

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan jasmani merupakan bagian yang tidak bisa dipisahkan dari kurikulum pembelajaran karena pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan. Pendidikan jasmani memberikan kesempatan pada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis, terarah, dan terencana. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat.

Pernyataan tersebut dipertegas oleh Mutohir (1990) yang menyatakan bahwa “Tidak ada pendidikan yang lengkap tanpa pendidikan jasmani dan tidak ada pendidikan jasmani tanpa media gerak karena gerak sebagai aktivitas jasmani merupakan dasar alami bagi manusia untuk belajar mengenal dunia dan dirinya sendiri.”

Pendidikan jasmani di sekolah mempunyai jangkauan yang sangat luas. Siswa tidak hanya diharapkan memiliki pengetahuan dan keterampilan dalam olahraga, tetapi pendidikan jasmani juga mengarahkan siswa supaya tumbuh dan berkembang secara harmonis dan seimbang.

Di samping itu, pendidikan jasmani membina pola hidup sehat dalam upaya meningkatkan derajat sehat dinamis melalui berbagai aktivitas jasmani. Aktivitas jasmani ini mempunyai ruang lingkup yang sangat luas, dimulai dari

bentuk gerakan sederhana hingga bentuk gerakan yang sangat sulit. Aktivitas jasmani dapat dilakukan dalam berbagai cara seperti permainan ataupun olahraga. Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, guru memiliki peran penting dalam pencapaian tujuan pembelajaran yang diharapkan. Selain itu, guru harus dapat mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik, strategi permainan/olahraga, internalisasi nilai-nilai sportivitas, jujur, dan kerjasama sebagai pembiasaan pola hidup sehat. Pada praktiknya, penerapan aspek-aspek tersebut tidak hanya melalui pengajaran konvensional di dalam kelas yang bersifat kajian teoritis, tetapi dilakukan secara langsung dalam bentuk aktivitas dengan melibatkan unsur fisik, mental, intelektual, emosional dan sosial. Aktivitas yang diberikan dalam pengajaran harus mendapatkan sentuhan didaktik-metodik sehingga aktivitas yang dilakukan dapat mencapai tujuan pengajaran.

Selanjutnya, siswa diharapkan dapat memperoleh berbagai pengalaman untuk mengungkapkan kesan pribadi yang menyenangkan, kreatif, inovatif, dan terampil setelah mengikuti kegiatan dalam pendidikan jasmani. Adapun tujuan akhir dari pendidikan jasmani adalah siswa dapat meningkatkan dan memelihara kesegaran jasmani, memiliki pola hidup sehat serta pemahaman terhadap gerak manusia.

Seperti dijelaskan oleh Purwanto (1985:88), pendidikan jasmani memiliki tujuan sebagai berikut.

1. Menjaga dan memelihara kesehatan badan, seperti alat-alat pernapasan, peredaran darah, pencernaan makanan, melatih otot-otot dan urat syaraf, serta melatih kecepatan dan ketangkasan.

2. Membentuk budi pekerti anak, seperti melatih kesabaran, keberanian, kejujuran, sportivitas, taat kepada peraturan, kesukaran, dan kerajinan bekerja.
3. Memupuk rasa sosial, seperti tolong menolong, bekerja sama, setia kawan, dan lain-lain yang secara umumnya dapat dicapai dengan permainan-permainan rombongan dan bekerja kelompok.
4. Memupuk perkembangan fungsi-fungsi jiwa, seperti kecerdasan, ingatan, perasaan, dan kemauan.

Meskipun tujuan dari pendidikan jasmani sangat majemuk, namun dalam setiap proses pembelajarannya harus disesuaikan dengan tahap-tahap perkembangan dan pertumbuhan siswa agar mereka dapat mengikuti pendidikan jasmani dengan baik. Selain itu, pendidikan jasmani merupakan bagian pendidikan yang mengutamakan aktivitas gerak sebagai media dalam pembelajaran. Dengan demikian, pendidikan jasmani memiliki peran penting bagi perkembangan kualitas manusia. Dengan kondisi tubuh yang sehat dan bugar, manusia dapat bebas beraktivitas guna meningkatkan kualitas diri.

