

Ikbal, hubungan hasil belajar pendidikan jasmani, kesehatan dan olahraga dengan tingkat kesegaran jasmani siswa Madrasah Aliyah alkhairat.

HUBUNGAN HASIL BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN DENGAN TINGKAT KESEGRAN JASMANI SISWA KELAS X MADRASA ALIYAH ALKHAIRAT KABELOA PEWUNU

Ikbal

**Pendidikan jasmani, kesehatan dan rekreasi FKIP Universitas Tadulako
kampus Bumu Tadulako Tondo Telp. 429743 Pst. 246-247-248-249-250
Palu Sulawesi Tengah**

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat kesegaran jasmani siswa dengan hasil belajar. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara tingkat kesegaran jasmani siswa kelas X Madrasah Aliyah Kabeloa Pewunu dengan hasil belajar penjas orkes?.

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X M.A Alkhairaat Kabeloa Pewunu tahun ajaran 2011/2012. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas X sebanyak 20 siswa Adapun jenis tes kesegaran jasmani Indonesia yang digunakan adalah a) tes lari cepat 60 meter, b) tes angkat tubuh (30 detik untuk putri dan 60 detik untuk putra), c) tes baring duduk (60 detik), d) tes loncat tegak, e) tes lari jauh (1200 meter untuk putri dan 1200 meter untuk putra). Penelitian ini dilaksanakan di MA Alkhairat Kabeloa Pewunu Kec. Dolo Barat Kabupaten Sigi pada tahun ajaran 2011/2012. Penelitian ini terdapat dua variabel yang meliputi: variabel bebas yaitu tingkat kesegaran jasmani siswa yang ditunjukkan dengan hasil praktek di lapangan (X) dan variabel terikat yaitu hasil belajar siswa (Y).

Pengumpulan data untuk memperoleh skor tiap variabel dalam penelitian ini digunakan dua instrumen yaitu tes tingkat kesegaran jasmani dan tes hasil belajar. Hasil koefisien korelasi antara tes tingkat kesegaran jasmani dengan tes hasil belajar diperoleh $r_{xy} = 0,11$ tergolong kategori rendah dengan kontribusi sebesar 1,21%. Dari uji hipotesis diperoleh $t_{hitung} = 0,47$ dan $t_{tabel} = 1,719$ atau $t_{hitung} < t_{tabel}$ sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara tingkat kesegaran jasmani dengan hasil belajar siswa kelas X M.A Alkhairaat Kabeloa Pewunu, pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$ dengan dk = 18.

Kata Kunci : Hasil Belajar, Penjasorkes dan Kesegaran Jasmani.

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan. Tidak ada pendidikan yang lengkap tanpa adanya Pendidikan Jasmani dan Olahraga (Permendiknas Tahun 2006 No. 22). Penjasorkes merupakan salah satu mata rantai kurikulum yang unik karena dalam proses pembelajarannya menggunakan media aktivitas gerak tubuh untuk mencapai tujuan pembelajaran. Wuest & Bucher (1995: 97) menegaskan bahwa gerak merupakan kunci dari Penjasorkes. Melalui Penjasorkes, siswa belajar bergerak dan belajar melalui gerak. Belajar ber-gerak menekankan pada siswa mempelajari dan melaksanakan gerak tubuh, sedangkan belajar melalui gerak lebih menekankan pada penanaman nilai-nilai luhur seperti kerjasama, disiplin, kekeluargaan, kejujuran dan sportif melalui gerak.

Pada dasarnya pendidikan jasmani menurut Djamil (1995:1) ialah suatu bagian dari pendidikan secara keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan hidup sehat untuk pertumbuhan dan pengembangan jasmani, mental, sosial, serta emosional yang serasi, selaras dan seimbang. Hasil yang diharapkan dari pendidikan jasmani adalah selain penguasaan berbagai keterampilan gerak dasar juga kondisi fisik atau derajat sehat yang baik, sehingga dihasilkan tingkat kebugaran jasmani yang prima.

Salah satu penjabaran dari tujuan Penjasorkes khususnya pada tingkat SMA/MA adalah tercapainya derajat kebugaran jasmani. Kebugaran jasmani yang dimaksudkan adalah kemampuan siswa untuk melakukan tugas dan pekerjaan sehari-hari tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti sehingga masih memiliki simpanan tenaga untuk mengatasi beban kerja tambahan. Dengan memiliki derajat kebugaran jasmani yang baik, siswa dapat (1) meningkatkan kapasitas belajar; (2) meningkatkan ketahanan tubuh terhadap penyakit, dan (3) menurunkan angka tidak masuk ke sekolah (Lutan, dkk, 2002: 9).

