

## ARTIKEL

# **SURVEI KETERSEDIAAN SARANA PRASARANA PENDIDIKAN JASMANI TERHADAP TINGKAT KEBUGARAN JASMANI SISWA SMP/MTs NEGERI SE- KECAMATAN NGANTRU KABUPATEN TULUNGAGUNG**



**Oleh:**

**INA MESTI YULIANA**

NPM : 14.1.01.09.0158

**Dibimbing oleh :**

1. Dr. Wasis Himawanto, M.Or.
2. Dr. Abdian Asgi Sukmana, M.Or.

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN SAINS (FIKS)  
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA  
UN PGRI KEDIRI  
2020**

## SURAT PERNYATAAN ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2020




**Yang bertanda tangan di bawah ini:**

Nama Lengkap : Ina Mesti Yuliana  
NPM : 14.1.01.09.0158  
Telepon/HP : 0857-0448-8383  
Alamat Surel (Email) : inamestiyuliana@gmail.com  
Judul Artikel : Survei Ketersediaan Sarana Prasarana Pendidikan Jasmani Terhadap Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa SMP/MTs Negeri Se- Kecamatan Ngantru Kabupaten Tulungagung  
Fakultas – Program Studi : FIKS-PENJAS  
Nama Perguruan Tinggi : UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI  
Alamat Perguruan Tinggi : Kampus I Jl. KH. Achmad Dahlan No. 76 Kediri

Dengan ini menyatakan bahwa :

- artikel yang saya tulis merupakan karya saya pribadi (bersama tim penulis) dan bebas plagiarisme;
- artikel telah diteliti dan disetujui untuk diterbitkan oleh Dosen Pembimbing I dan II.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian data dengan pernyataan ini dan atau ada tuntutan dari pihak lain, saya bersedia bertanggungjawab dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Mengetahui		Kediri, 29 Januari 2020
Pembimbing I  <b><u>Dr. Wasis Himawanto, M.Or.</u></b> NIDN. 0723128103	Pembimbing II,  <b><u>Dr. Abdian Asgi Sukmana, M.Or.</u></b> NIDN. 0720028002	Penulis, .....  <b><u>Ina Mesti Yuliana</u></b> NPM. 14.1.01.09.0158

**SURVEI KETERSEDIAAN SARANA PRASARANA PENDIDIKAN JASMANI  
TERHADAP TINGKAT KEBUGARAN JASMANI SISWA SMP/MTs NEGERI SE-  
KECAMATAN NGANTRU KABUPATEN TULUNGAGUNG**

Ina Mesti Yuliana

14.1.01.09.0158

FIKS – PENJAS

inamestiyuliana@gmail.com

Dr. Wasis Himawanto, M.Or. dan Dr. Abdian Asgi Sukmana, M.Or.

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

**ABSTRAK**

Penelitian ini dilatar belakangi ketersediaan dan kelayakan sarana dan prasarana sangatlah penting untuk kelancaran kegiatan belajar mengajar pendidikan jasmani. Hal ini dikarenakan dengan ketersediaan dan kelayakan peralatan dapat menimbulkan pembelajaran efektif dan efisien, sehingga kesegaran jasmani siswa dapat dioptimalkan. Namun dari hasil observasi di dalam gudang tersebut masih ada beberapa peralatan pendidikan jasmani yang kurang terawat dengan baik. serta kondisinya sudah tidak layak seperti permukaan bola yang sudah halus dan kurang keras, sehingga daya pantulnya kurang maksimal. Permasalahan dalam penelitian ini adalah 1) Bagaimana sarana dan prasarana di SMP/MTs Negeri Kelas VII se-Kecamatan Ngantru? 2) Bagaimana tingkat kebugaran jasmani siswa SMP/MTs Negeri Kelas VII se-Kecamatan Ngantru? 3) Adakah keterkaitan antara sarana dan prasarana terhadap tingkat kebugaran jasmani siswa SMP/MTs Negeri Kelas VII se-Kecamatan Ngantru?. Penelitian ini merupakan metode survei yang merupakan suatu metode penelitian yang digunakan dalam penelitian deskriptif untuk menggambarkan fenomena yang ada Pendekatan peneitain dalam penelitian ini menggunakan kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah kelas VII sebanyak 2 SMP Negeri dan 1 MTs Negeri se-Kecamatan Ngantru yang berjumlah 90 siswa. Sampel diambil dengan total sapmling didapatkan sebanyak 90 siswa. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif..Kesimpulan hasil penelitian ini adalah : 1) Sarana prasarana SMP/MTs Negeri Se-kecamatan Ngantru Tulungagung sarana prasarana dengan persentase 90% masuk kategori baik. 2) Tingkat kebugaran jasmani pada di SMP/MTs Negeri Kelas VII se-Kecamatan Ngantru menunjukkan bahwa sebagian besar memiliki kebugaran jasmani yang sedang yaitu sebanyak 46,7% dan sebagiannya lagi memiliki kebugaran jasmani yang baik yaitu sebanyak 33,3%. 3) Terdapat keterkaitan antara sarana dan prasarana terhadap tingkat kebugaran jasmani siswa SMP/MTs Negeri Kelas VII Se-Kecamatan Ngantru, dengan sarana dan prasaran yang memadai dapat dimanfaatkan siswa dan guru untuk memperlancar proses pembelajaran dan meningkatkan kebugaran jasmani siswa. Berdasarkan simpulan hasil penelitian ini, direkomendasikan kepada sekolah khususnya SMP/MTs Negeri Kelas VII se-Kecamatan Ngantru harus mampu memfasilitasi pembelajaran pendidikan jasmani secara maksimal agar tujuan pembelajaran pendidikan jasmani dapat tercapai dengan maksimal.