Pendidikan jasmani di sekolah telah diakui peranannya dalam pengembangan kualitas SDM yang sempurna oleh pakar pendidikan di dunia, termasuk di Indonesia. Namun dalam kenyataan di lapangan, pendidikan jasmani di Indonesia belum mampu berbuat banyak dalam menciptakan manusia yang handal dari segi fisik maupun nonfisik. Pendidikan jasmani belum banyak memberi pengaruh dalam pendidikan di Indonesia karena dipengaruhi oleh banyak faktor yang terkait.

Faktor pertama adalah kurangnya sarana prasarana olahraga yang tersedia di sekolah yang mendukung proses pembelajaran pendidikan jasmani. Seharusnya, sarana prasarana pendidikan jasmani di sekolah disesuaikan dengan standard kurikulum yang berlaku. Penyediaan sarana prasarana pendidikan yang ideal akan menunjang pada pelaksanaan dan hasil dari proses pendidikan jasmani. Sementara itu, dalam kenyataan di lapangan masih banyak sekolah di Indonesia yang kurang memadai dari sarana prasarana, khususnya dalam mata pelajaran pendidikan jasmani. Hal tersebut disebabkan karena masih kurangnya perhatian dari pihak sekolah untuk menyediakan sarana dan prasarana yang diperlukan dalam pendidikan jasmani. Kesenjangan antara jumlah sarana prasarana dengan jumlah siswa yang ada adalah salah satu faktor yang menghambat keberhasilan pencapaian dari tujuan pendidikan jasmani di Indonesia.

Faktor kedua yang mempengaruhi proses pembelajaran pendidikan jasmani adalah kualitas SDM yang tersedia. SDM yang dimaksud di sini adalah guru pendidikan jasmani yang merupakan faktor penting penunjang keberhasilan pendidikan jasmani di Indonesia. Oleh karena itu, mutu profesionalisme guru akan mempengaruhi kualitas pendidikan itu sendiri.

Terbatasnya kemampuan dan profesionalisme guru pendidikan jasmani merupakan hal yang mempengaruhi proses pembelajaran dan hasil dari pendidikan jasmani. Masih banyak guru pendidikan jasmani yang kurang menyadari peranan dan fungsi pendidikan jasmani di sekolah-sekolah sehingga proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah masih ditekankan hanya pada aspek fisik. Selain itu, masih ada guru yang beranggapan bahwa

pembelajaran pendidikan jasmani dapat dilaksanakan seadanya, misalnya dalam proses kegiatan pembelajaran masih ada guru yang hanya cukup menyuruh siswa ke lapangan kemudian memberikan bola dan siswa bebas bermain tanpa ada arahan dari guru tersebut.

Kurangnya pemahaman guru akan arti dan tujuan pendidikan jasmani di sekolah mengakibatkan tidak tercapainya tujuan dari pendidikan jasmani. Padahal, pendidikan jasmani dapat memberikan kesempatan kepada anak untuk mempelajari berbagai kegiatan yang membina sekaligus mengembangkan potensi anak, baik dalam aspek fisik, mental, sosial, emosional dan moral. Selain kurangnya profesionalisme guru, masih kurangnya dukungan dari berbagai pihak seperti kepala sekolah, guru mata pelajaran lain, dan orang tua siswa juga turut berperan dalam ketidaktercapaian indikator pendidikan jasmani selama ini. Mereka pada umumnya masih beranggapan pendidikan jasmani adalah pelajaran yang hanya melihat faktor aktivitas gerak untuk melatih kebugaran fisik para siswanya saja. Perspektif yang salah tersebut timbul karena mereka melihat materi yang disampaikan dalam pendidikan jasmani hanya menonjolkan aspek gerak melalui kegiatan olahraga. Mereka tidak memahami bahwa dalam kegiatan olahraga juga dibina sikap dan mental para siswa serta aspek-aspek lain yang terkait.

Selain kedua faktor di atas, faktor lain yang mempengaruhi keberhasilan pendidikan jasmani adalah penerapan materi pendidikan jasmani itu sendiri. Berdasarkan hasil pengamatan peneliti di lapangan, masih banyak kalangan pendidik yang belum paham mengenai konsep perbedaan antara pendidikan

jasmani dengan olahraga sehingga tidak sedikit guru pendidikan jasmani yang berorientasi keliru dan lebih menekankan pada olahraga.

