

**PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA  
DAN KESEHATAN KELAS V DI MI MUHAMMADIYAH  
KARANGLEWAS KIDUL KECAMATAN KARANGLEWAS  
KABUPATEN BANYUMAS TAHUN PELAJARAN 2015/2016**



**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Purwokerto  
untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh  
Gelar Sarjana Pendidikan Islam (S.Pd.I)**

**Oleh :**

**FITRI FAUZIYAH HIDAYATI  
NIM.1223305036**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU MADRASAH IBTIDAIYAH  
JURUSAN PENDIDIKAN MADRASAH  
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PURWOKERTO  
2016**

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN.....</b>	<b>ii</b>
<b>NOTA DINAS PEMBIMBING .....</b>	<b>iii</b>
<b>PENGESAHAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>v</b>
<b>PERSEMBAHAN .....</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xvi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Definisi Operasional .....	4
C. Rumusan Masalah.....	6
D. Tujuan dan Manfaat Penelitian.....	6
E. Kajian Pustaka .....	7
F. Sistematika Pembahasan.....	9
<b>BAB II LANDASAN TEORI</b>	
A. Pembelajaran .....	11
1. Pengertian Pembelajaran .....	11
2. Komponen-Komponen Pembelajaran .....	12
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Pembelajaran .....	16

B. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan .....	17
1. Pengertian Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan .....	17
2. Tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan .....	18
3. Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan..	19
4. Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan .....	19
C. Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.....	22
1. Perencanaan Pembelajaran .....	22
2. Proses Pembelajaran .....	23
3. Evaluasi Pembelajaran.....	26
 <b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian .....	30
B. Lokasi Penelitian .....	30
C. Subjek Penelitian .....	31
D. Metode Pengumpulan Data .....	32
E. Teknik Analisis Data .....	34
 <b>BAB IV PEMBAHASAN DAN HASIL PENELITIAN</b>	
A. Gambaran Umum MI Muhammadiyah Karanglewas Kidul .....	37
B. Gambaran Umum Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas V di MI Muhammadiyah Karanglewas Kidul .....	44
C. Perencanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan .....	47

D. Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan	62
E. Evaluasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.....	126
F. Faktor Pendukung dan Penghambat dalam Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas V di MI Muhammadiyah Karanglewas Kidul .....	131

**BAB V PENUTUP**

A. Kesimpulan.....	132
B. Saran .....	135
C. Penutup .....	136

**DAFTAR PUSTAKA**

**LAMPIRAN-LAMPIRAN**

**DAFTAR RIWAYAT HIDUP**



**PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
KELAS V DI MI MUHAMMADIYAH KARANGLEWAS KIDUL  
KECAMATAN KARANGLEWAS KABUPATEN BANYUMAS  
TAHUN PELAJARAN 2015/2016**

Fitri Fauziyah Hidayati  
NIM.1223305036

**ABSTRAK**

MI Muhammadiyah Karanglewas Kidul merupakan MI yang prestasinya lebih banyak dibandingkan MI yang lain di kawasan kecamatan Karanglewas terutama dalam bidang olahraganya. Berdasarkan observasi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 24 Oktober 2015 di MI Muhammadiyah Karanglewas Kidul di peroleh informasi bahwa prestasi di bidang Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan lebih banyak dibandingkan bidang mata pelajaran lainnya, dan yang paling banyak memperoleh prestasi adalah siswa kelas V dan pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan nilai rata-rata siswa selalu di atas KKM (75/Amat Baik).

Berangkat dari latar belakang tersebut di atas, maka penulis merumuskan permasalahan sebagai berikut: “Bagaimana Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas V di MI Muhammadiyah Karanglewas Kidul Kecamatan Karanglewas Kabupaten Banyumas Tahun Pelajaran 2015/2016?”. Dalam hal ini penulis menggambarkan proses pelaksanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang berada di MI Muhammadiyah Karanglewas Kidul Kecamatan Karanglewas.

Jenis penelitian ini adalah penelitian lapangan (*field research*) dimana penulis terjun langsung pada lokasi penelitian yaitu di Mi Muhammadiyah Karanglewas Kidul yang bersifat deskriptif yaitu penelitian ini hanya menjelaskan dan menggambarkan bagaimana pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas V di MI Muhammadiyah Karanglewas Kidul. Metode penelitian yang digunakan adalah wawancara, dokumentasi dan observasi. Sedangkan metode analisis data menggunakan reduksi data, penyajian data dan verifikasi data.