Hasil penelitian yang disajikan pada Lokakarya Institut Nasional dari Kesehatan Mental Amerika Serikat tahun 1984 di antaranya, bahwa kebugaran jasmani secara positif berhubungan dengan kesehatan mental dan kesehatan keseluruhan dari seseorang (Kathleen 1992:143). Penelitian yang dipimpin oleh Bowers dari Universitas Bowling Green, menunjukkan setelah 10 minggu berjalan atau jogging, mereka yang berusia lanjut ternyata mempunyai daya ingat yang lebih baik serta daya pikir yang lebih tajam. Penelitian ini

Ikkal, hubungan hasil belajar pendidikan jasmani, kesehatan dan olahraga dengan tingkat kebugaran jasmani siswa Madrasah Aliyah alkhairat.

menunjukkan bahwa segera setelah berolahraga, kesadaran mentalnya dan kemampuan berpikirnya dapat diperbaiki (Kathleen, 1992:142).

Purnomo dalam Buletin Kesegaran Jasmani Edisi 2. Dimana hasil penelitian dari 20 Sekolah Menengah Pertama (SMP) di 4 Propinsi di Jawa Timur, Bali, D.I. Yogyakarta dan Sulawesi Selatan diperoleh kesimpulan bahwa tingkat kebugaran jasmani yang baik.Berpengaruh positif terhadap prestasi belajar. Hal ini terbukti dari hasil tes kebugaran jasmani dan nilai hasil belajar yang diambil dari 10 mata pelajaran.Setelah diklasifikasikan hasilnya menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara siswa yang mempunyai prestasi belajar baik dengan tingkat kebugaran jasmani baik.

Pada proses pembelajaran kadang-kadang seorang guru memberi teguran kepada siswa bahwa jawaban yang diberikan tidak benar, yang seharusnya seorang guru harus bisa menghargai jawaban dan pendapat dari siswanya. Seorang guru harus pandai-pandai menjaga dan membangkitkan motivasi dari diri siswanya, sebab dari kasus seperti itu dapat membuat siswa selalu merasa takut dan tidak percaya diri untuk memberikan jawaban maupun pendapat kepada gurunya. Mereka selalu dihantui perasaan takut, jangan-jangan jawaban yang mereka kemukakan akan salah dan akan mendapat teguran yang membuat rasa percaya diri mereka hilang. Kurangnya interaksi antara guru dan siswa dapat menyebabkan siswa jarang menanyakan materi yang belum dimengerti. Mereka lebih banyak memberi respon dan aksi tutup mulut dibandingkan bertanya. Hal ini dapat menyebabkan perhatian dan pemahaman siswa terhadap mata pelajaran penjas orkes sangat kurang sehingga nilai hasil belajar siswa yaitu rata-rata dibawah nilai minimal yang diharapkan.

Dari observasi awal di MA Alkhairat Kabeloa Pewunu diperoleh nilai rata-rata penjaskesorkes siswa kurang maksimal, seperti pada Tabel 1 dibawah ini yang menunjukkan perolehan nilai rata-rata semester mata pelajaran penjas orkes siswa kelas X MA Alkhairat Kabeloa Pewunu tahun ajaran 2010/2011 sampai 2011/2012.

Ikbal, hubungan hasil belajar pendidikan jasmani, kesehatan dan olahraga dengan tingkat kesegaran jasmani siswa Madrasah Aliyah alkhairat.

Tabel 1. Nilai Rata-rata Semester Mata Pelajaran Penjasorkes siswa kelas X MA Alkhairat Kabeloa Pewunutahun ajaran 2010/2011 dan 2011/2012

No	Tahun Ajaran/ Semester	Nilai Rata-Rata Kelas
1	2010-2011	
	Ganjil	5,8
	Genap	6,0
2	2011-2012	
	Ganjil	6,72
	Genap	6,3

Sumber : MA Al Khairat Kabeloa Pewunu

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa nilai rata-rata kelas tahun ajaran 2010/2011 sampai 2011/2012 masih rendah. faktor penyebab rendahnya hasil belajar penjas orkes pada siswa kelas X MA Al khairat Kabeloa Pewunu adalah :

