING TIME OF STUDENTS IN LEARNING PHYSICAL EDUCATION IN MA AL-JAWAHIR

Supervisor I : Dr. Nuryadi, M.Pd
Supervisor II : Carsiwan, M.Pd

Dilla Syafitri
1700823

The purpose of this study was to determine the comparative profile picture of the amount of active learning time of students in the physical education process, using a descriptive research method with a survey approach. The research was carried out on 42 grade X students at the MA AL-Jawahir school. In taking the sample, the researcher used simple random sampling technique. The instrument used was an instrument for the amount of active time studying physical education along with data processing adopted by Suherman (2009, p. 33). The results of the student's active learning time profile data is 51.67%. From the research data that has been done, it can be concluded that the active learning time of class X students at MA AlJawahir is relatively high.

Keywords: physical education, amount of active learning time

Dilla Syafitri, 2020

PROFIL JUMLAH WAKTU AKTIF BELAJAR SISWA PADA PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SEKOLAH MA AL-JAWAHIR

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN	i
ABSTRAK	ii
PROFIL JUMLAH WAKTU AKTIF BELAJAR SISWA DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DI MA AL-JAWAHIR	ii
<i>ABSTRACT</i>	iii
KATA PENGANTAR	iv
UCAPAN TERIMA KASIH	vi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	4
1.3 Rumusan masalah	4
1.4 Tujuan Penelitian	4
1.5 Manfaat Penelitian	5
1.6 Struktur Organisasi Skripsi	5
BAB II TINJAUAN TEORI	7
2.1 Hakikat Pendidikan Jasmani	7
2.1.1. Pengertian Pendidikan Jasmani	7
2.1.2. Tujuan Pendidikan Jasmani	9
2.1.3 Pentingnya Pendidikan Jasmani	10
2.2 Hakikat Belajar dan Pembelajaran	11
2.2.1 Belajar	11
2.1.2. Pembelajaran	13
2.3 Hakikat Jumlah Waktu Aktif Belajar	14
2.3.1 Pengertian Jumlah Waktu Aktif Belajar	14
2.3.2 Hakikat Penelitian	16
2.4 Kerangka Berfikir	16

Dilla Syafitri, 2020

**PROFIL JUMLAH WAKTU AKTIF BELAJAR SISWA PADA PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI,
OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SEKOLAH MA AL-JAWAHIR**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

2.5	Hipotesis	17
BAB III.....		18
METODE PENELITIAN.....		18
3.1	Metode Penelitian.....	18
3.2	Tujuan Operasional Penelitian	19
3.3	Tempat, Subjek dan Waktu Penelitian.....	19
3.3.1	Tempat Penelitian.....	19
3.3.2	Subjek Penelitian.....	19
3.3.3	Waktu Penelitian	20
3.4	Populasi dan Sampel	20
3.5	Instrumen Penelitian.....	21
3.5.1	Catatan Lapangan.....	23
3.6	Teknik Pengumpulan Data	24
3.7	Prosedur Penelitian.....	25
3.6	Teknik Pengolahan Data	34
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		36
4.1	Deskripsi Awal Penelitian	36
4.1.1	Pelaksanaan Pembelajaran.....	36
4.2	Hasil Penelitian	37
4.2.1	Pembahasan Penelitian	37
4.2.1.1	Hasil Observasi I	37
4.2.1.2	Hasil Observasi II.....	38
4.2.1.3	Hasil Observasi III.....	40
4.2.1.4	Hasil Observasi IV	41
4.2.1.5	Hasil Observasi V.....	43
4.3	Pembahasan Hasil Penelitian.....	48
4.4	Diskusi Penemuan	51
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI, KETERBATASAN DAN REKOMENDASI ..		54

Dilla Syafitri, 2020

PROFIL JUMLAH WAKTU AKTIF BELAJAR SISWA PADA PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SEKOLAH MA AL-JAWAHIR

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

5.1	Simpulan	54
5.2	Implikasi	54
5.3	Keterbatasan Penelitian	54
5.4	Rekomendasi	55
DAFTAR PUSTAKA		56
LAMPIRAN – LAMPIRAN		60
LAMPIRAN		61
RIWAYAT HIDUP		116

Dilla Syafitri, 2020

*PROFIL JUMLAH WAKTU AKTIF BELAJAR SISWA PADA PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI,
OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SEKOLAH MA AL-JAWAHIR*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Waktu Penelitian	20
Tabel 3.2 Kisi-kisi Instrumen JWAB	21
Tabel 3.3 Instrumen JWAB	23
Tabel 3.4 Langkah-langkah Pengambilan Data.....	26
Tabel 4.1 Hasil profil keseluruhan Jumlah Waktu Aktif Belajar	48

DAFTAR BAGAN

Bagan 4.1 Presentase waktu aktif belajar pada observasi awal	38
Bagan 4.2 Presentase waktu aktif belajar pada observasi kedua	39
Bagan 4.3 Presentase waktu aktif belajar pada observasi ketiga	41
Bagan 4.4 Presentase waktu aktif belajar pada observasi keempat	42
Bagan 4.5 Presentase waktu aktif belajar pada observasi kelima	43
Bagan 4.6 Presentase waktu aktif belajar pada observasi keenam	45
Bagan 4.7 Presentase waktu aktif belajar pada observasi ketujuh	46

