

**HUBUNGAN MINAT SISWA MENGIKUTI PEMBELAJARAN PENJAS  
TERHADAP TINGKAT KEBUGARAN JASMANI SISWA  
PADA MASA PEMBELAJARAN DARING  
DI SMAN 1 CIPEUNDEUY**

**SKRIPSI**

*Diajukan untuk memenuhi sebagian dari syarat untuk mendapat gelar sarjana  
Pendidikan di program studi Pendidikan Jasmani*



Disusun Oleh :  
Muhamad Ramdani  
1703707

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN  
REKREASI  
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA  
2021**

**LEMBAR HAK CIPTA**

**HUBUNGAN MINAT SISWA MENGIKUTI PEMBELAJARAN PENJAS  
TERHADAP TINGKAT KEBUGARAN JASMANI SISWA  
PADA MASA PEMBELAJARAN DARING  
DI SMAN 1 CIPEUNDEUY**

Oleh  
Muhamad Ramdani  
1703707

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi FPOK UPI

© Muhamad Ramdani 2021  
Universitas Pendidikan Indonesia  
September 2021

Hak Cipta dilindungi undang-undang.  
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,  
dengan dicetak ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

**LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI**

i

Muhamad Ramdani, 2021  
*HUBUNGAN MINAT SISWA MENGIKUTI PEMBELAJARAN PENJAS TERHADAP TINGKAT  
KEBUGARAN JASMANI SISWA PADA MASA PEMBELAJARAN DARING DI SMAN 1 CIPEUNDEUY*  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

**HUBUNGAN MINAT SISWA MENGIKUTI PEMBELAJARAN PENJAS  
TERHADAP TINGKAT KEBUGARAN JASMANI SISWA  
PADA MASA PEMBELAJARAN DARING  
DI SMAN 1 CIPEUNDEUY**

Disetujui dan disahkan oleh pembimbing:

Pembimbing I



**Dr. Yusuf Hidayat, M.Si**  
**NIP. 196808301999031001**

Pembimbing II



**Dra. Hj. Oom Rohmah, M.Pd**  
**NIP. 196005181987032003**

Mengetahui

**Ketua Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi**



**Dr. Yusuf Hidayat, M.Si**  
**NIP. 196808301999031001**

**PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “**HUBUNGAN  
MINAT SISWA MENGIKUTI PEMBELAJARAN PENJAS TERHADAP**

ii

Muhamad Ramdani, 2021

*HUBUNGAN MINAT SISWA MENGIKUTI PEMBELAJARAN PENJAS TERHADAP TINGKAT  
KEBUGARAN JASMANI SISWA PADA MASA PEMBELAJARAN DARING DI SMAN 1 CIPEUNDEUY*

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

**TINGKAT KEBUGARAN JASMANI SISWA PADA MASA PEMBELAJARAN DARING DI SMAN 1 CIPEUNDEUY”** ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan 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, September 2021

Yang membuat pernyataan



Muhamad Ramdani

NIM. 1703707

## ABSTRAK

---

### HUBUNGAN MINAT SISWA MENGIKUTI PEMBELAJARAN PENJAS TERHADAP TINGKAT KEBUGARAN JASMANI SISWA PADA MASA PEMBELAJARAN DARING DI SMAN 1 CIPEUNDEUY