1. Siswa kurang aktif dalam melakukan gerakan – gerakan penjas dalam proses pembelajaran.
2. kurang beradaptasi dengan teman-teman dan sering bergurau saat pembelajaran
3. Siswa kurang aktif dalam proses pembelajaran. Dalam hal ini, siswa sulit untuk menanyakan apa yang belum dipahami ataupun menjawab pertanyaan dari gurunya

Berdasarkan dari uraian di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di MA Alkhairat Kabeloa Pewunu tentang hubungan hasil belajar penjasorkes dengan tingkat kesegaran jasmani.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalahapakah ada hubungan antara tingkat kesegaran jasmani siswa kelas X Madrasah Aliyah Kabeloa Pewunu dengan hasil belajar penjas orkes?.Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah: “untuk mengetahui hubungan tingkat kesegaran jasmani siswa kelas X Madrasah Aliyah Kabeloa Pewunu dengan hasil belajar penjas orkes”.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Dimana peneliti melakukan penelitian untuk menngetahui Hubungan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga Dan

Ikbal, hubungan hasil belajar pendidikan jasmani, kesehatan dan olahraga dengan tingkat kesegaran jasmani siswa Madrasah Aliyah alkhairat.

Kesehatan Dengan Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Kelas X MA Alkhairat Kabeloa Pewunu.

Tes kesegaran jasmani Indonesia terdiri dari lima butir tes, dengan rangkaian butir tes sebagai berikut :

1. Lari cepat (dash/spront)
2. Angkat tubuh (pull-up)
3. Baring duduk (sit-up)
4. Loncat tegak (vertical jump)
5. Lari jarak sedang

berdasarkan norma, Tes Kesegaran Jasmani Indonesia ini terdiri dari :

1. Tingkat Sekolah Dasar
2. Tingkat Sekolah Menengah Pertama
3. Tingkat Sekolah Menengah Atas

Adapun jenis tes kesegaran jasmani Indonesia untuk tingkat SekolahMenengah Atas adalah (Depdikbud, 1992) :

1. Tes lari cepat 60 meter

Tabel 2. Tabel Penilaian Tes Lari Cepat 60 Meter

Putra	Puteri	Nilai
$\leq 7,2''$	$< 8.5''$	5
7.3 " - 8.3"	8.5"-9.8"	4
8.1"-9.6"	9.9"-11.4"	3
9.7"-11.0"	11.5"-13.4"	2
$> 11.0''$	> 13.4	1

2. Tes angkat tubuh (30 detik untuk putri dan 60 detik untuk putra)

Tabel 3. Tabel Penilaian Tes Angkat Tubuh

Putra	Puteri	Nilai
> 18	> 40	5
14-18	22-40	4
9-13	10-21	3
5-8	3-9	2
0-4	0-2	1

Iktbal, hubungan hasil belajar pendidikan jasmani, kesehatan dan olahraga dengan tingkat kesegaran jasmani siswa Madrasah Aliyah alkhairat.

3. Tes baring duduk (60 detik)

Tabel 4. Tabel Penilaian Tes Baring Duduk

Putra	Puteri	Nilai
> 40	> 28	5
30-40	20-28	4
21-29	10-19	3
10-20	3-9	2
0-9	0-2	1

4. Tes loncat tegak

Tabel 5. Tabel Penilaian Tes Loncat Tegak

Putra	Puteri	Nilai
> 72	> 49	5
60-72	39-49	4
50-59	31-38	3
39-49	23-30	2
0-38	0-22	1

5. Tes lari jauh (1200 meter untuk putri dan 1200 meter untuk putra)

Tabel 6. Tabel Penilaian Tes Lari Jauh

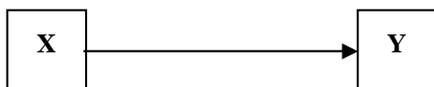
Putra	Puteri	Nilai
< 3'15"	< 3'53"	5
3'15" - 4'25"	3'53"-4'56"	4
4'26" - 5'12"	4'57"-5'58"	3
5'13" - 6'33"	5'59"-7'23"	2
> 6'34"	> 7'23"	1

Penelitian ini dilaksanakan di MA Alkhairat Kabeloa Pewunu Kec. Dolo Barat Kabupaten Sigi pada tahun ajaran 2011/2012. Populasi penelitian ini adalah siswa Madrasah Aliyah Kabeloa Pewunu yang terdaftar pada tahun ajaran 2011/2012 tersebar dalam satu kelas berjumlah 20 orang.