Hal tersebut tampak dari masih banyaknya guru yang menekankan pembelajaran pendidikan jasmani sama dengan pendidikan olahraga, bahkan beranggapan bahwa pendidikan jasmani sama dengan pendidikan olahraga. Padahal, muatan filosofis kedua istilah itu sangat berbeda sehingga secara otomatis tujuannya pun berbeda. Ada beberapa perbedaan antara pendidikan jasmani dan pendidikan olahraga, salah satunya adalah dalam pendidikan jasmani menekankan penguasaan keterampilan dasar sedangkan dalam pendidikan olahraga menekankan penguasaan teknik dasar. Dengan demikian, bentuk penyampaian materi dari kedua aspek tersebut juga harus berbeda. Dalam kenyataan di lapangan, masih banyak guru yang menyampaikan materi pendidikan jasmani masih sama seperti pendidikan olahraga. Oleh karena itu, pencapaian tujuan dari pendidikan jasmani menjadi lebih sulit.

Faktor-faktor tersebut tentu menjadi kendala bagi pencapaian keberhasilan pendidikan jasmani yang diharapkan. Dampak dari berbagai permasalahan di atas dapat diamati secara langsung dan tampak dalam hal-hal berikut.

Pertama, penurunan tingkat kebugaran jasmani siswa. Hasil penelitian secara nasional menunjukkan bahwa 45,9% pelajar usia 16-19 dan 37% pelajar 13-15 tahun memiliki tingkat kebugaran jasmani kurang atau kurang sekali. Dari hasil penelitian tersebut, ditemukan juga bahwa tidak satu persen pun pelajar usia 13-19 tahun memiliki kebugaran jasmani berkategori baik sekali dan hanya 11% pelajar usia 16-19 tahun serta 14,8% pelajar usia 13-15 tahun yang berkategori

baik dari segi kebugaran jasmaninya (MENPORA, 1997). Dari data ini menunjukkan begitu kurangnya tingkat kebugaran jasmani siswa. Hal tersebut disebabkan karena mutu pendidikan jasmani yang diperoleh siswa di sekolah masih kurang baik karena kesalahan penyampaian materi pendidikan jasmani kepada siswa.

Kedua, tingkat keberutalan remaja semakin meningkat. Hal tersebut disebabkan karena kondisi psikologis siswa yang cenderung masih labil tidak mendapat sarana yang tepat untuk mengembangkan dan mengasah potensi lain yang dimilikinya di luar potensi akademiknya. Bila pendidikan jasmani dapat berjalan dengan baik dan ideal, pendidikan jasmani akan menjadi sarana tepat untuk siswa dalam mengembangkan potensinya sehingga kegiatan siswa akan lebih terarah dan lebih positif.

Hal di atas merupakan permasalahan umum yang kita lihat dalam proses pendidikan jasmani selama ini di sekolah. Selain permasalahan yang telah dikemukakan di atas, ada faktor lain yang tidak kalah penting dan turut berperan dalam pencapaian keberhasilan pendidikan jasmani di sekolah-sekolah. Berdasarkan hasil observasi peneliti yang dilakukan di SMA Negeri 3 Kota Sukabumi, kurang tercapainya tujuan pendidikan jasmani bukan hanya disebabkan dari faktor guru saja, tetapi, kurangnya minat dan keseriusan siswa dalam mengikuti pendidikan jasmani turut berpengaruh. Berdasarkan hasil pengamatan peneliti, tidak semua siswa melakukan tugas gerak yang ditugaskan oleh guru selama pembelajaran pendidikan jasmani berlangsung. Bahkan, tidak jarang hanya

beberapa siswa yang sama saja yang melakukan tugas gerak tersebut dan biasanya hanya orang- didominasi oleh siswa putra.