Disusun Oleh:  
**MUHAMAD RAMDANI**  
NIM: 1703707

---

Penelitian ini meneliti tentang hubungan minat siswa mengikuti pembelajaran penjas terhadap tingkat kebugaran jasmani siswa pada masa pembelajaran daring di sman 1 cipeundeuy. Penelitian ini menggunakan desain penelitian gabungan dari metode deskriptif dan metode asosiatif. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik yaitu sampel jenuh atau teknik sering disebut sampling sensus. jumlah responden yang diteliti sebanyak yaitu 90 orang Siswa SMAN Cipeundeuy, Instrumen dalam penelitian ini berupa kuisisioner online menggunakan *google form* yang berisi 16 pertanyaan. Teknik analisis data menggunakan Analisis Deskriptif, Analisis Korelasi Person, Koefisien determinasi, Analisis Regresi Linier Sederhana, Besarnya nilai Hubungan Minat Siswa (X) terhadap Kebugaran Jasmani (Y) dapat dilihat dari nilai analisis korelasi dengan menggunakan bantuan *program IBM SPSS Statistics Version 24.0*, Berdasarkan data diatas hasil olahan statistik sebagai berikut. Hubungan Minat Siswa (X) Terhadap Kebugaran Jasmani (Y) sebesar 0.873 dengan nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$  yang berarti terdapat korelasi yang signifikan. nilai koefisien determinasi hasil perhitungan didapatkan nilai *R Square* minat siswa sebesar 76,2% sisanya 23,8 % dipengaruhi oleh variable lain selain minat siswa dan kebugaran jasmani yang tidak diteliti oleh peneliti. Dari persamaan regresi tersebut menunjukkan bahwa nilai Signifikansi (Sig, 0.001), artinya antara variabel minat siswa dengan kebugaran jasmani adalah Signifikan atau memiliki Hubungan, hal itu terlihat dari nilai signifikansi yang kurang dari 0,05. Berdasarkan Tabel 4.33 diketahui nilai Konstantanya adalah 4.154 dan nilai kebugaran jasmani adalah 0,247. Dari keterangan tersebut kita dapat memperoleh persamaan regresi sebagai berikut :  $Y = 4.154 + 0,247 X$  Artinya, Nilai Konstanta sebesar 4.154 poin menyatakan bahwa jika tidak ada perubahan pada 0,247, maka Nilai kebugaran jasmani sebesar 4.154 poin. Sedangkan Nilai Koefisien regresi X sebesar 0,247 poin, menyatakan bahwa setiap Peningkatan minat siswa maka kebugaran jasmani akan bertambah sebesar 0,247 poin. Hipotesis yang diajukan adalah terdapat Hubungan Minat Siswa terhadap Kebugaran Jasmani. Pada tabel ANOVA, terlihat nilai F hitung adalah 281.262 jika dilihat pada nilai Sig.  $0,000 < 0,05$  maka keputusannya adalah bahwa terdapat Hubungan Minat Siswa terhadap Kebugaran Jasmani siswa pada masa pembelajaran daring di SMAN 1 Cipeundeuy

**Kata Kunci : Minat Siswa, Kebugaran Jasmani**

## ABSTRACT

### **THE RELATIONSHIP OF STUDENTS' INTEREST IN FOLLOWING TECHNOLOGY LEARNING TO THE LEVEL OF STUDENT'S PHYSICAL FITNESS DURING ONLINE LEARNING AT SMAN 1 CIPEUNDEUY**

*Arranged by :*  
**MUHAMAD RAMDANI**  
**ID :1703707**

*This study examines the relationship between students' interest in physical education learning and the level of physical fitness of students during the brave learning period at SMAN 1 Cipeundeuy. This study uses a combined research design of descriptive and associative methods. The sampling technique used is a saturated sample or a technique often called census sampling. The number of respondents in the form of research is 90 students of SMAN Cipeundeuy. The instrument in this study was an online questionnaire using a google form containing 16 questions. The data analysis technique uses Descriptive Analysis, Person Correlation Analysis, Coefficient of Determination, Simple Linear Regression Analysis, the Value of Student Interest Relationship (X) to Physical Fitness (Y) can be seen from the correlation analysis value using the IBM SPSS Statistics Version 24.0 assistance program, based on the data above is the result of statistical processing as follows. The relationship between student interest (X) on physical fitness (Y) is 0.873 with a significance value of  $0.000 < 0.05$ , which means that there is a significant correlation. the value of the coefficient of determination, the results of the calculation show that the R Square value of interest is 76.2%, the remaining 23.8% is influenced by variables other than student interest and physical fitness which were not examined by researchers. From the regression equation, it shows that the significance value (Sig, 0.001) means that the student interest variable with physical fitness is significant or has a relationship, it can be seen from the significance value which is less than 0.05. Based on Table 4.33, it is known that the constant value is 4.154 and the physical fitness value is 0.247. From this information we can obtain the following regression equation:  $Y = 4.154 + 0.247X$  This means that the constant value of 4.154 points states that if there is no change at 0.247, the physical fitness value is 4.154 points. While the value of the X regression coefficient is 0.247 points, stating that every increase in student interest, physical fitness will increase by 0.247 points. The hypothesis proposed is the existence of a relationship between student interests and physical fitness. In the ANOVA table, it can be seen that the calculated F value is 281,262 when viewed from the Sig value.  $0.000 < 0.05$  then the decision is that there is a relationship between student interest in students' physical fitness during the brave learning period at SMAN 1 Cipeundeuy*