Berdasarkan hasil penelitian yang penulis lakukan, penulis berkesimpulan bahwa proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di MI Muhammadiyah Karanglewas Kidul dilakukan dengan tiga tahapan yaitu kegiatan awal, kegiatan inti, dan kegiatan penutup.

**Kata Kunci** : Pembelajaran, Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan pengembangan semua aspek pribadi manusia untuk menuju manusia Indonesia seutuhnya.<sup>1</sup>

Dalam Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional No. 20 tahun 2003 Bab II Pasal 3 menjelaskan:

Pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.<sup>2</sup>

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.<sup>3</sup> Oleh karena itu, penyelenggaraan pendidikan jasmani harus dikembangkan lebih optimal untuk membina pertumbuhan fisik dan

---

<sup>1</sup> Sukintaka, *Teori Pendidikan Jasmani Filosofi Pembelajaran & Masa Depan*, (Bandung: Nuansa, 2004), hlm.58.

<sup>2</sup> UU RI NOMOR 20, *SISDIKNAS & Peraturan Pemerintah R.I.Tahun 2010 Tentang Penyelenggaraan Pendidikan Serta Wajib Belajar*, (Bandung: Citra Umbara, 2011), hlm.6.

<sup>3</sup> Samsudin, *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SD/MI*, (Jakarta: Litera, 2008), hlm.141.

pengembangan psikis yang lebih baik sehingga peserta didik akan lebih aktif, terampil, memiliki pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat.

Pada dasarnya, pendidikan jasmani merupakan wahana untuk mendidik anak. Para ahli sepakat bahwa pendidikan jasmani merupakan alat untuk membina anak muda agar kelak mereka mampu membuat keputusan terbaik tentang aktivitas jasmani yang dilakukan dan menjalani pola hidup sehat. Aktivitas jasmani itu dapat berupa permainan atau olahraga yang terpilih.<sup>4</sup>

Kegiatan pembelajaran merupakan suatu aktivitas untuk mentransformasikan bahan pelajaran kepada subjek belajar pada konteks ini, guru berperan sebagai penjabar, penerjemah bahan tersebut supaya dimiliki siswa.<sup>5</sup> Kegiatan belajar dan pembelajaran menjadi salah satu langkah dalam proses pendidikan dimana kegiatan belajar dilakukan oleh siswa sedangkan kegiatan mengajar dilakukan oleh guru. Di dalam proses belajar dan mengajar guru harus mampu membelajarkan siswa secara optimal.<sup>6</sup> Oleh karena itu, dalam pembelajaran guru harus memperhatikan komponen pembelajaran, antara lain tujuan pembelajaran, materi, metode, media dan evaluasi.

Pembelajaran pada dasarnya merupakan upaya pendidik untuk membantu peserta didik melakukan kegiatan belajar. Tujuan pembelajaran adalah terwujudnya efisiensi dan efektivitas kegiatan belajar yang dilakukan

---

<sup>4</sup> Ahmad Paturusi, *Manajemen Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2012), hlm.12.

<sup>5</sup> Sunhaji, *Strategi Pembelajaran Konsep Dasar Metode dan Aplikasi dalam Proses Belajar Mengajar*, (Purwokerto : STAIN Purwokerto Press, 2012), hlm.37.

<sup>6</sup> Husdarta & Saputra Yudha M, *Belajar dan Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*, (Bandung: Alfabeta, 2013), hlm. 20.

peserta didik.<sup>7</sup> Menurut Gagne, dalam pembelajaran terjadi proses penerimaan informasi, untuk di olah sehingga menghasilkan keluaran dalam bentuk hasil belajar.<sup>8</sup> Dalam pembelajaran, terdapat tiga komponen inti yang harus ada didalamnya, yaitu pengajar (guru, dosen, instruktur, dan tutor), siswa (subyek belajar) atau yang belajar, dan bahan ajar yang diberikan oleh pengajar.<sup>9</sup>