Kurangnya tingkat kesadaran akan pentingnya pendidikan jasmani dipengaruhi pula oleh rendahnya kesadaran pada diri siswa akan pentingnya tubuh bugar dan sehat. Dengan demikian, selama ini kebanyakan siswa mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani hanya untuk memenuhi absen dan mendapatkan nilai saja sesuai dengan tuntutan kurikulum sekolah. Padahal jika siswa memiliki kesadaran tinggi bahwa dengan mengikuti pendidikan jasmani yang teratur dan terarah maka tingkat kebugaran jasmani dan kesehatannya akan jauh lebih baik dibandingkan siswa yang tidak mengikuti aktivitas gerak dalam pendidikan jasmani. Selanjutnya, dengan tubuh yang sehat dan bugar akan mendukung siswa tersebut dalam mengikuti pelajaran lainnya di sekolah dengan baik dan siswa pun akan lebih bebas beraktivitas dalam meraih tujuan dan cita-cita yang diharapkan.

Berdasarkan masalah yang di ungkapkan di atas, dapat dilihat bahwa peserta didik memiliki minat yang kurang terhadap pendidikan jasmani. Disini adalah tugas seorang guru untuk dapat memberikan metode ajar terhadap peserta didik, untuk meningkatkan minat siswa mengikuti pendidikan jasmani. Salah satunya adalah dengan permainan, karena bagi siswa bermain merupakan hal yang serius dan memberikan manfaat dalam bidang pendidikan. Tujuan bermain itu sendiri adalah memberikan rasa senang kepada siswa ketika mengikuti pelajaran pendidikan jasmani. Yang terjadi dilapangan guru hanya menekankan pengajaran hanya pada penguasaan keterampilan dasar suatu cabang olahraga, siswa melakukan gerak berdasarkan perintah yang diberikan guru, hampir tidak pernah

dilakukan oleh siswa dengan inisiatif sendiri. Sehingga timbul kejenuhan pada diri siswa tersebut, dan kurangnya motivasi siswa untuk mengikuti pelajaran penjas.

Melalui permainan siswa dapat lebih tertarik dan termotivasi untuk mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani. Ini merupakan asumsi awal dari peneliti bahwa dengan diterapkannya permainan dasar pada pembelajaran pendidikan jasmani minat siswa akan meningkat dalam mengikuti pendidikan jasmani. Maka dari pada itu peneliti disini tertarik untuk melakukan penelitian secara langsung dengan judul pengaruh permainan dasar terhadap minat siswa mengikuti pendidikan jasmani di SMA Negeri 3 Kota Sukabumi, dengan latar belakang permasalahan yang telah di ungkapkan diatas.

B. Identifikasi Masalah

Sebuah penelitian tidak terlepas dari permasalahan sehingga perlu kiranya masalah tersebut untuk diteliti, dianalisis, dan dipecahkan. Berdasarkan hasil penelitian awal yang dilakukan pada tanggal 07 September 2010, peneliti menemukan beberapa permasalahan mendasar yang menyebabkan rendahnya minat siswa kelas X di SMAN 3 Sukabumi terhadap pendidikan jasmani. Permasalahan tersebut dapat diuraikan sebagai berikut.

- 1) Pendidikan jasmani yang dilakukan di sekolah masih belum ideal berdasarkan pelaksanaannya. Hal tersebut terlihat dari terbatasnya sarana dan prasarana yang tersedia dan profesionalisme tenaga pendidik (guru) yang masih kurang.

- 2) Metode atau teknik pembelajaran yang digunakan dalam pendidikan jasmani cenderung monoton sehingga siswa merasa jenuh dan kehilangan minat untuk mengikuti kegiatan pembelajaran.
- 3) Kesadaran siswa akan pentingnya pendidikan jasmani masih tergolong rendah. Hal tersebut dilihat dari motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan pendidikan jasmani.
- 4) Indikator ketercapaian tujuan pendidikan jasmani masih belum optimal. Mayoritas siswa mengikuti pembelajaran jasmani hanya sebagai formalitas untuk mengikuti prosedur kurikulum pendidikan yang ditetapkan sekolah tanpa mengetahui dan memahami tujuan dari pendidikan jasmani itu sendiri.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, permasalahan yang dapat dirumuskan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Adakah pengaruh permainan dasar terhadap minat siswa dalam mengikuti Pendidikan Jasmani di SMA Negeri 3 Kota Sukabumi?
2. Apakah permainan dasar memberikan pengaruh yang signifikan terhadap minat siswa kelas X di SMA Negeri 3 Sukabumi?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh permainan dasar terhadap minat siswa pada pendidikan jasmani di SMA Negeri 3 Kota Sukabumi.

