

PENGARUH KEBUGARAN JASMANI DAN INTERAKSI SOSIAL  
TERHADAP PRESTASI BELAJAR PENJASORKES SISWA  
KELAS TINGGI SD I DONOTIRTO KRETEK BANTUL  
TAHUN PELAJARAN 2015/2016

TESIS



DI SUSUN OLEH :

**SRI WAHYUNI**

**NPM. 14155140011**

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN ILMU PENGETAHUAN SOSIAL  
PROGRAM PASCASARJANA  
UNIVERSITAS PGRI YOGYAKARTA

2016

## LEMBAR PERSETUJUAN

PENGARUH KEBUGARAN JASMANI DAN INTERAKSI SOSIAL  
TERHADAP PRESTASI BELAJAR PENJASORKES SISWA  
KELAS TINGGI SD I DONOTIRTO KRETEK BANTUL  
TAHUN PELAJARAN 2015/2016

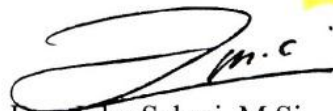
**SRI WAHYUNI**  
**NPM. 14155140011**

Tesis ditulis untuk memenuhi tugas sebagai persyaratan  
untuk mendapatkan gelar Magister Pendidikan  
Program Studi Pendidikan dan Ilmu Pengetahuan Sosial

Yogyakarta, April 2016

Menyetujui

Ketua Program Studi



Drs. John Sabari, M.Si.

NIP. 19510701 198907 1 001

Pembimbing



Dr. Sunarti, M.Pd.

NIP. 19540228 198012 2 001

Mengetahui

Direktur Program Pascasarjana

Universitas PGRI Yogyakarta



Dr. Sunarti, M.Pd.

NIP. 19540228 198012 2 001

## ABSTRAK

SRI WAHYUNI: Pengaruh Kebugaran Jasmani dan Interaksi Sosial terhadap Prestasi Belajar Penjasorkes Siswa Kelas Tinggi SD I Donotirto Kretek Bantul Tahun Pelajaran 2015/2016. Tesis. Yogyakarta : Program Pascasarjana, Universitas PGRI Yogyakarta, 2016.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui : (1) Pengaruh kebugaran jasmani terhadap prestasi belajar Penjasorkes siswa kelas tinggi SD I Donotirto Kretek Bantul Tahun Pelajaran 2015/2016, (2) pengaruh interaksi sosial terhadap prestasi belajar Penjasorkes siswa kelas tinggi SD I Donotirto Kretek Bantul Tahun Pelajaran 2015/2016, (3) Pengaruh kebugaran jasmani dan interaksi sosial secara bersama-sama terhadap prestasi belajar Penjasorkes siswa kelas tinggi SD I Donotirto Kretek Bantul Tahun Pelajaran 2015/2016.

Penelitian dilaksanakan dengan pendekatan kuantitatif dan menggunakan data yang bersifat *ex post facto*. Subjek Penelitian ini adalah seluruh siswa kelas tinggi yaitu kelas IV, V, dan VI SD I Donotirto Kretek Bantul tahun pelajaran 2015/2016 yang berjumlah 80 orang. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan test kesegaran jasmani untuk usia 10-12 tahun, angket, dan dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan adalah Analisis Deskriptif dan Analisis Regresi Ganda.

Hasil analisis deskriptif mengungkapkan bahwa mayoritas siswa memiliki kebugaran jasmani dalam klasifikasi kurang sebanyak 57,5%, mayoritas siswa memiliki tingkat interaksi sosial dengan kategori baik sebanyak 82,5%. Hasil pengujian regresi mendapatkan ;  $\beta = 0.395$ ,  $t_{hitung} = 9.067$  dengan  $p \leq 0.05$  (signifikan) pada variabel kebugaran jasmani. Mendapatkan koefisien  $\beta = 0.090$ ,  $t_{hitung} = 3.7952$  dengan  $p \leq 0.05$  (signifikan) pada variabel interaksi sosial siswa. Mendapatkan koefisien determinasi  $R = 0.580$ ,  $F_{hitung} = 50.076$  dengan  $p \leq 0.05$  (signifikan). Berdasarkan hasil ini disimpulkan bahwa, kebugaran jasmani dan interaksi sosial siswa secara parsial maupun bersama berpengaruh terhadap prestasi belajar Penjasorkes siswa kelas tinggi SD I Donotirto Kretek Bantul tahun pelajaran 2015/2016. Semakin tinggi kebugaran jasmani dan interaksi sosial siswa maka semakin tinggi Prestasi belajar penjasorkes.