MI Muhammadiyah Karanglewas Kidul merupakan MI yang prestasinya lebih banyak dibandingkan MI yang lain di kawasan kecamatan Karanglewas terutama dalam bidang olahraganya. Berdasarkan observasi pendahuluan melalui wawancara pada tanggal 24 Oktober 2015 dengan Bapak Tri Yugo Ari Pamilu S.Pd., yaitu selaku guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan kelas V di MI Muhammadiyah Karanglewas Kidul dan yang mampu mengantarkan MI Muhammadiyah Karanglewas Kidul bersaing dengan sekolahan lain di bidang Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, di ketahui bahwa prestasi di bidang Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan lebih banyak dibandingkan bidang mata pelajaran lainnya, dan yang paling banyak memperoleh prestasi adalah siswa kelas V dan pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan nilai rata-rata siswa selalu di atas KKM (75/Amat Baik).

Oleh karena itu penulis hanya akan meneliti satu kelas saja yaitu kelas V, dengan alasan bahwa kelas tersebut paling banyak memperoleh prestasi

---

<sup>7</sup> Isjoni, *Pembelajaran Kooperatif Meningkatkan Kecerdasan Komunikasi Antar Peserta Didik*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2009), hlm.14.

<sup>8</sup> Suyono & Hariyanto, *Belajar dan Pembelajaran Teori dan Konsep dasar*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2012), hlm.92.

<sup>9</sup> Sunhaji, *Strategi Pembelajaran....*, hlm.76.

dan nilai rata-rata siswa pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan selalu di atas KKM (75/Amat Baik).

Dari kondisi di atas maka MI Muhammadiyah Karanglewas Kidul merupakan MI yang prestasinya lebih banyak dibandingkan MI yang lain di kawasan kecamatan Karanglewas terutama dalam bidang olahraganya dan kebanyakan yang memperoleh prestasi adalah kelas V. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang akan dituangkan dalam skripsi dengan judul “Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas V di Mi Muhammadiyah Karanglewas Kidul Kecamatan Karanglewas Kabupaten Banyumas Tahun Pelajaran 2015/2016”. Dalam hal ini penulis menggambarkan proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan kelas V yang berada di Mi Muhammadiyah Karanglewas Kidul Kecamatan Karanglewas.

## **B. Definisi Operasional**

Untuk memperoleh gambaran yang jelas dan menghindari kesalahan fahaman tentang judul penelitian tersebut, maka penulis akan menjelaskan istilah-istilah pokok yang digunakan, yaitu:

### **1. Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan**

Pembelajaran adalah usaha yang dilakukan oleh pendidik untuk membelajarkan peserta didik yang pada akhirnya terjadi perubahan perilaku.<sup>10</sup> Yang di maksud pembelajaran dalam skripsi ini adalah proses kegiatan belajar mengajar dimana didalamnya terdapat interaksi antara

---

<sup>10</sup> Muhammad Fathurrohman dan Sulistyorini, *Belajar dan Pembelajaran Meningkatkan Mutu Pembelajaran Sesuai Standar Nasional*, (Yogyakarta: Teras, 2012), hlm.7.

guru dan siswa atau sebaliknya, untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku sebagai hasil interaksi dengan lingkungan sekolahnya.

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang di desain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan, dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi.<sup>11</sup>

Jadi, yang penulis maksud dengan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan disini merupakan satu kesatuan mata pelajaran yang dilakukan oleh pendidik untuk membelajarkan peserta didik melalui aktivitas jasmani yang di desain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan, perilaku hidup sehat, dan sikap sportif.

## **2. MI Muhammadiyah Karanglewas Kidul**

MI Muhammadiyah Karang lewas Kidul adalah sebuah lembaga pendidikan formal setingkat sekolah dasar di bawah naungan Departemen Agama yang terletak di Jl. Jayadiwangsa No. 45 Karanglewas Kidul. Kepala MI Muhammadiyah Karanglewas saat ini adalah Bapak Muhammad Ghozi, S.Pd.I.<sup>12</sup>

Penelitian yang dilakukan penulis dalam hal ini, merupakan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan kelas V. Jadi, yang penulis maksud dengan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan kelas V di MI Muhammadiyah Karanglewas Kidul dalam

---

<sup>11</sup> Samsudin, *Pembelajaran Pendidikan...*, hlm.2.