**Keywords: Student Interest, Physical Fitness**

v

## DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI .....	i
ABSTRAK .....	iv
<i>ABSTRACT</i> .....	v
DAFTAR ISI .....	vi
DAFTAR TABEL .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
DAFTAR GAMBAR .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
PERNYATAAN .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
UCAPAN TERIMA KASIH .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB I PENDAHULUAN .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.1 Latar Belakang Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.2 Identifikasi Masalah .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.3 Rumusan Masalah Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.4 Tujuan Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.5 Manfaat Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.6 Struktur Organisasi Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB II KAJIAN PUSTAKA .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1 Kajian Teoritis .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.1 Belajar .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.1.1 Pengertian Belajar .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.1.2 Jenis-Jenis Belajar .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.1.3 Teori-Teori Belajar .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.1.4 Prinsip-Prinsip Belajar .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.2 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Belajar .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.2.1 Faktor-Faktor Intern .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

2.1.2.2 Faktor-Faktor Ekstern .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.3 Mempengaruhi Karakteristik Afektif Siswa	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.3.1 Motivasi Dan Kebutuhan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.3.2 Membangkitkan Motivasi Belajar .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.3.3 Minat .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>Error! Bookmark not defined.</b>	
2.1.3.4 Meningkatkan Minat Siswa .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.3.5 Konsep Diri Dan Aspirasi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.3.6 Mempengaruhi Konsep Diri dan Aspirasi Siswa .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.3.7 Kecemasan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.3.8 Menghilangkan Kecemasan Siswa .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.3.9 Sikap .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.3.10 Mempengaruhi Sikap Siswa .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.4 Pendidkan Jasmani .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. 1.4.1 Pengertian Pendidikan Jasmani .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. 1.4.2 Konsep dan Falsafah Pendidikan Jasmani .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. 1.4.2.1 Konsep Pendidikan Jasmani .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>



2 .1.4.2.2 Dasar Falsafah Pendidikan Jasmani .....	
<b>Error! Bookmark not defined.</b>	
2 .1.4.3 Landasan Ilmiah Pendidikan Jasmani .....	
<b>Error! Bookmark not defined.</b>	
2.1.4.4. Tujuan Pendidikan Jasmani .....	
<b>Error! Bookmark not defined.</b>	
2.1.4.5 Pentingnya Pendidikan Jasmani .....	
<b>Error! Bookmark not defined.</b>	
2 .1.4.6. Landasan Pendidikan Jasmani .....	
<b>Error! Bookmark not defined.</b>	
2 .1.4.7. Hakikat Pendidikan Jasmani .....	
<b>Error! Bookmark not defined.</b>	
2. 1.5 Pelaksanaan Pembelajaran.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.5.1 Pembelajaran .....	
<b>Error! Bookmark not defined.</b>	
2.1.5.2 Penilaian Hasil Belajar .....	
<b>Error! Bookmark not defined.</b>	
2.1.5.3 <i>Demonstration</i> .....	
<b>Error! Bookmark not defined.</b>	
2.1.5.4 <i>Explicit Instruction</i> (Pengajaran Langsung) .....	
<b>Error! Bookmark not defined.</b>	
2.1.5.5 Konsep Dasar Pembelajaran .....	
<b>Error! Bookmark not defined.</b>	
2.1.5.5.1 Hakikat Pembelajaran .....	
<b>Error! Bookmark not defined.</b>	
2.1.5.5.2 Mekanisme Pembelajaran .....	
<b>Error! Bookmark not defined.</b>	
2.1.5.5.3 Komponen pembelajaran .....	
<b>Error! Bookmark not defined.</b>	