Kata Kunci : Kebugaran Jasmani, Interaksi Sosial, Prestasi Belajar Penjasorkes.

## ABSTRACT

**SRI WAHYUNI:** *The Influence of Physical Fitness and Social Interaction on Health Sport And Physical Education Learning Achievement of the upper grade studens of SD I Donotirto Kretek Bantul in Academic Year of 2015/2016.* **Thesis. Yogyakarta : Post Graduate Program, PGRI University of Yogyakarta, 2016.**

This research is aimed at finding out: (1) the influence of physical fitness on physical education learning achievement of the upper grade students of SD I Donotirto Kretek Bantul in the academic year 2015/2016, (2) the influence of social interaction on physical education learning achievement of the upper grade students of SD I Donotirto Kretek Bantul in the academic year 2015/2016, and (3) the influence of physical fitness and social interaction (simultaneously) on physical education learning achievement of the upper grade students of SD I Donotirto Kretek Bantul in the academic year 2015/2016.

This research was conducted by using quantitative approach/method. The researcher used ex-post facto data. The subjects of this research were eighty students of the upper grade (grade IV – VI) of SD I Donotirto Kretek Bantul Yogyakarta. The data were collected through physical education test for 10 – 12 years old students, questionnaires and documentations. The researcher used descriptive analytic and double regression calculation to analyze the data.

The result of the descriptive analytic calculation shows that the majority of the students (57.5%) were classified deficient on physical fitness variable and 82.5% of the students were categorized good/excellent on social interaction. The result of the regression calculation on physical fitness shows;  $\beta = 0.395$ ,  $t_{\text{quantification}} = 9.067$  with  $\rho \leq 0.05$  (significant). While the calculation result on students' social interaction shows;  $\beta = 0.090$ ,  $t_{\text{quantification}} = 3.7952$  with  $\rho \leq 0.05$  (significant). The calculation results also show the determination coefficient  $R = 0.580$ ,  $F_{\text{quantification}} = 50.076$  with  $\rho \leq 0.05$  (significant). Based on the results above, it can be concluded that the students' physical fitness and social interaction (partially or simultaneously) influence the physical education learning achievement of the upper grade students of SD I Donotirto Kretek Bantul in the academic year 2015/2016. The more active students on social interaction and the fitter the students' body, the higher the learning achievement will be.

**Key Words :** Physical Fitness, Students' Social Interaction, Physical Education Learning Achievement

## PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Sri Wahyuni  
Nomor Pokok Mahasiswa : 14155140011  
Program Studi : Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial  
Fakultas : Pascasarjana  
Judul Tesis : Pengaruh Kebugaran Jasmani dan Interaksi Sosial Terhadap Prestasi Belajar Penjasorkes Siswa Kelas Tinggi SD I Donotirto Kretek Bantul Tahun Pelajaran 2015/2016.

Menyatakan bahwa tesis ini merupakan hasil karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar Kesarjanaan Magister/Doktor di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya dalam tesis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan tesis ini bukan hasil karya saya sendiri, saya bersedia menerima sanksi dalam bentuk apapun atas perbuatan tersebut.

Yogyakarta, April 2016

  
METERAI  
TEMPEL  
TGL. 20  
40638ADF707011108  
6000  
ENAM RIBU RUPIAH  
Sri Wahyuni

## LEMBAR PENGESAHAN

PENGARUH KEBUGARAN JASMANI DAN INTERAKSI SOSIAL  
TERHADAP PRESTASI BELAJAR PENJASORKES SISWA  
KELAS TINGGI SD I DONOTIRTO KRETEK BANTUL  
TAHUN PELAJARAN 2015/2016

**SRI WAHYUNI**  
**NPM. 14155140011**

Dipertahankan di depan Panitia Penguji Tesis Program Pascasarjana  
Universitas PGRI Yogyakarta  
Tanggal : 11 Mei 2016

### PANITIA PENGUJI

Dr. Salamah, M.Pd  
Ketua/ Penguji

Drs. John. Sabari, M.Si  
Sekertaris Penguji

Prof. Dr. Kodiran, M.A  
Penguji Utama

Dr. Sunarti, M.Pd  
Pembimbing/Penguji

Yogyakarta, 20 Mei 2016

Direktur Program Pascasarjana  
Universitas PGRI Yogyakarta

Dr. Sunarti, M.Pd  
NIP. 19540228 198012 2 001



## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

### MOTTO :

Hidup ini tidak boleh sederhana, hidup ini harus hebat, kuat, besar, dan bermanfaat. Yang sederhana itu adalah sikapnya. Sehingga, semakin besar yang anda inginkan, harus semakin sederhana sikap anda. Sederhananya, lakukan yang harus anda lakukan, hindari yang harus anda hindari, lalu perhatikan apa yang terjadi.