Ikbal, hubungan hasil belajar pendidikan jasmani, kesehatan dan olahraga dengan tingkat kesegaran jasmani siswa Madrasah Aliyah alkhairat.

Penelitian ini terdapat dua variabel yang meliputi: variabel bebas yaitu tingkat kesegaran jasmani siswa yang ditunjukkan dengan hasil praktek di lapangan (X) dan variabel terikat yaitu hasil belajar siswa (Y).

Rancangan hubungan antara variabel bebas (tingkat kesegaran jasmani siswa), dengan variabel terikat (hasil belajar siswa) dan untuk menguji hipotesis pertama digunakan teknik korelasi sederhana (r_{xy})



Hubungan antara variabel *independent* (bebas) X dengan variabel *dependen* (terikat) Y

Keterangan :

X : tingkat kesegaran jasmani siswa

Y : Hasil belajar siswa

Instrumen penelitian atau alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini yaitu untuk mengukur variabel-variabel penelitian X dan Y untuk itu digunakan instrumen sebagai berikut :

1. Tes tingkat kesegaran jasmani siswa

Untuk memperoleh data yang diperlukan, peneliti melakukan tes kesegaran jasmani yang terdiri dari vertikal jump, lari 60 meter, pull up dan sit up. Tes ini merupakan tes standar yaitu tes kesegaran jasmani Indonesia. Jumlah nilai dari semua tes dikumpulkan jadi satu nilai setiap siswa.

2. Tes hasil belajar siswa

Instrumen ini disusun oleh peneliti berdasarkan materi yang telah diajarkan pada kelas X Madrasah Aliyah Kabeloa Pewunu semester ganjil. Instrumen ini berbentuk tes praktek yang diberikan pada waktu ujian semester ganjil. Hasil tes hasil belajar ini ditulis dalam laporan pendidikan siswa.

Prosedur Pengumpulan Data dalam Penelitian ini meliputi :

3. Tahap persiapan

- a) Mencari literatur
- b) Menyusun instrumen yang akan digunakan (tes kesegaran jasmani)

4. Tahap pelaksanaan

- a) Memberikan tes kesegaran jasmani
- b) Memberikan tes akhir semester

5. Tahap akhir

- a) Pengumpulan data
- b) Pengolahan data, dan
- c) Menganalisis data.

Analisis Data Hasil Penelitian

a. Statistik deskriptif, meliputi:

Standar deviasi (sd) analisis persentase dan distribusi frekuensi. Analisa ini dimaksudkan untuk memberikan gambaran tentang tes kesegaran jasmani, hasil belajar siswa yang merupakan jawaban atas masalah dan penyelesaiannya

b. Statistik inferensial, meliputi:

Sebelum peneliti melakukan pengujian hipotesis, maka terlebih dahulu dilakukan uji normalitas. Untuk mengetahui apakah distribusi normal atau tidak karena sebelum teori analisis lebih lanjut digunakan dan disimpulkan diambil terlebih dahulu apakah asumsi normalitas dipenuhi atau tidak.

Karena penelitian ini tergolong penelitian kuantitatif dengan hipotesis penelitian berbentuk hipotesis asosiatif, maka terlebih dahulu akan dilakukan pengujian normalitas data. Teknik yang dapat digunakan untuk pengujian normalitas data dengan skala interval yaitu menggunakan persamaan *chi-kuadrat* yaitu:

$$\chi^2_{\text{hitung}} = \sum_{i=1}^k \frac{(Q_i - E_i)^2}{E_i}$$

Dengan:

- k = Banyaknya kelas
- Q_i = Frekuensi pengamatan
- E_i = Frekuensi harapan

Kriteria pengujian adalah data dikatakan berasal dari populasi yang terdistribusi normal, jika $\chi^2_{\text{hit}} < \chi^2_{\text{tab}}$ pada taraf nyata $\alpha = 0,05$. Pengujian ini digunakan untuk mengetahui data yang diperoleh berdistribusi normal atau tidak, sekaligus sebagai prasyarat dalam melakukan analisis dengan teknik analisis parametrik. Adapun pengujian normalitas dari masing-masing variabel, memberikan hasil sebagai berikut :

1. Uji Normalitas Data Tes Kesegaran Jasmani (X)

Ikbal, hubungan hasil belajar pendidikan jasmani, kesehatan dan olahraga dengan tingkat kebugaran jasmani siswa Madrasah Aliyah alkhairat.