<sup>12</sup> Hasil wawancara dengan Bapak Muhammad Ghozi, S.Pd.I., selaku kepala MI Muhammadiyah Karanglewas Kidul pada tanggal 2 April 2016.

skripsi ini, adalah penelitian yang menggambarkan fakta atau proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan kelas V di MI Muhammadiyah Karanglewas Kidul.

### **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang penulis uraikan di atas, maka penulis dapat membuat rumusan masalah sebagai berikut: “Bagaimana Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas V di MI Muhammadiyah Karanglewas Kidul Kecamatan Karanglewas Kabupaten Banyumas Tahun Pelajaran 2015/2016?”.

### **D. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

#### **1. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui dan mendeskripsikan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas V di MI Muhammadiyah Karanglewas Kidul Kecamatan Karanglewas Kabupaten Banyumas.

#### **2. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian yang penulis lakukan ini, memiliki manfaat sebagai berikut:

##### **a. Manfaat Teoritis**

- 1) Sebagai aplikasi terhadap ilmu yang telah penulis tekuni selama mengikuti kuliah di IAIN Purwokerto.

- 2) Menambah hazanah perpustakaan di IAIN Purwokerto, khususnya dalam bidang penyelenggaraan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

b. Manfaat Praktis

Manfaat praktis dalam penelitian ini adalah:

- 1) Memberi informasi tentang pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di MI Muhammadiyah Karanglewas Kidul.
- 2) Memberi informasi tentang prestasi belajar siswa MI Muhammadiyah Karanglewas Kidul dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

**E. Kajian Pustaka**

Dalam penelitian yang penulis lakukan memang ada beberapa penelitian yang memiliki kedekatan topik kajian dengan judul yang penulis angkat, diantaranya:

Dalam penelitian yang di tulis pada skripsi saudara Hasan (2013) dengan judul “Peningkatan Prestasi Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Melalui Metode Drill Siswa Kelas IV Sub Pokok Bahasan Permainan Kasti MI Ma’arif NU Dawuhankulon Kedungbanteng Banyumas”. Dalam skripsi tersebut lebih ditekankan pada upaya meningkatkan hasil belajar dengan metode drill pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di MI Ma’arif NU Dawuhankulon. Setelah penulis memahami skripsi tersebut, persamaanya adalah sama-sama meneliti pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Perbedaan dengan skripsi yang akan penulis

lakukan terletak pada peningkatan hasil belajar, dikarenakan penulis menggambarkan proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan bukan meningkatkan hasil belajar dengan menggunakan metode drill. Selain itu lokasi penelitian yang dilakukan juga berbeda, penulis meneliti di MI Muhammadiyah Karanglewas Kidul sedangkan saudara Hasan meneliti di MI Ma'arif NU Dawuhankulon.

Kemudian dari hasil penelitian pada skripsi yang di tulis oleh saudara Achmad Budi Santosa (2011) dengan judul "Peningkatan Prestasi Pendidikan Jasmani melalui Media Gambar Bagi Siswa Kelas IV MI Ma'arif Pliken Kecamatan Kembaran Kabupaten Banyumas Tahun Pelajaran 2010/1011". Dalam skripsi tersebut berisi tentang upaya meningkatkan hasil belajar pendidikan jasmani dengan media gambar. Setelah penulis memahami skripsi tersebut, persamaanya adalah sama-sama membahas pendidikan jasmani. Sedangkan perbedaannya adalah terletak pada lokasi penelitiannya, penulis meneliti di MI Muhammadiyah Karanglewas, sedangkan saudara Achmad Budi Santosa lokasi penelitiannya di MI Ma'arif Pliken.

Kemudian dari hasil penelitian pada skripsi yang di tulis oleh saudara Subandono (2015) dengan judul "Peningkatan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Materi Permainan Bola Voli Servis Bawah Melalui Metode Drill Pada Siswa Kelas V Semester I di MI Cokroaminoto Karangcengis Kecamatan Bukateja Tahun Pelajaran 2014/2015". Dalam skripsi tersebut berisi tentang upaya meningkatkan hasil belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Materi Permainan Bola Voli Servis Bawah

dengan metode drill. Setelah penulis memahami skripsi tersebut, persamaanya adalah sama-sama membahas Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Sedangkan perbedaannya adalah terletak pada jenis penelitian dan lokasi penelitiannya, jenis penelitian penulis yaitu deskriptif kualitatif sedangkan jenis penelitian saudara Subandono yaitu penelitian tindakan kelas dan lokasi penelitian yang dilakukan oleh penulis di MI Muhammadiyah Karanglewas sedangkan saudara Subandono meneliti pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di MI Cokroaminoto Karangcengis Kecamatan Bukateja.