Dilla Syafitri, 2020

*PROFIL JUMLAH WAKTU AKTIF BELAJAR SISWA PADA PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI,
OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SEKOLAH MA AL-JAWAHIR*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Bagan 4.8 Presentase waktu aktif belajar pada observasi kedelapan	47
Bagan 4.9 Hasil Keseluruhan Jumlah Waktu Aktif Belajar	50
Bagan 4.10 Aktif belajar.....	51
DAFTAR GAMBAR	
Gambar 3.1 Format catatan lapangan	24
Gambar 3.2 Langkah-langkah penelitian.....	25
DAFTAR LAMPIRAN	
Lampiran I	61
1. SK Pembimbing Skripsi	
2. Surat Izin untuk Melaksanakan Penelitian	
Lampiran II	68
RPP	
Lampiran III	87
Dokumentasi	
Lampiran IV	91
1. Instrumen Penelitian	
2. Catatan Lapangan	

DAFTAR PUSTAKA

- Abduljabar, B. (2009). *Manajemen Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Bandung: FPOK UPI.
- Arikunto, S. (2006). *Metodelogi penelitian*. Yogyakarta: Bina Aksara.
- Ayşe, Dilşad Mirzeoğlu. 2014. “The Effects of Peer Teaching on the University Students Achievements in Cognitive, Affective, Psychomotor Domains and Game Performances in Volleyball Courses.” *Educational Research and Reviews* 9 (9): 262–71. <https://doi.org/10.5897/err2013.1690>.
- Bahrudin, H., & Wahyuni, N. Esa. 2015. *Teori Belajar dan Pembelajaran*.
- Bailey, Richard. 2018. “Sport, Physical Education and Educational Worth.” *Educational Review* 70 (1): 51–66. <https://doi.org/10.1080/00131911.2018.1403208>.

Dilla Syafitri, 2020

PROFIL JUMLAH WAKTU AKTIF BELAJAR SISWA PADA PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SEKOLAH MA AL-JAWAHIR

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

- Behavior. The Department Of Kinesiology, Health, And Sport Study At Wayne State University. *Research Quarterly For Exercise And Sport*. 78 (4), hlm. 328.
- B. Uno, Hamzah dan Mohamad Nurdin. 2012. *Belajar dengan Pendekatan Paikem (Pembelajaran Aktif, Inovatif, Lingkungan kreatif, Efektif, Menarik)*, Bumi Aksara. Jakarta.
- Cho, Minh. 2008. "Journal of Teaching in Travel & Tourism Student Perspectives on the Quality of Hotel Management Internships" 3220 (May 2014): 37–41. <https://doi.org/10.1300/J172v06n01>.
- Cholik, T., & Lutan, R. (2001). Pendidikan jasmani dan Kesehatan. *Bandung: CV Maulana*.
- Depdiknas. (2004). *Kerangka Dasar Kurikulum 2004*, Jakarta.
- Dryden, G., & Vos, J. (2002). *The Learning Revolution: To Change the Way the World Learns*. New Zealand: The Learning Web.
- Godbout, Paul, Jean Brunelle, and Marielle Tousignant. 1983. "Academic Learning Time in Elementary and Secondary Physical Education Classes." *Research Quarterly for Exercise and Sport* 54 (1): 11–19. <https://doi.org/10.1080/02701367.1983.10605266>.
- Graeff, Timothy R. 2010. "Strategic Teaching for Active Learning." *Marketing Education Review* 20 (3): 265–78. <https://doi.org/10.2753/mer10528008200307>.
- Gubacs-Collins, Klara. 2007. "Implementing a Tactical Approach through Action Research." *Physical Education & Sport Pedagogy* 12 (2): 105–26. <https://doi.org/10.1080/17408980701281987>.
- Juliantine, T. (2015, Hal 1-10). Strategi Mengajar Dalam Model Bermain Pelajaran Pendidikan Jasmani. *Jurnal Universitas Pendidikan Indonesia*, 1-10.
- Lynch, Timothy, and Gregory J. Soukup. 2016. "Physical Education, 'Health and Physical Education', 'Physical Literacy' and 'Health Literacy': Global Nomenclature

Confusion.” *Cogent Education* 3 (1): 1–22.
<https://doi.org/10.1080/2331186X.2016.1217820>.

Kemendikbud. (2020, 08). *Mendikbud Terbitkan SE tentang Pelaksanaan Pendidikan dalam Masa Darurat Covid-19*. Retrieved from Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan:

<https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2020/03/mendikbudterbitkan-se-tentang-pelaksanaan-pendidikan-dalam-masa-darurat-covid19>

Mahendra, A. (2015). *Filsafat Pendidikan Jasmani*. Bandung: CV. Bintang WarliArtika.