(Mario Teguh).

Bahagia bukan milik dia yang hebat dalam segalanya, namun dia yang mampu menemukan hal sederhana dalam hidupnya dan tetap bersyukur.

(Penulis)

### PERSEMBAHAN :

Kupersembahkan Karya sederhana ini kepada :

1. Kedua orang tuaku Bp Mujihartono dan Ibu Rosidah
2. Suamiku tercinta Agus Purnomo
3. Anak, menantu, cucu terkasih Astri Danarjati, Rully Efriady, Dhiastama Gustara, Amalia Warahafida, Alvaro Arkanail Pasha, Alarik Zavi Hermain.
4. Sahabat-sahabat yang selalu mendukungku.
5. Almamaterku Universitas PGRI Yogyakarta.

## **KATA PENGANTAR**

Puji Syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, karunia dan hidayah-Nya, sehingga penyusunan tesis dengan judul “ Pengaruh Kebugaran Jasmani dan Interaksi Sosial Terhadap Prestasi Belajar Penjasorkes Siswa Kelas Tinggi SD I Donotirto Kretek Bantul tahun pelajaran 2015 / 2016 ini dapat diselesaikan. Tesis ini disusun untuk memenuhi syarat memperoleh gelar Magister Pendidikan pada Program Pascasarjana, Universitas PGRI Yogyakarta.

Dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada berbagai pihak yang telah memberikan bantuan berupa arahan dan dorongan selama penulisan tesis ini. Oleh karena itu penulis menyampaikan terima kasih dan penghargaan kepada yang terhormat :

1. Prof. Dr. Buchory MS, M.Pd Rektor Universitas PGRI Yogyakarta atas segala kebijaksanaan, perhatian, dan dorongannya sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis.
2. Dr. Sunarti, M.Pd Direktur Program Pascasarjana Universitas PGRI Yogyakarta dan sekaligus sebagai pembimbing penulisan tesis yang dengan sabar banyak membantu, membimbing, dan memotivasi sampai tesis ini terwujud.
3. Drs. John Sabari, M.Si Ketua Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Ilmu Sosial Program Pascasarjana Universitas PGRI Yogyakarta, yang telah memberikan bantuan dan dorongan semangat dalam penulisan tesis.



4. Bapak dan Ibu Dosen Pengajar pada Program Pascasarjana Universitas PGRI Yogyakarta, yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan.
5. Seluruh staf administrasi Program Pascasarjana Universitas PGRI Yogyakarta, atas segala bantuan dalam bidang administrasi.
6. Kepala sekolah, guru, karyawan , dan siswa kelas tinggi SD I Donotirto Kretek Bantul yang telah membantu jalannya penelitian.
7. Rekan-rekan mahasiswa Program Pascasarjana Universitas PGRI Yogyakarta Angkatan 2014 dan berbagai pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang telah memberikan dukungan sehingga penulis mampu menyelesaikan tesis ini.
8. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah berjasa dalam penulisan tesis ini.

Atas budi baik dan bantuannya diucapkan terima kasih, semoga Allah SWT melimpahkan rahmat, hidayah dan pahala yang berlipat ganda dan semoga tesis ini dapat bermanfaat bagi siapa saja yang membacanya. Amiin.