#### **F. Sistematika Pembahasan**

Dalam penelitian skripsi ini untuk memberikan gambaran yang lebih jelas dari skripsi ini, maka perlu dikemukakan pokok permasalahan yang disusun dengan sistematika sebagai berikut:

Pada bagian awal berisi halaman judul, pernyataan keaslian, nota dinas pembimbing, pengesahan, motto, persembahan, kata pengantar, daftar isi, daftar tabel, daftar lampiran, abstrak.

Bab I berisi pendahuluan yang meliputi latar belakang masalah, definisi operasional, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, kajian pustaka, dan sistematika pembahasan.

Bab II berisi landasan teori, yang akan dibahas mengenai pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang terbagi dalam tiga sub bab. Sub bab pertama adalah Pembelajaran yang terdiri dari pengertian pembelajaran, komponen pembelajaran, faktor-faktor yang mempengaruhi

pembelajaran. Sub bab kedua adalah Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang terdiri dari pengertian Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, ruang lingkup Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, standar kompetensi dan kompetensi dasar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Sub bab ketiga adalah pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang terdiri dari perencanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, evaluasi pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

Bab III berisi tentang metode penelitian yang meliputi jenis penelitian, lokasi penelitian, subjek penelitian, metode pengumpulan data, dan teknik analisis data.

Bab IV berisi gambaran umum MI Muhammadiyah Karanglewas Kidul, gambaran umum pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di MI Muhammadiyah Karanglewas Kidul, perencanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, evaluasi pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

Bab V berisi penutup, terdiri dari kesimpulan, saran-saran, dan kata penutup.

Bagian akhir skripsi ini akan disajikan daftar pustaka, lampiran-lampiran, dan daftar riwayat hidup.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisa data mengenai pelaksanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang dilakukan di MI Muhammadiyah Karanglewas Kidul, maka dapat di ambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Perencanaan pembelajaran yang di buat guru mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di MI Muhammadiyah Karanglewas Kidul secara prosedural sebelum proses pembelajaran guru merencanakan rencana pembelajaran yang dirumuskan dalam Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), di mulai dengan merumuskan tujuan pembelajaran yang akan di capai. Kemudian menentukan metode yang disesuaikan dengan materi pembelajaran dan tujuan pembelajaran. Merumuskan langkah-langkah kegiatan dalam pembelajaran, yang terdiri dari kegiatan awal, kegiatan inti dan kegiatan penutup. Kemudian mencantumkan dan mengembangkan materi pembelajaran. Selanjutnya, menentukan media dan sumber belajar, serta merencanakan penilaian untuk mengetahui hasil belajar peserta didik.
2. Proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di MI Muhammadiyah Karanglewas Kidul dilakukan dengan tiga tahapan yaitu kegiatan awal, kegiatan inti, dan kegiatan penutup.
  - a. Kegiatan awal yang dilakukan oleh guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di MI Muhammadiyah Karanglewas Kidul dilakukan

secara urut selalu di mulai dengan guru memberi salam dan berdoa bersama, selanjutnya menyapa peserta didik, selain itu pada beberapa pertemuan pembelajaran guru menanamkan kedisiplinan, guru menegur peserta didik yang tidak berpakaian lengkap. Pada beberapa pertemuan pembelajaran guru juga menanamkan nilai kebersihan dan kerapian, guru memeriksa kerapian dan kebersihan kuku. Selain itu, guru mengecek kehadiran peserta didik. Kemudian bertanya kepada peserta didik sampai dimana pembahasan sebelumnya dan mengajukan pertanyaan tentang materi pelajaran yang sudah diberikan sebelumnya, serta memberi kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya tentang materi sebelumnya yang masih bingung dan menjelaskan kembali materi yang sebelumnya secara singkat.