McHugh, Elaine. 1995. “Going ‘Beyond the Physical’: Social Skills and Physical Education.” *Journal of Physical Education, Recreation & Dance* 66 (4): 18–21.
<https://doi.org/10.1080/07303084.1995.10608127>.

Mouratidou, Katerina, Stavroula Goutza, and Dimitrios Chatzopoulos. 2007. “Physical Education and Moral Development: An Intervention Programme to Promote Moral Reasoning through Physical Education in High School Students.” *European Physical Education Review* 13 (1): 41–56. <https://doi.org/10.1177/1356336X07072675>.

Mirzeoglu, ayse D. (2014). The effects of peer teaching on the university students achievements in cognitive, affective, psychomotor domains and game performances in volleyball courses. *Educational Research and Reviews*, 9(9), 262–271. <https://doi.org/10.5897/ERR2013.1690>

Nana Sudjana. (2002). *Dasar-dasar proses belajar dan mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algesindo.

Ntoumanis, Nikos. 2001. “A Self-Determination Approach to the Understanding of Motivation in Physical Education.” *British Journal of Educational Psychology* 71 (2): 225–42. <https://doi.org/10.1348/000709901158497>.

Dilla Syafitri, 2020

PROFIL JUMLAH WAKTU AKTIF BELAJAR SISWA PADA PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SEKOLAH MA AL-JAWAHIR

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

- Penjasorkes, Pembelajaran, D A N Pemanfaatannya, Sekolah Luar, Biasa Kabupaten, and Temanggung Tahun. 2014. "Survei Sarana Dan Prasarana Olahraga Penunjang Proses Pembelajaran Penjasorkes Dan Pemanfaatannya Di Sekolah Luar Biasa Kabupaten Temanggung Tahun 2013." *Active - Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation* 3 (11): 1402–7. <https://doi.org/10.15294/active.v3i11.4273>.
- Retnawati, Heri, Samsul Hadi, and Ariadie Chandra Nugraha. 2016. "Vocational High School Teachers' Difficulties in Implementing the Assessment in Curriculum 2013 in Yogyakarta Province of Indonesia." *International Journal of Instruction* 9 (1): 33–48. <https://doi.org/10.12973/iji.2016.914a>.
- Rink, Judith E. 2016. "Tactical and Skill Approaches to Teaching Sport and Games: Introduction." *Journal of Teaching in Physical Education* 15 (4): 397–98. <https://doi.org/10.1123/jtpe.15.4.397>.
- Rusli Lutan, (1988). Belajar Ketrampilan Motorik, Pengantar Teori dan Metode. Departemen P&K Dirjen Dikti Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan dan Tenaga Kependidikan. Jakarta
- Saeidi, Amir, Adrienne Williams, Natascha Buswell, Daniel Mumm, and Kameryn Denaro. 2019. "Can Adding Discussion-Only Active Learning Increase Student Learning in Materials Science Class?" *Proceedings - Frontiers in Education Conference, FIE 2018-October*: 1–4. <https://doi.org/10.1109/FIE.2018.8659146>.
- Siedentop, D. (1976). Developing teaching skills in physical education.
- Shen, Bo Et Al. 2006. The Influence Of Self-Determination In Physical Education On Leisure-Time Physical Activity Behavior. The Department Of Kinesiology, Health, And Sport Study At Wayne State University. *Research Quarterly For Exercise And Sport*. 78 (4), hlm. 328.
- Singarimbun, M & Effendi, S. (2011). Metode Penelitian Survei. Jakarta: LP3S.
- Stolz, Steven A. 2013. "Phenomenology and Physical Education." *Educational*

Dilla Syafitri, 2020

PROFIL JUMLAH WAKTU AKTIF BELAJAR SISWA PADA PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SEKOLAH MA AL-JAWAHIR

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Philosophy and Theory 45 (9): 949–62.

<https://doi.org/10.1080/00131857.2013.785355>.

Sugiarto, Bambang Gatot. 2015. “Pengaruh Distribusi Alokasi Waktu Pembelajaran Pendidikan Jasmani Terhadap Perilaku Hidup Aktif Dan Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar.” *Motion*, Volume VI,: 93–108.

Suntoda, Andi. 2017. “Upaya Meningkatkan Jumlah Waktu Aktif Belajar Melalui Penerapan Pengajaran Peer Teaching Dalam Pembelajaran Tennis.” *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan* 2 (2): 106.

<https://doi.org/10.17509/jtikor.v2i2.7984>.

Sugiyono,, (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan Rnd*. Bandung: Alfabet

Suherman, A. (2009). *Revitalisasi Pengajaran Pendidikan Jasmani*. Bandung : CV.Bintang WarliArtika.

Syarifudin, A. (2011, Hal 1-24). Penerapan Model Pembelajaran Cooperative Belajar Dan Faktor Faktor Belajar. Pendidikan Iain Palembang, 1-24.

Woolfolk, A.E & Nicolich, L.M. (1984). *Educational psychology for teacher*. Englewood Cliffs: Prentice Hill In