

**PENGARUH PEMANASAN DENGAN MENGGUNAKAN PERMAINAN
KECIL TERHADAP PENINGKATAN MINAT BELAJAR SISWA
DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI
OLAHRAGA DAN KESEHATAN**
(Studi Eksperimen pada Siswa Kelas XI IPA 1 SMA Negeri 1 Cigugur)

SKRIPSI

diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan



oleh

**FAJAR TRYADY
162191131**

**JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SILIWANGI
TASIKMALAYA
2021**

**PENGARUH PEMANASAN DENGAN MENGGUNAKAN PERMAINAN
KECIL TERHADAP PENINGKATAN MINAT BELAJAR SISWA
DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI
OLAHRAGA DAN KESEHATAN**

(Studi Eksperimen pada Siswa Kelas XI IPA 1 SMA Negeri 1 Cigugur)

Oleh,
FAJAR TRYADY
162191131

disetujui oleh,

Pembimbing I,



Dr. H. Cucu Hidayat, M.Pd
NIDN 0009046301

Pembimbing II,



H. Agus Mulyadi, M.Pd
NIDN 0427086201

disahkan oleh:

Dekan,



Dr. H. Cucu Hidayat, M.Pd
NIDN 0009046301

Ketua Jurusan,



H. Abdul Narlan, M.Pd
NIDN 0415116301

**PENGARUH PEMANASAN DENGAN MENGGUNAKAN PERMAINAN
KECIL TERHADAP PENINGKATAN MINAT BELAJAR SISWA
DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI
OLAHRAGA DAN KESEHATAN**

(Studi Eksperimen pada Siswa Kelas XI IPA 1 SMA Negeri 1 Cigugur)

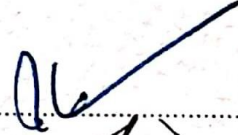
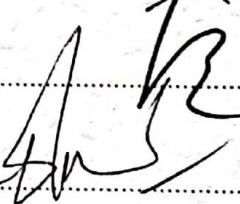



FAJAR TRYADY

162191131

Skripsi Ini Telah Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji Pada Tanggal

06 Agustus 2021

Dewan Penguji :

1. Dr. H. Cucu Hidayat, M.Pd. (.....)
2. H. Agus Mulyadi, M.Pd. (.....)
3. H. Abdul Narlan, M.Pd. (.....)
4. Iman Rubiana, S.Pd., M.Pd. (.....)
5. Agus Arief Rahmat, S.Pd., M.Pd. (.....)

PERNYATAAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi yang berjudul **Pengaruh Pemanasan Dengan Menggunakan Permainan Kecil Terhadap Peningkatan Minat Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan** (Studi Eksperimen pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Cigugur) beserta seluruh isinya adalah sepenuhnya karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat keilmuan.

Atas pernyataan ini saya menanggung konsekuensi atau sanksi apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian skripsi ini.

Tasikmalaya, Agustus 2021

Yang membuat pernyataan,



FAJAR TRYADY
162191131

ABSTRAK

FAJAR TRYADY 2020. **Pengaruh Pemanasan Dengan Menggunakan Permainan Kecil Terhadap Peningkatan Minat Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan**, (Studi Eksperimen pada Siswa Kelas XI IPA 1 SMA Negeri 1 Cigugur). Jurusan Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Siliwangi, Tasikmalaya.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemanasan dengan menggunakan permainan kecil terhadap minat belajar siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada siswa SMA Negeri 1 Cigugur. Penelitian ini menggunakan metode penelitian Eksperimen *One-Group Pretest-Posttest Design* dengan pendekatan kuantitatif. Populasi penelitian adalah semua siswa kelas XI SMA Negeri 1 Cigugur sebanyak 152 orang. Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah sebanyak 30 orang. Penelitian ini menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Instrumen yang digunakan adalah angket minat siswa. Untuk analisis datanya menggunakan *t test* atau uji t. Berdasarkan hasil penghitungan dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pemanasan dengan menggunakan permainan kecil terhadap minat belajar siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Cigugur yang dibuktikan dengan hasil nilai t_{hitung} sebesar 6.73 dan t_{tabel} sebesar 1.70 sehingga t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} dengan taraf signifikan 0.05. Besarnya pengaruh adalah sebesar 20.46 %

Kata Kunci : Pemanasan, Permainan Kecil, Minat Siswa.