**KATA KUNCI** : sarana prasarana pendidikan jasmani; tingkat kebugaran jasmani.

## I. LATAR BELAKANG

Selama ini perkembangan olahraga semakin pesat bahkan sudah memasyarakat, sehingga sebagian masyarakat telah memandang olahraga sudah menjadi bagian dalam hidupnya, bahwa melakukan olahraga merupakan suatu yang sama pentingnya dengan kebutuhan lainnya. Sudah sewajarnya apabila kebutuhan sarana prasarana perlu ada dan di tingkatkan supaya dapat melakukan kegiatan olahraga perlu didasari bahwa sarana prasarana sangat di butuhkan dalam melakukan kegiatan olahraga, karena tanpa sarana dan prasarana olahraga tidak dapat berkembang sesuai dengan perkembangan olahraga di Negara lain.

Pada Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 24 Tahun 2007 tentang standar sarana dan prasarana untuk Sekolah Dasar/Madrasah Ibtidaiyah (SD/MI), Sekolah Menengah Pertama/Madrasah Tsanawiyah (SMP/MTS), dan Sekolah Menengah Atas/Madrasah Aliyah (SMA/MA) menyatakan penyediaan sarana dan prasarana pendidikan jasmani yang memadai mencerminkan kualitas pendidikan, sehingga tujuan pendidikan akan tercapai dengan baik. Namun sarana prasarana pendidikan jasmani yang kurang

memadahi akan berdampak pada rendahnya kualitas pendidikan. Sungguh ideal jika tiap sekolah mempunyai lapangan sepak bola mini. Sarana prasarana merupakan salah satu penunjang hasil belajar. Dalam pengajaran pendidikan sarana prasarana sangat penting untuk meningkatkan dan mengembangkan kualitas proses belajar mengajar pendidikan jasmani. Kelengkapan sarana prasarana guru dan siswa dalam melaksanakan kegiatan belajar mengajar dalam usaha dapat meningkatkan prestasi belajar.

Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dapat berjalan dengan efektif jika ada sarana prasarana yang sesuai dengan materi dapat terpenuhi dan dapat digunakan secara maksimal supaya mencapai tujuan pembelajaran. Sarana prasarana salah satu penunjang kegiatan belajar mengajar pendidikan jasmani antara lain adalah lapangan dan peralatan, tanpa tersedian yang kurang memadai dapat dikatakan bahwa proses pembelajaran pendidikan jasmani kurang berjalan dengan baik (Arman, 2014: 2).

Berdasarkan hasil observasi awal di beberapa SMP/MTs Negeri Se-kecamatan Ngantru Tulungagung untuk mencapai tujuan pembelajaran secara maksimal ketersediaan sarana dan prasarana

sangatlah diperhatikan, terlebih lagi adanya bantuan dana Bantuan Operasional Sekolah (BOS) sangatlah membantu kebutuhan sekolah dalam mencapai tujuan pendidikan.