D. Manfaat Penelitian

Hasil yang peneliti harapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Manfaat teoritis

Manfaat teoritis dalam penelitian ini antara lain sebagai berikut.

- 1) Menambah wawasan dalam pendidikan jasmani bahwa minat siswa mempengaruhi tercapainya indikator tujuan dari pendidikan jasmani.
- 2) Membuka pandangan kita bahwa pendidikan jasmani memiliki peranan penting dalam kehidupan berdasarkan aspek yang menjadi target perkembangannya yang meliputi aspek fisik, psikologis, dan intelektual.

2. Manfaat Praktis

Adapun manfaat praktis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

a) Bagi Guru

Hasil penelitian ini dapat membantu guru dalam meningkatkan kebugaran jasmani siswa di SMA Negeri 3 Sukabumi yang akan datang sesuai dengan tujuan pendidikan jasmani itu sendiri. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat membantu guru untuk menentukan suatu model pembelajaran yang kreatif yang dapat menunjang keberhasilan pembelajaran pendidikan jasmani, mampu menarik perhatian, minat, dan bakat siswa.

b) Bagi siswa

Hasil penelitian ini dapat memberikan motivasi, suasana, dan pengalaman baru bagi siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani melalui variasi model pembelajaran yang diterapkan. Dengan demikian, kejenuhan siswa saat melakukan pembelajaran olahraga dapat berkurang dan teratasi, karena siswa

dapat belajar sambil bermain. Selanjutnya, dengan adanya antusiasme siswa dalam mengikuti pembelajaran jasmani diharapkan dapat meningkatkan kebugaran jasmani siswa.

c) Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menambah wawasan dan gambaran dalam menerapkan model pembelajaran permainan dasar dan permainan kelompok pada tahap pembukaan kelas dalam pembelajaran pendidikan jasmani serta dapat mengetahui tingkat keberhasilan dari penerapan model pembelajaran ini.

d) Bagi Sekolah

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai pertimbangan bagi sekolah agar dapat mengembangkan model pembelajaran yang berbeda dan bervariasi dalam mata pelajaran pendidikan jasmani.

E. Batasan Penelitian

Bidang kajian yang dibahas dalam penelitian ini adalah bagaimana pengaruh permainan dasar terhadap minat siswa dalam mengikuti pendidikan jasmani di SMA Negeri 3 Kota Sukabumi. Agar substansi penelitian ini tidak melebar dan langkah-langkah pemecahan masalah dapat dilakukan dengan tepat, perlu adanya batasan ruang lingkup masalah penelitian.

Adapun batasan masalah dalam penelitian ini antara lain sebagai berikut.

1. Penelitian ini mengambil sampel dari siswa kelas X.
2. Lokasi penelitian adalah SMA Negeri 3 Kota Sukabumi.

3. Penelitian dipusatkan pada pengaruh permainan dasar terhadap minat siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

F. Definisi Operasional

Agar tidak menimbulkan penafsiran yang salah terhadap judul penelitian ini, peneliti mendefinisikan konsep-konsep kunci yang digunakan dalam penelitian ini. Adapun penjelasan istilah-istilah tersebut adalah sebagai berikut.

- 1) Permainan dasar adalah permainan yang berada di luar wilayah permainan formal yang umumnya sudah berkembang dengan adanya aturan baku dan organisasi yang mengelolanya, seperti sepak bola, tenis voli, dan lain-lain (Hendrayana, 2003: 11) .
- 2) Minat adalah suatu rasa lebih suka dan rasa ketertarikan pada suatu hal atau aktivitas tanpa adanya paksaan (Djaali (2008:121).
- 3) Pendidikan Jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perorangan maupun sebagai anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan keterampilan jasmani, pertumbuhan, kecerdasan dan pembentukan watak (Engkos Kosasih, 1993: 6).