Yogyakarta, Mei 2016

SRI WAHYUNI  
NIM : 14155140011

## DAFTAR ISI

|   | <b>Halaman</b> |
|---|----------------|
| HALAMAN JUDUL .....                                 | i              |
| LEMBAR PERSETUJUAN.....                             | ii             |
| ABSTRAK.....  | iii            |
| ABSTRACT.....                                       | iv             |
| LEMBAR PENGESAHAN.....                              | v              |
| PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....                 | vi             |
| MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....                          | vii            |
| KATA PENGANTAR .....                                | viii           |
| DAFTAR ISI .....                                    | x              |
| DAFTAR TABEL.....                                   | xii            |
| DAFTAR GAMBAR.....                                  | xiii           |
| DAFTAR LAMPIRAN.....                                | XIV            |
| BAB I PENDAHULUAN.....                              | 1              |
| A. Latar Belakang Masalah .....                     | 1              |
| B. Identifikasi Masalah .....                       | 6              |
| C. Pembatasan Masalah .....                         | 7              |
| D. Rumusan Masalah .....                            | 7              |
| E. Tujuan Penelitian .....                          | 8              |
| F. Manfaat Penelitian .....                         | 8              |
| BAB II KAJIAN PUSTAKA .....                         | 9              |
| A. Kajian Teoritis dan Penelitian Yang Relevan..... | 9              |
| 1. Kebugaran Jasmani .....                          | 9              |
| 2. Interaksi Sosial Siswa .....                     | 14             |
| 3. Prestasi Belajar Penjasorkes.....                | 26             |
| 4. Karakteristik Siswa Kelas Tinggi.....            | 44             |
| 6. Penelitian yang relevan.....                     | 46             |
| B. Kerangka Berpikir.....                           | 48             |
| C. Pengajuan Hipotesis .....                        | 50             |

|   |     |
|---|-----|
| BAB III METODE PENELITIAN .....                     | 51  |
| A. Jenis Penelitian .....                           | 51  |
| B. Rancangan Penelitian .....                       | 52  |
| C. Devinisi Operasional Variabel Penelitian .....   | 52  |
| D. Subjek Penelitian.....                           | 54  |
| E. Instrumen Penelitian .....                       | 55  |
| F. Tehnik Pengumpulan Data .....                    | 76  |
| G. Tehnik Analisa Data .....                        | 77  |
| BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....        | 83  |
| A. Deskripsi Data .....                             | 83  |
| 1. Deskripsi Data Kebugaran Jasmani.....            | 83  |
| 2. Deskripsi Data Interaksi Sosial Siswa.....       | 85  |
| 3. Deskripsi Data Prestasi Belajar Penjasorkes..... | 90  |
| B. Analisis Data dan Pengujian Hipotesis.....       | 92  |
| C. Pembahasan Hasil Penelitian.....                 | 97  |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....                    | 101 |
| A. Kesimpulan.....                                  | 101 |
| B. Implikasi.....                                   | 102 |
| C. Saran.....                                       | 103 |
| D. Keterbatasan Penelitian.....                     | 104 |
| DAFTAR PUSTAKA .....                                | 105 |
| LAMPIRAN.....                                       | 108 |

## DAFTAR TABEL

|   | Halaman |
|---|---------|
| Tabel 1. Nilai TKJI untuk putra umur 10-12 tahun.....               | 69      |
| Tabel 2. Nilai TKJI untuk putri umur 10-12 tahun.....               | 69      |
| Tabel 3. Norma Tes Kesegaran jasmani Indonesia.....                 | 70      |
| Tabel 4. Kisi-kisi Instrumen X2 Interaksi Sosial Siswa.....         | 72      |
| Tabel 5. Hasil Uji Validitas Instrumen interaksi sosial siswa.....  | 74      |
| Tabel 6. Kategorisasi Kecenderungan.....                            | 79      |
| Tabel 7. Kategorisasi sekor kebugaran jasmani.....                  | 83      |
| Tabel 8. Deskriptif sekor kebugaran jasmani.....                    | 84      |
| Tabel 9. Kategorisasi sekor persentasi kebugaran jasmani.....       | 84      |
| Tabel 10. Kategorisasi sekor interaksi sosial .....                 | 86      |
| Tabel 11. Deskriptif sekor interaksi sosial siswa.....              | 87      |
| Tabel 12. Kategorisasi porsentase sekor interaksi sosial siswa..... | 87      |
| Tabel 13. Deskriptif aspek interaksi sosial siswa.....              | 83      |
| Tabel 14. Sebaran nilai penjasorkes.....                            | 91      |
| Tabel 15. Hasil pengujian normalitas.....                           | 93      |
| Tabel 16. Hasil pengujian linieritas.....                           | 93      |
| Tabel 17. Hasil pengujian multikolinier.....                        | 94      |
| Tabel 18. Hasil pengujian regresi ganda.....                        | 94      |