Di-kecamatan Ngantru Tulungagung terdapat dua SMP Negeri yaitu SMP Negeri 1 Ngantru dan SMP Negeri 2 Ngantru, serta terdapat satu MTs Negeri Ngantru. Dari hasil observasi ketiga sekolah tersebut memiliki lapangan tersendiri yang digunakan untuk pembelajaran jasmani, upacara dan kegiatan ekstrakurikuler, selain itu disana juga menyediakan satu ruangan khusus (gudang) untuk penyimpanan peralatan yang dibutuhkan dalam pembelajaran jasmani, seperti lembing, cakram, peluru, bola sepak, bola voli, bola basket, bola takraw, matras dan lain sebagainya.

Namun dari hasil observasi di dalam gudang tersebut masih ada beberapa peralatan pendidikan jasmani yang kurang terawat dengan baik. serta kondisinya sudah tidak layak seperti permukaan bola yang sudah halus dan kurang keras, sehingga daya pantulnya kurang maksimal. Hal ini disebabkan kurang perhatian siswa dan guru terhadap kondisi sarana dan prasarana pendidikan jasmani yang ada, mengakibatkan ketidaktepatan dalam pemeliharaan dan perawatannya, sehingga sarana dan prasarana yang ada menjadi

cepat rusak. Selain itu dari hasil wawancara dengan salah satu guru pendidikan jasmani disana mereka tidak dapat menyebutkan secara pasti jumlah sarana dan prasarana pendidikan jasmani yang tersedia. Hal ini dikarenakan tidak ada pendataan atau inventaris secara terperinci terkait jumlah sarana dan prasarana yang tersedia dalam artian layak guna dan yang rusak.

Pada hal ini sangatlah penting untuk kelancaran kegiatan belajar mengajar pendidikan jasmani, karena dengan ketersediaan dan kelayakan peralatan dapat menimbulkan pembelajaran efektif dan efisien, sehingga kesegaran jasmani siswa dapat dioptimalkan. Kebugaran jasmani mempunyai arti penting bagi siswa, antara lain dapat meningkatkan fungsi organ tubuh, sosial emosional, sportivitas, dan semangat kompetisi.

Berkaitan dengan meningkatkan kesehatan kebugaran jasmani, maka optimalisasi kebugaran jasmani bertujuan untuk mempertahankan kesehatan, mengatasi stress lingkungan, dan untuk melakukan aktifitas sehari-hari terutama kegiatan belajar dan bermain baik di sekolah atau dirumah, salah satu prasarat untuk itu adalah kondisi fisik yang baik. Oleh karena itu, kebugaran jasmani yang tinggi sangat diperlukan oleh anak

sekolah. Dengan demikian kebugaran jasmani yang tinggi, siswa mampu melakukan aktivitas sehari-hari dengan waktu yang lebih lama dibandingkan dengan siswa yang memiliki kebugaran jasmani rendah.

Menurut Irianto (2004:4) kebugaran jasmani merupakan salah satu tujuan penting dalam pendidikan jasmani. Program pembinaan yang memanfaatkan aktivitas jasmani untuk tujuan yang bersifat mendidik itu, diarahkan pada peningkatan derajat kebugaran jasmani. Kebugaran jasmani dipengaruhi beberapa faktor yaitu (1) keteraturan berlatih (2) faktor genetik, dan (3) kecukupan gizi (Lutan, 2001: 61).

Meningkatkan kebugaran jasmani dan daya tahan tubuh siswa, dengan kebugaran tubuh siswa akan mempengaruhi tingkat belajar siswa serta minat dalam mengikuti pembelajaran. Seluruh kegiatan atau aktifitas fisik yang dilakukan oleh siswa berpengaruh pada tingkat kebugaran jasmani dimilikinya. Dengan bugarnya seseorang maka pola pikirnya dapat berkembang dengan baik, dan dapat merangsang otak dengan baik.