- b. Kegiatan inti, dalam kegiatan pembelajarannya guru selalu menyampaikan tujuan pembelajaran, menuliskan materi di papan tulis dan pada lain waktu menggunakan LCD Proyektor, menjelaskan materi dengan berpedoman buku paket dan modul Al-Mizan kelas V, melakukan tanya jawab terkait dengan materi dan peserta didik dapat menjawabnya dengan benar. Guru menggunakan lebih dari satu metode, antara lain yaitu menggunakan metode ceramah, tanya jawab, demonstrasi, praktek dan permainan. Selain itu, menggunakan media ketika pembelajaran, antara lain berupa papan tulis, LCD proyektor, net, peluit, bola. Setelah satu jam pembelajaran berlalu, pembelajaran di lanjutkan pindah di luar kelas, karena akan praktek olahraga.

Pembelajaran di luar kelas diawali, dengan melakukan pemanasan, kemudian guru mendemonstrasikan gerakan sesuai dengan materi yang diajarkan, kemudian peserta didik diminta untuk mempraktekan gerakan yang dicontohkan oleh guru secara bergantian, selain itu guru juga mengontrol gerakan yang dilakukan peserta didik, membetulkan gerakan yang salah. Setelah itu, guru memberikan kesimpulan tentang materi yang telah diajarkan.

- c. Kegiatan penutup yang dilakukan guru diantaranya adalah mengajukan pertanyaan kepada semua atau beberapa peserta didik mengenai materi yang telah dipelajari dan peserta didik dapat menjawabnya dengan benar, kemudian guru memberikan pekerjaan rumah kepada peserta didik untuk mengerjakan soal yang diambil dari buku paket Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dan LKS, kemudian memberitahukan materi pelajaran yang akan dipelajari pada pertemuan yang akan datang, selanjutnya pelajaran ditutup dengan doa dan guru mengucapkan salam

3. Evaluasi pembelajaran yang dilakukan oleh guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan MI Muhammadiyah Karanglewas Kidul dengan melakukan penilaian terhadap tiga ranah, penilaian yang dilakukan guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan agar dapat mengetahui hasil belajar peserta didik yaitu menyangkut kemampuan kognitif, afektif dan psikomotorik. Dalam penilaian ranah kognitif (pemahaman), diukur dengan menggunakan tes tertulis dan dapat berupa tes lisan. Dalam penilaian ranah kognitif, guru menggunakan instrumen penilaian yang di

ambil dari buku paket Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dan LKS. Kemudian ranah afektif dilakukan guru selama berlangsungnya kegiatan belajar mengajar yaitu melalui pengamatan (observasi), guru mengamati aktif tidaknya siswa dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, misalnya berani bersaing atau berkompetisi, bekerja sama dengan teman dan aktif bertanya dan merespon pertanyaan dari guru. Kemudian ranah psikomotorik dilakukan untuk mengukur praktek atau kinerja peserta didik, guru menggunakan tes unjuk kerja yang dilakukan setelah selesai satu pokok bahasan. Penilaian ini bisa menjadi nilai tambahan bagi siswa yang nilainya masih kurang dari KKM. Kemudian guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan MI Muhammadiyah Karanglewas Kidul secara periodik melaksanakan ulangan harian, ulangan tengah semester, dan ulangan semester.

## **B. Saran-saran**

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan tentang pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan kelas V di MI Muhammadiyah Karanglewas Kidul, maka perlu penulis memberi saran-saran sebagai berikut:

### **1. Kepada Kepala Madrasah**

Kepada kepala madrasah untuk lebih memotivasi guru lain untuk mengoptimalkan pengelolaan dan pelaksanaan pembelajaran, agar pembelajaran yang dilaksanakan dapat tercapai dengan maksimal.

## 2. Kepada Guru Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Kepada guru mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan untuk selalu meningkatkan profesionalisme dengan kinerja pengembangan kreatifitas guru dalam mengelola dan melaksanakan pembelajaran, sehingga peserta didik menjadi aktif dalam menerima pelajaran sehingga dapat tercapainya pembelajaran yang lebih berkualitas.

### C. Penutup

Alhamdulillahirabbil'alamin, penulis panjatkan puji syukur kehadiran illahi rabbi, atas segala rahmat dan karunianya dengan segala kemurahan petunjuk-Nya, penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini, walaupun masih banyak kekurangan menjadikan hasil penelitian ini terlihat masih sangat sederhana. Untuk itu kritik dan saran penulis harapkan sekali demi menuju kesempurnaan dalam penulisan skripsi ini.