ABSTRACT

FAJAR TRYADY 2020. *The Impact of Warming Using Small Games on Student Interest in Learning Physical Education, Sports and Health, (Experimental Study on Students of SMA Negeri 1 Cigugur). Department of Physical Education, Faculty of Teacher Training and Education, Siliwangi University, Tasikmalaya.*

*This study aims to determine the effect of heating by using small games on students' interest in learning sports and health physical education for students of SMA Negeri 1 Cigugur. This study used a One-Group Pretest-Posttest Design Experiment research method with a quantitative approach. The study population was all students of class XI SMA Negeri 1 Cigugur as many as 152 people. The sample used in this study were 30 people. This research uses purposive sampling technique. The instrument used was a student interest questionnaire. For data analysis using *t* test or uji *t*. Based on the results of the calculation, it can be concluded that there is a significant effect of warming up by using small games on the interest in self-study in learning sports and health physical education in class XI students of SMA Negeri 1 Cigugur as evidenced by the result of *t*_{hitung} value of 6.73 and *t*-tabel of 1.70 so that the *t*-hitung is greater than the *t*-tabel with a significant level of 0.05. The amount of influence is 20.46 %*

Keywords: Warming up, small games, student interest.

KATA PENGANTAR



Segala puji dan syukur kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada penulis, sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini. Shalawat dan juga salam senantiasa tercurah kepada Junjungan kita semua Nabi Muhammad SAW yang mengantarkan manusia dari kegelapan ke zaman yang terang benderang. Dengan nikmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul: Pengaruh Pemanasan Dengan Menggunakan Permainan Kecil Terhadap Peningkatan Minat Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Studi Eksperimen pada Siswa Kelas XI IPA 1 SMA Negeri 1 Cigugur)

Penyusunan skripsi ini bertujuan untuk memenuhi syarat-syarat untuk bisa mencapai gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Siliwangi.

Tasikmalaya, Januari 2021

Penulis,
(Fajar Tryady)

UCAPAN TERIMAKASIH

Pada kesempatan ini penulis menyadari mengenai penulisan ini tidak bisa terselesaikan tanpa pihak-pihak yang mendukung baik secara moril dan juga materil. Maka, penulis menyampaikan banyak-banyak terima kasih kepada pihak-pihak yang membantu penulis dalam penyusunan skripsi ini terutama kepada:

1. Kedua orang tua, ayahanda tersayang Asep Rudi Samsudin dan ibunda tercinta Sukmini yang memberikan dukungan moril dan materil serta doa yang dipanjatkan kepada ALLAH SWT untuk penulis.
2. Bapak Dr. H. Cucu Hidayat, M.Pd. selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Siliwangi sekaligus selaku dosen Pembimbing I yang sudah berkenan memberikan ilmu dan juga solusi untuk setiap permasalahan atau kesulitan dalam pembuatan dan penulisan skripsi ini.
3. Bapak H. Abdul Narlan, M.Pd. selaku Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan beserta staf yang sudah berkenan memberikan pengetahuan yang sangat-sangat bermanfaat selama masa perkuliahan.
4. Bapak H. Agus Mulyadi, M.Pd selaku dosen Pembimbing Skripsi II yang sudah bersedia mengarahkan dan membimbing penulis selama penyusunan skripsi dan memberikan tambahan ilmu dan solusi atas permasalahan dan kesulitan dalam penulisan
5. Bapak Defri Mulyana M.Pd. selaku dosen Pendidikan Jasmani yang ditunjuk untuk membimbing dalam penyusunan Skripsi ini sehingga penulis dapat lancer dalam penyusunan skripsi ini.
6. Seluruh Bapak dan Ibu dosen Pendidikan Jasmani yang sudah berkenan memberikan pengetahuan yang sangat-sangat bermanfaat selama masa perkuliahan.
7. Seluruh teman-teman, Aji, Encep, Ridwan, Farhan, Dimas, Ali, Jhiwana, Rizal, Galih, Rully, Rijal H, Fakhran, Ibrahim, Rias, yang senantiasa