## II. METODE

Menurut Arikunto, (2010: 58), variabel tunggal adalah himpunan sejumlah gejala yang memiliki berbagai

aspek atau kondisi di dalamnya yang berfungsi mendominasi dalam kondisi atau masalah tanpa dihubungkan dengan lainnya. Variabel tunggal penelitian ini adalah sarana prasarana pendidikan jasmani dan tingkat kebugaran jasmani

Pendekatan penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif. Menurut Sugiyono (2013:12) yaitu pendekatan penelitian yang menggunakan data berupa angka-angka atau data yang dapat dihitung serta dapat dianalisis secara sistematis dengan menggunakan statistik deskriptif. Teknik penelitian yang digunakan adalah survey. Metode *survey* adalah suatu metode penelitian yang digunakan dalam penelitian deskriptif untuk menggambarkan fenomena yang ada (Sugiyono, 2015:7)

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh SMP/MTs Negeri siswa Kelas VII Se-kecamatan Ngantru Tulungagung. Pengambilan sampel menggunakan teknik *sampling purposive* dengan pertimbangan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah peneliti hanyadiperbolehkan meneliti satu kelas saja dan pemilihan kelas juga berdasarkan rekomendasi dari guru olahraga di setiap sekolah tersebut

Instrumen dalam penelitian ini menggunakan lembar observasi untuk mengamati ketersediaan sarana dan prasarana dan tes TKJI yang terdiri atas

lima tes (Widiastuti, 2015:45), yaitu: lari cepat 50 meter, gantung angkat tubuh, baring duduk 60 detik, loncat tegak, lari jarak menengah 1000 meter.

Metode analisis yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah analisa deskriptif dengan perhitungan rumus :

$$DP = \frac{n}{N} \times 100 \%$$

Keterangan :

DP = Deskriptif Persentase (%)

n = Skor yang diperoleh

N = Jumlah total skor responden

Arikunto (2002:27)

Menentukan pengkategorian ketersediaan saran dan prasarana pendidikan jasmani sebagai berikut:

Tabel 1

Standart prosentase penilain Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani

No	Jumlah	Prosentase	Kategori
1	81 - 100	100 %	Baik Sekali
2	61-80	80%	Baik
3	41-60	60%	Sedang
4	21-40	60%	Kurang
5	0-20	20%	Kurang Sekali

Arikunto (2002: 115).

### III. HASIL DAN KESIMPULAN

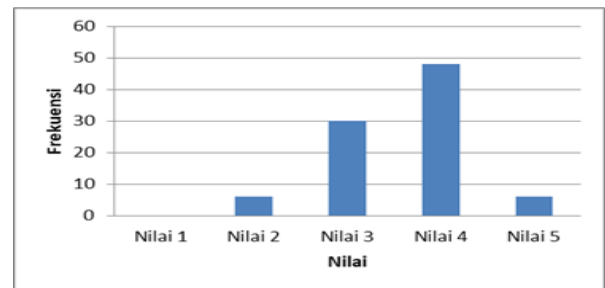
#### 1. Sarana dan Prasarana SMP/MTs Negeri se-Kecamatan Ngantru

Berdasarkan hasil observasi sarana dan prasarana pendidikan Jasmani SMP/MTs Negeri Se-kecamatan Ngantru Tulungagung masih terdapat sarana prasarana yang kurang lengkap dan jumlah cukup minim serta kondisinya

sudah tidak layak seperti permukaan bola yang sudah halus dan kurang keras, sehingga daya pantulnya kurang maksimal. Jika dilihat dari persentase jumlah sarana dan prasarana yang sesuai  $DP = 9/10 \times 100 \% = 90\%$ . Dengan sarana dan prasarana pendidikan Jasmani SMP/MTs Negeri Se-kecamatan Ngantru Tulungagung masuk kategori baik

#### 2. Kebugaran Jasmani Siswa SMP/MTs Negeri Kelas VII se-Kecamatan Ngantru

##### a. Lari 50 Meter

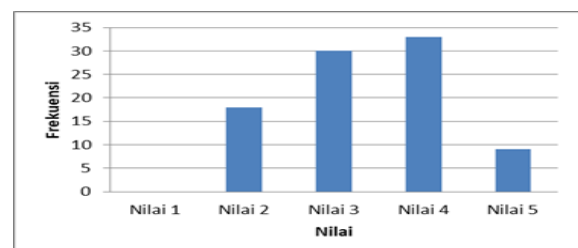


Gambar 1

Grafik Hasil Tes Lari 50 meter

Berdasarkan gambar 1 di atas, dapat diketahui persentase hasil tes lari 50 meter, siswa mendapat nilai 2 sebanyak 6,7%, siswa mendapat nilai 3 sebanyak 33,3%. siswa mendapat nilai 4 sebanyak 53,3%, siswa mendapat nilai 5 sebanyak 6,7%.