## DAFTAR GAMBAR

|   | Halaman |
|---|---------|
| Gambar 1. Posisi start lari 40 meter.....                   | 59      |
| Gambar 2. Palang tunggal.....                               | 60      |
| Gambar 3. Sikap permulaan gantung siku tekuk.....           | 60      |
| Gambar 4. Sikap bergantung siku tekuk.....                  | 61      |
| Gambar 5. Sikap permulaan baring duduk.....                 | 62      |
| Gambar 6. Gerakan baring menuju sikap duduk.....            | 63      |
| Gambar 7. Sikap duduk dengan kedua siku menyentuh paha..... | 64      |
| Gambar 8. Sikap menentukan raihan.....                      | 65      |
| Gambar 9. Sikap awalan loncat tegak.....                    | 66      |
| Gambar 10. Gerakan meloncat tegak.....                      | 66      |
| Gambar 11. Posisi start lari 600 meter.....                 | 68      |
| Gambar 12. Posisi tepat melewati garis finish.....          | 68      |
| Gambar 13. Histogram kebugaran jasmani.....                 | 85      |
| Gambar 14. Histogram interaksi sosial siswa.....            | 88      |
| Gambar 15. Histogram aspek interaksi sosial iswa.....       | 90      |
| Gambar 16. Histogram prestasi belajar pejasorkes.....       | 92      |

## DAFTAR LAMPIRAN

|   | Halaman |
|---|---------|
| Lampiran 1. Kuesioner Interaksi Sosial .....                      | 112     |
| Lampiran 2. Data uji coba kuesioner.....                          | 115     |
| Lampiran 3. Hasil analisis uji coba.....                          | 116     |
| Lampiran 4. Data penelitian.....                                  | 119     |
| Lampiran 5. Hasil uji deskriptif.....                             | 127     |
| Lampiran 6. Uji persyaratan .....                                 | 132     |
| Lampiran 7. Uji regresi ganda.....                                | 136     |
| Lampiran 8. Surat ijin penelitian dariUPY.....                    | 139     |
| Lampiran 9. Surat ijin penelitian dari Kepala SD I Donotirto..... | 140     |

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Menurut Undang-Undang Republik Indonesia No 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Bab I pasal I Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual, keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan Negara.

Selain itu, menurut Undang-Undang Republik Indonesia No 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pasal 3 menyatakan bahwa Pendidikan Nasional bertujuan untuk mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, sehat, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga Negara yang demokratis dan bertanggung jawab. Dalam Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional, disebutkan salah satu tujuan adalah mengembangkan potensi diri dari peserta didik, baik kognitif, afektif, maupun psikomotorik dan hasilnya dapat dilihat dari prestasi belajarnya di sekolah.

Proses belajar terjadi karena adanya interaksi antara individu dengan lingkungannya. Belajar terjadi dimana saja dan kapan saja. Salah satu tanda bahwa seseorang telah belajar adalah adanya perubahan tingkah laku pada diri orang itu yang disebabkan terjadinya perubahan pada tingkat

pengetahuan, keterampilan, dan sikapnya. Menurut Slameto (2013: 54), Faktor-faktor yang mempengaruhi belajar adalah faktor intern dan faktor ekstern. Faktor intern adalah faktor yang ada dalam individu yang sedang belajar yaitu faktor jasmaniah, faktor psikologis, dan faktor kelelahan.. Faktor ekstern adalah faktor yang ada di luar individu yang sedang belajar yaitu faktor keluarga, faktor sekolah, dan faktor masyarakat.

Prestasi belajar siswa di pengaruhi oleh beberapa faktor, Salah satunya adalah kebugaran jasmani. Setiap orang membutuhkan kesegaran/kebugaran jasmani yang baik, agar dapat melaksanakan pekerjaannya dengan efektif dan efisien tanpa mengalami kelelahan yang berlebihan artinya seseorang telah melakukan aktifitas masih mempunyai semangat dan tenaga yang cukup untuk melaksanakan kegiatan secara mendadak. Dengan badan yang bugar maka siswa akan aktif bergerak, mempunyai inisiatif tinggi, kesehatan badan akan terjaga dan tidak mudah sakit. Semangat hidup menjadi bergairah, tidak malas sehingga siswa yang mempunyai tingkat kebugaran jasmani yang baik diharapkan dapat mencapai prestasi yang maksimal sehingga akan berpengaruh terhadap prestasi belajarnya. Siswa akan lebih percaya diri, disiplin, dan bertanggung jawab.