Hasil perhitungan uji normalitas data diperoleh = 5,11 untuk taraf kepercayaan $\alpha = 0,05$ (dk = 2) dan jumlah sampel sebesar 20 maka diperoleh nilai untuk $\chi^2_{\text{tabel}} = 5,99$. Sesuai dengan kriteria pengujian bahwa nilai $\chi^2_{\text{hitung}} < \chi^2_{\text{tabel}}$ sehingga dapat disimpulkan bahwa data tes kebugaran jasmani (X) siswa berasal dari populasi yang terdistribusi normal.

2. Uji Normalitas Data Hasil Belajar (Y)

Hasil perhitungan uji normalitas data diperoleh bahwa $\chi^2_{\text{hitung}} = 2,695$ untuk taraf kepercayaan $\alpha = 0,05$ dan jumlah sampel 20 diperoleh nilai $\chi^2_{\text{tabel}} = 5,99$. Sesuai dengan kriteria pengujian bahwa nilai $\chi^2_{\text{hitung}} < \chi^2_{\text{tabel}}$ sehingga dapat disimpulkan bahwa hasil belajar (Y) siswa berasal dari populasi yang terdistribusi normal.

Pengujian hipotesis dimaksudkan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara tes kebugaran jasmani (X) terhadap hasil belajar (Y) yang selanjutnya akan dijabarkan sebagai berikut;

3. Analisis Regresi Linier Sederhana antara Variabel X terhadap Y

Adapun persamaan regresi linier yang digunakan pada penelitian ini adalah sebagai berikut : $\hat{Y} = a + (b \cdot X)$

Persamaan regresi linear sederhana yang menyatakan hubungan variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y) dapat dituliskan sebagai berikut:

$$\hat{Y} = 75,5 + 0,22X$$

Tabel 7. Ringkasan Analisis Varians (ANOVA) koefisien regresi

Sumber variansi	Dk	JK	KT	F _{hitung}
Total	N	ΣY^2	ΣY^2	$\frac{S^2_{reg}}{S^2_{res}}$
Regresi (a)	1	$(\Sigma Y)^2/n$	$(\Sigma Y_i)^2/n$	
Regrese (b/a)	1	$JK_{reg} = JK(b/a)$	$S^2_{reg} = JK(b/a)$	
Residu	n-2	$JK_{res} = \Sigma(Y - Y)^2$	$S^2_{reg} = \frac{\Sigma(Y - Y)^2}{n - 2}$	
Tuna cocok	k-2	JK (TC)	$S^2_{TC} = \frac{JKTC}{k - 2}$	$\frac{S^2_{TC}}{S^2 E}$
Kekeliruan	n-k	JK (E)	$S^2 E = \frac{JKE}{n - k}$	

Ikkal, hubungan hasil belajar pendidikan jasmani, kesehatan dan olahraga dengan tingkat kesegaran jasmani siswa Madrasah Aliyah alkhairat.

- a. Kriteria yang digunakan adalah :
- b. $F_{hitung} \leq F_{tabel}$, maka hubungan antar variabel adalah linier
- c. $F_{hitung} \geq F_{tabel}$, maka regresi berarti

Menentukan Koefisien Korelasi Sederhana

nilai hubungan antara variabel X terhadap Y digunakan persamaan *Product Moment* dari Pearson

$$r_{XY} = \frac{n(\sum X_i Y_i) - (\sum X_i)(\sum Y_i)}{\sqrt{\{n\sum X_i^2 - (\sum X)^2\} \{n\sum Y_i^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Menguji Signifikan Koefisien Korelasi Sederhana dengan Uji t

Untuk mengetahui signifikansi korelasi sederhana, maka digunakan rumus uji signifikansi korelasi *product moment*

$$t_{hitung} = \frac{r\sqrt{(n-2)}}{\sqrt{(1-r^2)}}$$

C. HASIL DAN ANALISIS PENELITIAN

1. Uji Normalitas Data

- a. Uji Normalitas Data Tes Kesegaran Jasmani (X)

Hasil perhitungan uji normalitas data diperoleh $\chi^2_{hitung} = 10,610$ untuk taraf kepercayaan $\alpha = 0,05$ (dk = 2) dan jumlah sampel sebesar 20 maka diperoleh nilai untuk $\chi^2_{tabel} = 3,817$.