##### b. Pull up



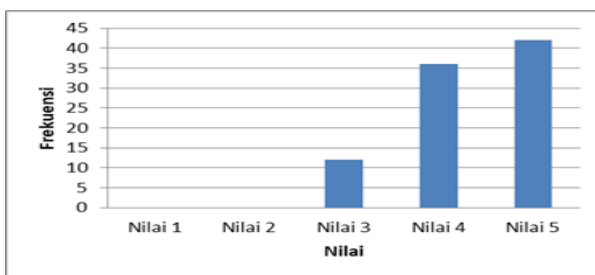
Gambar 2

Grafik Hasil Tes Pull up



Berdasarkan gambar 2 di atas, dapat diketahui persentase hasil tes *pull up*, siswa yang mendapat nilai 2 sebanyak 20%, siswa mendapat nilai 3 sebanyak 33,3%. siswa mendapat nilai 4 sebanyak 36,7%, siswa mendapat nilai 5 sebanyak 10%.

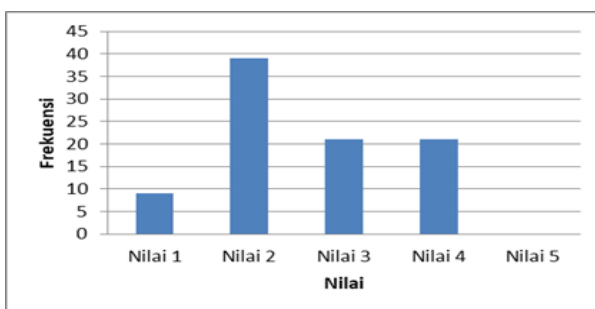
c. *Sit up*



**Gambar 3**  
**Grafik Hasil Tes *Sit up***

Berdasarkan gambar 3 di atas, dapat diketahui persentase hasil tes *sit up*, siswa mendapat nilai 3 sebanyak 13,3%, siswa mendapat nilai 4 sebanyak 40%. siswa mendapat nilai 5 sebanyak 46,7%.

d. *Vertical Jump*

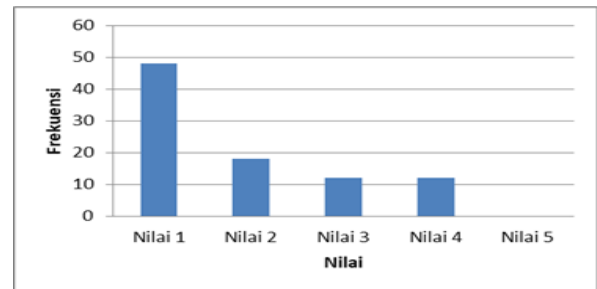


**Gambar 4**  
**Grafik Hasil Tes *Vertical Jump***

Berdasarkan gambar 4 di atas, dapat diketahui persentase hasil tes *vertical jump*, siswa mendapat nilai 1

sebanyak 10%, siswa mendapat nilai 2 sebanyak 43,3%. siswa mendapat nilai 3 sebanyak 23,3%, dan siswa mendapat nilai 4 sebanyak 23,3%.

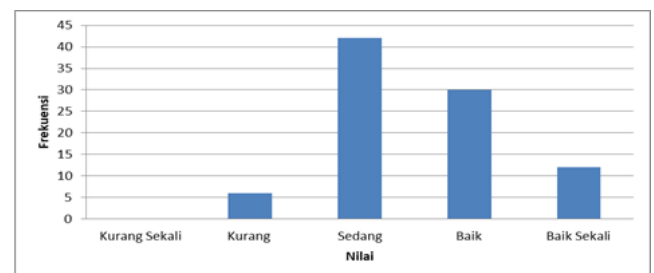
e. Lari 1000 meter



**Gambar 5**  
**Grafik Hasil Tes Lari 1000 meter**

Berdasarkan gambar 5 di atas, dapat diketahui persentase hasil tes lari 1000 meter, siswa mendapat nilai 1 sebanyak 53,3%, siswa mendapat nilai 2 sebanyak 20%. siswa mendapat nilai 3 sebanyak 13,3%, siswa mendapat nilai 4 sebanyak 13,3%.