Di dalam meningkatkan prestasi belajar seorang anak selain kebugaran jasmani diperlukan juga suatu interaksi sosial yang baik. Secara garis besar kemampuan siswa dalam berinteraksi sosial dapat dikategorikan ke dalam dua kelompok, yaitu siswa yang dapat dikategorikan sebagai siswa yang bisa berinteraksi sosial dengan baik atau pandai bergaul dan sebaliknya yaitu siswa



yang mengalami kesulitan bergaul atau individu yang tidak bisa berinteraksi sosial dengan baik. Siswa yang bisa berinteraksi sosial dengan baik biasanya dapat mengatasi berbagai persoalan di dalam pergaulan. Mereka tidak mengalami kesulitan untuk menjalani hubungan dengan teman baru, berkomunikasi secara efektif dengan orang lain, terlibat dalam pembicaraan yang menyenangkan, dan dapat mengakhiri pembicaraan tanpa mengecewakan atau menyakiti orang lain. Dalam pertemuan formal, mereka dapat mengemukakan pendapat, memberi penghargaan atau dukungan terhadap pendapat orang lain, dan mereka dapat juga mengemukakan kritik tanpa menyakiti orang lain. Sebaliknya, siswa yang tidak bisa berinteraksi sosial dengan baik merasa kesulitan untuk memulai berbicara, terutama dengan orang-orang yang belum dikenal, mereka merasa canggung dan tidak dapat terlibat dalam pembicaraan yang menyenangkan. Dalam hubungan formal, mereka kurang atau bahkan tidak berani mengemukakan pendapat, pujian, keluhan dan sebagainya.

Interaksi sosial siswa yang baik akan menciptakan hubungan yang harmonis. Bentuk-bentuk interaksi sosial yang baik dapat dilihat dengan adanya suatu kerjasama, saling menghormati dan saling menghargai. Kerjasama semakin tercipta tatkala ditemukan suatu permasalahan dalam proses pembelajaran di sekolah. Siswa akan dengan senang hati saling berdiskusi dan saling membantu dalam memecahkan masalah kesulitan belajar yang dihadapinya. Interaksi sosial yang baik diantara siswa juga dapat menciptakan sikap saling menghargai dan terciptanya suasana yang nyaman

dalam belajar serta akan mendorong siswa untuk berprestasi di lingkungan sekolah.

Sebaliknya interaksi sosial siswa yang tidak baik, ditandai dengan hubungan antar siswa diliputi rasa kebencian, dan kurangnya kerjasama diantara siswa. Bentuk-bentuk interaksi sosial yang tidak baik dapat kita lihat dimana siswa saling membenci, saling menjatuhkan, dan terbentuknya kelompok teman sebaya dimana masing-masing kelompok saling menyerang atau saling menjatuhkan sehingga akan menciptakan hubungan yang kurang harmonis diantara siswa. Interaksi sosial yang tidak baik di lingkungan sekolah juga akan menciptakan suasana belajar yang kurang nyaman atau kondusif. Hal semacam ini akan menghambat kemajuan siswa dalam proses pembelajaran karena kurangnya kerjasama, komunikasi, dan siswa kurang menghargai siswa yang lain sehingga sering menimbulkan suasana belajar yang selalu gaduh, tegang, sering ribut, timbulnya pertengkaran, perkelahian, dan sebagainya, lingkungan seperti ini akan menyebabkan siswa terganggu dalam proses pembelajaran yang pada akhirnya akan mempengaruhi sikapnya terhadap pembelajaran.

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang sering disingkat Penjasorkes merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, 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 (Depdiknas, 2007: 1).

Pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia berlangsung seumur hidup, penjasorkes yang diajarkan di sekolah memiliki peranan yang sangat penting, yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang terpilih yang dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat (Depdiknas, 2007: 1).

. Dengan diterbitkannya Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional dan Peraturan Pemerintah no 19 tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan akan memberikan peluang untuk menyempurnakan kurikulum yang komprehensif dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional. Penjasorkes merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan, penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional sportivitas-spiritual sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang.

Faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi belajar penjasorkes diantaranya adalah kebugaran jasmani dan interaksi sosial siswa. Sementara ini di SD I Donotirto belum diketahui tingkat kebugaran siswanya karena

belum pernah dilakukan tes kebugaran jasmani. Keberhasilan penjasorkes juga dipengaruhi oleh interaksi sosial siswa, karena dalam kegiatan belajar mengajar terjadi hubungan sosial yang apabila siswa dapat diterima di kelompoknya dan disenangi teman-temannya sehingga membentuk dukungan dalam meningkatkan prestasi belajarnya.

Sepengetahuan peneliti belum pernah ada yang meneliti tentang pengaruh kebugaran jasmani dan interaksi sosial siswa terhadap prestasi belajar penjasorkes siswa kelas tinggi di SD I Donotirto Kretek Bantul. Berkenaan dengan dengan hal di atas maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul ” Pengaruh Kebugaran Jasmani dan Interaksi Sosial Siswa Terhadap Prestasi Belajar Penjasorkes Siswa Kelas Tinggi SD I Donotirto Kretek Bantul Tahun Pelajaran 2015/2016”.

## **B. Identifikasi Masalah.**

Dari latar belakang masalah yang telah diuraikan, dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut :

1. Belum pernah dilakukan tes kebugaran jasmani untuk mengetahui tingkat kebugaran siswa.
2. Adanya berbagai kendala yang menjadi penghambat proses kegiatan belajar mengajar misalnya: kurang kerja sama, komunikasi dan kurang menghargai siswa lain hingga timbul kegaduhan, pertengkaran dan perkelahian hingga mengganggu proses pembelajaran.

3. Belum diketahuinya apakah ada pengaruh kebugaran jasmani dan interaksi sosial siswa terhadap prestasi belajar penjasorkes.

### **C. Batasan Masalah.**

Permasalahan yang dibahas dalam penulisan ini perlu dibatasi, agar pembahasan lebih fokus. Penulis membatasi pada satu masalah yaitu Pengaruh kebugaran jasmani dan interaksi sosial siswa terhadap prestasi belajar penjasorkes siswa kelas Tinggi SD I Donotirto Kretek Bantul Tahun Pelajaran 2015 / 2016.

### **D. Rumusan Masalah.**

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan batasan masalah diatas maka dapat diambil suatu rumusan masalah sebagai berikut :

1. Bagaimana pengaruh kebugaran jasmani terhadap prestasi belajar penjasorkes Siswa kelas tinggi SD I Donotirto Kretek Bantul Tahun Pelajaran 2015/2016 ?
2. Bagaimana pengaruh interaksi sosial siswa terhadap prestasi belajar penjasorkes siswa kelas tinggi SD I Donotirto Kretek Bantul Tahun Pelajaran 2015/2016 ?
3. Bagaimana pengaruh kebugaran jasmani dan interaksi sosial siswa secara bersama-sama terhadap prestasi belajar penjasorkes siswa kelas tinggi SD I Donotirto Kretek Bantul Tahun Pelajaran 2015/2016 ?

### **E. Tujuan Penelitian.**

Penelitian ini bertujuan :

1. Untuk mengetahui pengaruh kebugaran jasmani terhadap prestasi belajar penjasorkes siswa kelas tinggi SD I Donotirto Kretek Bantul Tahun Pelajaran 2015/2016..
2. Untuk mengetahui pengaruh interaksi sosial siswa terhadap prestasi belajar penjasorkes siswa kelas tinggi SD I Donotirto Kretek Bantul Tahun Pelajaran 2015/2016.
3. Untuk mengetahui pengaruh kebugaran jasmani dan interaksi sosial siswa secara bersama-sama terhadap prestasi belajar penjasorkes siswa kelas tinggi SD I Donotirto Kretek Bantul Tahun Pelajaran 2015/2016.

### **F. Manfaat Penelitian.**

Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini, baik secara teoretis maupun praktis adalah sebagai berikut :

1. Secara teoretis hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pemikiran bagi lembaga pendidikan khususnya pengajaran penjasorkes dalam meningkatkan prestasi belajar siswa. Selain itu, penelitian ini juga bisa berguna sebagai masukan atau acuan bagi penelitian yang sejenis atau yang lebih luas sifatnya.
2. Secara praktis hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi kepala sekolah dan guru bahwa dengan kebugaran jasmani dan interaksi sosial yang baik maka prestasi belajar pada umumnya dan prestasi belajar penjasorkes khususnya akan menjadi baik pula.