2.1.5.5.4. Suasana Pembelajaran .....	
	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.6 Pengertian Pendidikan Jasmani, Aktivitas Jasmani, Olahraga, dan Pendidikan Olahraga .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.6.1 Pengertian Pendidikan Jasmani .....	
	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.6.2 Hubungan Pendidikan Jasmani, <i>Play</i> (bermain) dan <i>Sport</i> (olahraga).....	
	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.6.4 Pendidikan Jasmani sebagai Bidang Disiplin Ilmu .....	
	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.7 Kebugaran Jasmani .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.7.1 Komponen Kesegaran Jasmani .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.7.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesegaran Jasmani .....	
	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.7.3 Pengukuran Tingkat Kesegaran Jasmani .....	
	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.8 Konsep <i>E-Learning</i> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.8.1 Pengertian <i>E-learning</i> .....	
	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.8.2 Karakteristik <i>E-learning</i> .....	
	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.8.3 Implementasi <i>E-learning</i> .....	
	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.2 Penelitian yang Relevan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.3 Kerangka Berpikir.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB III METODE PENELITIAN .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.1 Desain Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.2 Partisipan dan Tempat Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

3.2.1 Populasi dan Sampel .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.2.2 Tempat Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.3 Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data..	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.3.1 Instrumen Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.3.2 Teknik Pengumpulan Data .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.4 Prosedur Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.5 Uji Instrumen .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.5.1 Uji Reliabilitas.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.5.2 Uji Asumsi Klasik .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.6 Analisis Data.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.6.1 Analisis Deskriptif.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.6.2 Analisis Korelasi Person ( <i>Person Correlation Analysis</i> )	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.6.3 Koefisien Determinasi ( <i>KD</i> ).....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.6.4 Analisis Regresi Linier Sederhana .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.6.5 Penarikan Kesimpulan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.1 Profil Responden.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.1.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.1.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.2 Pembahasan Hasil Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.2.1 Uji Instrumen.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.2.1.1 Uji Reliabilitas .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 4.3 Hasil Uji Reliabilitas Variabel X1 .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 4.4 Hasil Uji Reliabilitas Variabel Y .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

4.2.1.2 Uji Validitas .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 4.5 Uji Validitas Minat Siswa.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 4.6 Uji Validitas Kebugaran Jasmani (Y)....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.3 Penilaian Minat Siswa (Variabel X) .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.4 Penilaian Kebugaran Jasmani (Variabel Y) .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.5 Hubungan Minat Siswa Terhadap Kebugaran Jasmani .	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.5.1 Uji Multikolinearitas .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.5.2 Uji Heterokedastisitas .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.5.3 Uji Normalitas.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.5.6 Uji Autokorelasi.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.6 Koefisien Determinasi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.7 Analisis Regresi Linier Sederhana.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.8 Uji f .....	<b>Error!</b>
<b>Bookmark not defined.</b>	
Tabel 4.35 ANOVA .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB V .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5.1 Kesimpulan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5.2 Implikasi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5.3 Rekomendasi.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
LAMPIRAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
DAFTAR PUSTAKA .....	xii

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2017). *Pengembangan Instrumen Penelitian dan Penilaian Program*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bambang S. Soedibjo. 2015. *Pengantar Metode Penelitian*. Universitas Nasional. Pasim.
- Dian Wahyuningsih (2017). *E-Learning Teori dan Aplikasi, Informatika* : Bandung
- Dini Rosdiani. 2013. *Model Pembelajaran Langsung dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Alfabeta. Bandung
- Ghozali, Imam. 2013. *Aplikasi Analisis Multivariat dengan Program IBM SPSS*. Edisi 7. Semarang: Penerbit Universitas Diponegoro.
- Kemendikbud. (2013). *Permendikbud Nomor 81a Tahun 2013 tentang Implementasi Kurikulum*. Jakarta: Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia
- Kemendikbud. (2016). *Permendikbud Nomor 22 Tahun 2016 tentang Standard Proses Pendidikan Dasar dan Menengah*. Jakarta: Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia
- Suherman, Erman dkk. 2003. *Strategi Pembelajaran Matematika Kontemporer*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, Alfabeta, Bandung, 2017.
- Sugiyono. 2018. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Cetakan ke 28, Alfabeta, Bandung
- Sujarweni, V. Wiratna. 2015. *Akuntansi Manajemen*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press
- Slameto. 2018. *Belajar dan faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: PT. Rineka Cipta