- b. Uji Normalitas Data Hasil Belajar (Y)

Hasil perhitungan uji normalitas data diperoleh bahwa $\chi^2_{hitung} = 2,695$ untuk taraf kepercayaan $\alpha = 0,05$ dan jumlah sampel 20 diperoleh nilai $\chi^2_{tabel} = 5,99$.

- c. Analisis Regresi Linier Sederhana antara Variabel X terhadap Y

Adapun persamaan regresi linier yang digunakan pada penelitian ini adalah sebagai berikut : $\hat{Y} = a + (b \cdot X)$

Berdasarkan perhitungan maka diperoleh nilai koefisien a dan b masing-masing 75,5 dan 0,22 (Lampiran 6), sehingga persamaan regresi linear sederhana yang menyatakan hubungan variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y) dapat dituliskan sebagai berikut:

$$\hat{Y} = 75,5 + 0,22X$$

Ikbal, hubungan hasil belajar pendidikan jasmani, kesehatan dan olahraga dengan tingkat kebugaran jasmani siswa Madrasah Aliyah alkhairat.

2. Menentukan Koefisien Korelasi Sederhana

Menggunakan persamaan korelasi product moment dari pearson maka besarnya koefisien korelasi antara variabel X terhadap Y diperoleh nilai $r_{xy} = 0,11$ dan berdasarkan tabel interpretasi korelasi yang ditemukan termasuk kategori tinggi dengan nilai koefisien determinan yang diperoleh sebesar 1,21% artinya pengaruh tes kebugaran jasmani terhadap hasil belajar sebesar 1,21%.

3. Menentukan Signifikansi Koefisien Korelasi antara Variabel X terhadap Y dengan Uji t

Dengan menggunakan persamaan, maka diperoleh $t_{hitung} = 0,47$ dan $t_{tabel} = 1,719$. Jadi $t_{hitung} < t_{tabel}$ atau $0,47 < 1,719$ maka dapat disimpulkan bahwa korelasi X terhadap Y adalah tidak signifikan pada taraf nyata 0,05.

D. PEMBAHASAN

Berdasarkan respon siswa terhadap tes kebugaran jasmani, skor tertinggi yang diperoleh siswa adalah 12 dan skor terendah adalah 8. Rata-rata skor tes kebugaran jasmani adalah 9,35 dengan standar deviasi 1,35. Berdasarkan respon siswa terhadap tes hasil belajar, skor tertinggi yang diperoleh siswa adalah 80 dan skor terendah adalah 71. Rata-rata skor hasil belajar adalah 75,0 dengan standar deviasi 2,85.

Berdasarkan hasil analisis data untuk pengujian hipotesis, diperoleh nilai korelasi sebesar $r_{xy} = 0,11$ termasuk pada kategori rendah. Sehingga kontribusi tes kebugaran jasmani terhadap hasil belajar sebesar 1,21%, hal ini berarti bahwa tes kebugaran jasmani dapat memberikan sumbangan sebesar 1,21% terhadap hasil belajar.

Bertolak dari hasil analisis korelasi antara variabel bebas dan variabel terikat yaitu tes kebugaran jasmani dan hasil belajar berkorelasi positif dan tidak signifikan ($r = 0,11$). Hal ini menunjukkan bahwa tes kebugaran jasmani mempunyai hubungan yang tidak signifikan dengan hasil belajar, besarnya hubungan ini ditentukan oleh korelasi determinasi $r^2 = 0,0121$ yang berarti bahwa tinggi rendahnya dapat dijelaskan oleh tinggi rendahnya tingkat kebugaran jasmani siswa melalui hubungan $\hat{Y} = 75,5 + 0,22X$ yang artinya pengaruh yang diberikan oleh tes kebugaran jasmani terhadap hasil belajar termasuk dalam kategori rendah yaitu sebesar 1,21%, selebihnya dipengaruhi oleh faktor lain misalnya faktor psikis yang meliputi minat, intelegensi, bakat, perhatian orang tua dan sebagainya.

Ikbal, hubungan hasil belajar pendidikan jasmani, kesehatan dan olahraga dengan tingkat kebugaran jasmani siswa Madrasah Aliyah alkhairat.