Pada kesempatan ini pula peneliti sampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu baik dari segi material maupun spiritual yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu dan kepada dosen pembimbing yang telah banyak memberikan bimbingan dan arahan kepada penulis, sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.

Akhirnya, dengan kerendahan hati dan memohon lindungan ridho Allah SWT, penulis berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat dan sebagai rujukan pustaka keilmuan yang membaca serta terhitung sebagai amal sholeh. Amiin yaa rabbal alamin.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arsyad, Azhar. 2013. *Media Pembelajaran*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Arsyad, Azhar. 2011. *Media Pembelajaran*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Dimiyati & Mudjiono. 2009. *Belajar Dan Pembelajaran*. Jakarta: PT.Rineka Cipta.
- Fathurrohman Muhammad & Sulistyorini. 2012. *Belajar dan Pembelajaran Meningkatkan Mutu Pembelajaran Sesuai Standar Nasional*. Yogyakarta: Teras.
- Husdarta & Saputra Yudha M. 2013. *Belajar dan Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Isjoni. 2009. *Pembelajaran Kooperatif Meningkatkan Kecerdasan Komunikasi Antar Peserta Didik*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Majid, Abdul. 2014. *Pembelajaran Tematik Terpadu*. Bandung: PT.Remaja Rosdakarya.
- Majid, Abdul. 2012. *Perencanaan Pembelajaran Mengembangkan Kompetensi Guru*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Margono, s. 1999. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Moedjiono & Hasibuan. 2012. *Prose Belajar Mengajar*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Paturusi, Ahmad. 2012. *Manajemen Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, (Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Rosdiani, Dini. 2012. *Model Pembelajaran Langsung dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Roqib, Mohammad. 2009. *Ilmu Pendidikan Islam*. Yogyakarta: PT. LkiS Printing Cemerlang.
- Purwanto. 2014. *Evaluasi Hasil Belajar*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Purwanto, M. Ngalim. 2012. *Prinsip-prinsip dan Teknik Evaluasi Pengajaran*. Bandung: PT.Rosda Karya.

- Sagala, Syaiful. *Konsep dan Makna Pembelajaran Untuk Memecahkan Problematika Belajar dan Mengajar*. Bandung: Alfabeta.
- Samsudin. 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SD/MI*. Jakarta: Litera.
- Sudjana, Nana. 2009. *Dasar-Dasar Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algesindo.
- Sudjiono, Anas. 2013. *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif, Kualitatif, R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukintaka. 2004. *Teori Pendidikan Jasmani Filosofi Pembelajaran & Masa Depan*. Bandung: Nuansa.
- Sunhaji. 2013. *Pembelajaran Tematik-Integratif Pendidikan Agama Islam dengan Sains*. Purwokerto: STAIN Press.
- Sunhaji. 2012. *Strategi Pembelajaran Konsep Dasar Metode dan Aplikasi dalam Proses Belajar Mengajar*. Purwokerto: STAIN Purwokerto Press.
- Suprayogo, Imam dan Tobroni. 2003. *Metodologi Penelitian Sosial-Agama*. Bandung: Rosdakarya.
- Suryosubroto. 1997. *Proses Belajar Mengajar di Madrasah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suyono & Hariyanto. 2012. *Belajar dan Pembelajaran Teori dan Konsep dasar*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- UU RI NOMOR 20, *SISDIKNAS & Peraturan Pemerintah R.I.Tahun 2010 Tentang Penyelenggaraan Pendidikan Serta Wajib Belajar*. Bandung: Citra Umbara.2011
- Wina Sanjaya. 2008. *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan*. Jakarta: Kencana.
- Afrizal. 2016. "Di dalam tubuh yang kuat terdapat jiwa yang sehat", <http://woi-belilah.com/warta/kespora/168-warta-kespora-woi-di-dalam-raga-yang-sehat-terkandung-jiwa-yang-kuat,di> akses pada 13 Juli 2016 pukul 13.00.

Gio. 2016. “Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas V”, <http://giosamudera.blogspot.co.id/2010/11/skkd-penjaskes-sd.html>, di akses pada 13 Juli 2016 pukul 13.00.