G. Anggapan Dasar

Surakhmad (1990:5) menyatakan anggapan dasar adalah sebuah titik tolak pemikiran yang kebenarannya diterima oleh penyelidik. Anggapan dasar ini diperlukan oleh peneliti untuk :

- 1) dasar atau landasan yang kokoh bagi masalah yang sedang diteliti;
- 2) mempertegas variabel yang menjadi pusat perhatiannya; dan
- 3) menentukan serta merumuskan hipotesis (Arikunto 1993:55-56).

Adapun anggapan dasar dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

- a) Salah satu tujuan mata pelajaran pendidikan jasmani adalah terwujudnya kebugaran dan kesegaran jasmani siswa sehingga siswa mampu menjalankan peran dan kewajibannya sebagai seorang pelajar dan bagian dari masyarakat lingkungannya.
- b) Aktivitas yang dilakukan siswa dalam pendidikan jasmani dapat merangsang perkembangan siswa yang menyeluruh dalam berbagai aspek (mental, fisik, dan psikologis).
- c) Melalui permainan dasar, siswa dapat lebih leluasa untuk bergerak bebas dan beraktivitas setelah jenuh belajar di dalam kelas. Sehingga diduga akan ada peningkatan minat siswa terhadap pendidikan jasmani dan selanjutnya turut berpengaruh terhadap pencapaian keberhasilan tujuan pembelajaran.
- d) Salah satu keunggulan dari pemberian permainan kepada siswa adalah memahami bahwa aktivitas jasmani memberi peluang untuk mendapatkan kesenangan, menyatakan diri pribadi, dan berkomunikasi (Hendrayana 2003:17). Dari penjelasan tersebut dapat terlihat siswa mendapatkan kesenangan dari pemberian permainan, maka dari kesenangan yang didapat maka akan timbul minat.

- e) Pendidikan jasmani dapat menjadi mata pelajaran yang menyenangkan bila didalam pembelajarannya diterapkan secara bervariasi, tepat, kreatif, dan menyenangkan .

H. Hipotesis

Good and scates (1954) menyatakan bahwa hipotesis adalah sebuah taksiran atau referensi yang dirumuskan serta diterima untuk sementara yang dapat menerangkan fakta-fakta yang diamati ataupun kondisi-kondisi yang diamati dan digunakan sebagai petunjuk untuk langkah-langkah selanjutnya. Adapun hipotesis yang dapat peneliti ajukan dalam penelitian ini adalah permainan dasar memberikan pengaruh yang signifikan terhadap minat siswa dalam mengikuti pendidikan jasmani.

I. Metode Penelitian

Metode Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen (*eksperimental research*) dengan menggunakan desain penelitian *one group pratest-posttest design*. Penelitian tersebut dilakukan pada sekelompok subjek dan selanjutnya subjek tersebut dikenai perlakuan untuk jangka waktu tertentu. Pengukuran dalam penelitian dilakukan sebelum dan sesudah perlakuan diberikan. Pengaruh perlakuan diukur dari perbedaan antara pengukuran awal (X) dan pengukuran akhir (Y) (Suryabrata, 2002:55).

Secara kuantitatif, variabel-variabel dalam permasalahan pokok penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. variabel bebas (variabel X), yaitu model permainan dasar;
2. variabel terikat (variabel Y), yaitu menulis minat siswa.

a. Populasi Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMA Negeri 3 Sukabumi. Populasi yang dimaksud tersebar dalam sebelas kelas.

b. Sampel Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti mengambil sampel secara acak (*random sampling*). Adapun sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas X yang berjumlah 33 siswa.

c. Teknik Pengumpulan Data

Pada bagian ini, akan dijelaskan teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan berupa nontes, yaitu dengan menyebarkan angket kepada siswa untuk mengetahui minat dan respon siswa dalam mengikuti pendidikan jasmani. Angket tersebut disebar dalam tahap prates dan pascates dengan memuat sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dan respon dari responden tentang pembelajaran Pendidikan Jasmani, permainan dasar, dan minat siswa. Dengan demikian, jawaban dari angket dapat dijadikan dasar untuk pengambilan keputusan terhadap keberhasilan penelitian karena diperkuat oleh data konkret dari responden.

d. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati. Secara spesifik, fenomena ini disebut variabel penelitian (Sugiono, 2009:148). Adapun instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. instrumen program latihan permaninan dasar.
- b. lembar angket.