Dari uji-t (keberartian) diperoleh $t_{hit} = 0,47$ dan $t_{tabel} = 1,719$, oleh karena t_{hit} lebih kecil dari t_{tabel} atau $0,47 < 1,719$, maka hipotesis nol H_0 ditolak dan H_1 diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa antarates kebugaran jasmani dengan hasil belajar siswa kelas X Madrasah Aliyah Kabeloa Pewunu tidak mempunyai hubungan yang berarti/signifikan.

Selanjutnya untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara variabel X dan variabel Y pada persamaan regresi dilakukan uji keberartian persamaan regresi, dalam hal ini uji-F, diperoleh hasil $F_{hitung} = 0,169$ dan $F_{tabel} = 5,42$ pada taraf nyata $\alpha = 0,05$. Karena $F_{hitung} < F_{tabel}$ maka persamaan regresi tidak diterima. Untuk uji kekeliruan nilai $F_{hitung} = 2,88$ dan $F_{tabel} = 4,63$ sesuai dengan kriteria pengujian jika $F_{hitung} < F_{tabel}$ atau $2,88 < 4,63$, maka dapat disimpulkan bahwa model regresi linear dapat diterima.

E. PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian dan analisa data serta pembahasan yang telah diuraikan pada bab sebelumnya maka dapat disimpulkan bahwa: tidak ada hubungan antara tes kebugaran jasmani dengan hasil belajar, dengan nilai koefisien korelasi $r_{xy} = 0,11$ tergolong kategori rendah. Sehingga kontribusi tes tingkat kebugaran jasmani terhadap hasil belajar sebesar 1,21%.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian: Pendekatan Praktik Edisi Revisi VI*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Depdikbud. 1992. *Tes Kebugaran Jasmani Indonesia untuk SMA*. Jakarta: Pusat Kebugaran Jasmani dan Rekreasi
- Davies, Ivor, K. 1987. *Pengelolaan Belajar*. Jakarta: CV. Rajawali dan PAU-UT
- Endang Sri Retno. 1989. *Perbandingan Pengaruh Antara Latihan Senam Kebugaran Jasmani '84 dengan Senam Kebugaran Jasmani'88 Didalam Peningkatan Kebugaran Jasmani pada Siswa Putra SMA Theresiana Salatiga Tahun Pelajaran 1988/1989*. Semarang: FPOK IKIP Semarang
- Gabbard. Le Blanc E& Lowy. 1987. *Physical Education for Children Building The Foundation*, New Jersey : Printice Hall Inc Englewood Cliffs
- Giriwijoyo, S. 2007. *Ilmu Faal Olahraga (Fisiologi) Fungsi Tubuh Manusia pada Olahraga untuk Kesehatan dan untuk Prestasi*. Bandung : UPI.

Ikkal, hubungan hasil belajar pendidikan jasmani, kesehatan dan olahraga dengan tingkat kesegaran jasmani siswa Madrasah Aliyah alkhairat.

Lutan, Rusli. 1988. *Belajar Keterampilan Motorik*. Jakarta: Balai Pustaka

Lutan, Rusli dkk. 2002. *Pendidikan Kesegaran Jasmani : Orientasi Pembinaan di Sepanjang Hayat*. Jakarta: Depdiknas

R. Lutan, J. Hartoto dan Tomoliyus. 2002. *Pendidikan Kesegaran Jasmani; Orientasi Pembinaan di Sepanjang Hayat*. Jakarta: Depdiknas-Ditjora

Samuel. S. 1982. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Fakultas Ekonomi UI

Sudjana. 1991. *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

_____. 1992. *Metode Statistik*. Bandung: Tarsito

Sudjarwo. Basrowi. 2009. *Manajemen Penelitian sosial*. Bandung: Mandar Maju

Sugiyono. 2007. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta

Suhaena. 2001. *Membangun Kompetensi Belajar*. Jakarta: Dirjen Pendidikan Tinggi Departemen Pendidikan Nasional

Sukmadinata. 2004. *Landasan Psikologi Proses Pendidikan*. Bandung: Rosdakarya

Suyono. 2008. *Metode penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta

Syaiful. 1998. *Prestasi Belajar dan Kompetensi Guru*. Surabaya: Usaha Nasional

Uzer Moh. Usman. 2002. *Menjadi Guru Profesional*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya

Wuest D.A & Bucher C.A. 1995. *Foundation of Physical Education and Sport*. St. Louis-Missouri: Mosby-Year Book Inc