Dari hasil pengukuran pada kebugaran jasmani siswa dengan menggunakan lari 50 meter, *pull up*, *sit up*, *vertical jump* dan lari 1000 meter, didapatkan klasifikasi kebugaran jasmani pada seluruh siswa, sebagai berikut:



**Gambar 6**  
**Grafik Hasil Tes Kebugaran Jasmani**



Berdasarkan gambar 6 di atas, dapat diketahui persentase hasil tes kebugaran jasmani, siswa yang memiliki kebugaran jasmani kurang sebanyak 6,7%, siswa yang memiliki kebugaran jasmani sedang sebanyak 46,7%, siswa yang memiliki kebugaran jasmani baik sebanyak 33,3% dan siswa yang memiliki kebugaran jasmani baik sekali sebanyak 13,3%. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan mayoritas hasil tes kebugaran jasmani pada di SMP/MTs Negeri Kelas VII se-Kecamatan Ngantru masuk pada klasifikasi sedang.

### 3. Keterkaitan Antara Sarana Dan Prasarana Terhadap Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa SMP/MTs Negeri Kelas VII Se-Kecamatan Ngantru

Berdasarkan dari persentase jumlah sarana dan prasarana yang sesuai diperoleh persentase sebesar 90%. Hal ini berarti sarana dan prasarana pendidikan Jasmani SMP/MTs Negeri Se-kecamatan Ngantru Tulungagung masuk kategori baik. Sedangkan dari hasil tes kebugaran jasmani menunjukkan bahwa kebugaran jasmani pada di SMP/MTs Negeri Kelas VII se-Kecamatan Ngantru pada kondisi yang sedang. Dengan demikian, terdapat keterkaitan antara sarana dan prasarana terhadap tingkat kebugaran jasmani

siswa SMP/MTs Negeri Kelas VII Se-Kecamatan Ngantru.

Dengan adanya sarana dan prasarana yang memadai dapat mempengaruhi kebugaran jasmani siswa. Hal ini dikarenakan sarana dan prasarana yang memadai dapat dimanfaatkan siswa dan guru untuk memperlancar proses pembelajaran dan meningkatkan kebugaran jasmani siswa. Sarana dan prasarana pendidikan jasmani yang tidak lengkap atau tidak sesuai dengan kurikulum atau jumlah siswa, akan menghambat kegiatan belajar mengajar yang menimbulkan pembelajaran yang tidak efektif dan efisien.

Sarana dan prasarana pendidikan jasmani merupakan satu kesatuan yang tidak dapat dipisahkan, sehingga kurangnya sarana dan prasarana mampu mengakibatkan kurang berkembangnya potensi diri yang di miliki para siswa. Oleh karena itu ketersediaanya sarana dan prasarana yang memadai di sekolah harus di perhatikan baik-baik oleh pihak sekolah dan guru mata pelajaran pendidikan jasmani.

Sarana dan prasarana yang kurang lengkap seharusnya diimbangi dengan adanya modifikasi prasarana dan sarana agar dapat memotivasi siswa sehingga minat siswa terhadap pelajaran pendidikan jasmani akan bertambah.

Sehingga sebagai upaya meningkatkan tingkat kebugaran jasmani diperlukan sarana dan prasarana yang memadai

#### IV. DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Arman. 2014. Sarana Prasarana Olahraga dengan Efektivitas Pembelajaran. *Jurnal of Physical Education*,2(6) : 2337-4535.
- Irianto, Djoko Pekik. 2004. *Bugar dan Sehat dengan Berolahraga*. Yogyakarta Andi offset.
- Lutan, Rusli dkk. 2001. *Pendidikan Kebugaran Jasmani: Orientasi Pembinaan di sepanjang hayat*. Jakarta: depdiknas.
- Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 24 Tahun 2007 Tentang Standar Sarana Dan Prasarana Untuk Sekolah Dasar/Madrasah Ibtidaiyah (SD/MI), Sekolah Menengah Pertama/Madrasah Tsanawiyah (SMP/MTs), Dan Sekolah Menengah Atas/Madrasah Aliyah (SMA/MA)
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung : Alfabeta
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta
- Widiastuti. 2015. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta : Rajawali Pers.