mengisi hari-hari penulis menjadi sangat menyenangkan serta memberikan semangat dalam penyusunan Skripsil ini.

8. Orang-orang yang berada di sekeliling penulis yang tidak bisa penulis sebutkan satu per satu, yang juga senantiasa mengisi hari-hari penulis menjadi sangat menyenangkan serta memberikan semangat dalam penyusunan Skripsil ini.

Penulis menyadari bahwa Skripsi yang penulis buat ini masih jauh dari sempurna hal ini karena terbatasnya pengetahuan dan pengalaman yang dimiliki penulis. Oleh sebab itu, penulis mengharapkan adanya saran dan masukan bahkan kritik membangun dari berbagai pihak. Semoga Skripsi ini bisa bermanfaat bagi para pembaca dan pihak-pihak khususnya dalam bidang Pendidikan Jasmani.

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PENGESAHAN	i
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH.....	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
UCAPAN TERIMAKASIH.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Definisi Operasional.....	5
1.4 Tujuan Penelitian	7
1.5 Kegunaan Penelitian.....	7
BAB 2 TINJAUAN TEORETIS	9
2.1 Kajian Pustaka.....	9
2.1.1 Pendidikan Jasmani	9
2.1.2 Tujuan Pembelajaran Pendidikan Jasmani	10
2.1.3 Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan	11
2.1.4 Pengertian Pemanasan	11
2.1.5 Pengertian Permainan Kecil	12
2.1.6 Macam-macam Permainan Kecil.....	13
2.1.7 Manfaat Permainan Kecil	23
2.1.8 Pengertian Minat.....	25
2.1.9 Pengertan Belajar.....	25
2.1.10 Prinsip-Prinsip Belajar.....	26

2.1.11 Minat Belajar	26
2.1.12 Ciri-Ciri Minat Belajar	27
2.1.13 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Minat Belajar.....	27
2.1.14 Indikator Minat Belajar	28
2.2 Hasil Penelitian yang Relevan	30
2.3 Kerangka Konseptual	30
2.4 Hipotesis Penelitian.....	31
BAB 3 PROSEDUR PENELITIAN.....	32
3.1 Metode Penelitian.....	32
3.2 Variabel Penelitian	33
3.2.1 Variabel Bebas (<i>Independent Variable</i>).....	33
3.2.2 Variabel Terikat (<i>Dependent Variable</i>)	33
3.3 Desain Penelitian.....	33
3.4 Populasi dan Sampel	34
3.4.1 Populasi Penelitian	34
3.4.2 Sampel Penelitian.....	35
3.5 Teknik Pengumpulan Data	35
3.5.1 Interview (Wawancara).....	35
3.5.2 Kuesioner (Angket).....	35
3.5.3 Observasi (Pengamatan).....	35
3.6 Instrumen Penelitian.....	36
3.6.1 Alat Ukur.....	36
3.6.2 Kisi-kisi Instrumen.....	37
3.6.3 Uji Coba Instrumen	38
3.7 Teknik Analisis Data.....	41
3.8 Langkah-langkah Penelitian.....	44
3.8.1 Tahap Persiapan	44
3.8.2 Tahap Pelaksanaan	45
3.8.3 Tahap Akhir	45
3.9 Waktu dan Tempat Penelitian	45
BAB 4 PEMBAHASAN	46

4.1 Hasil Penelitian	46
4.2 Penghitungan Rata-rata, Standar Deviasi, dan Varians	48
4.3 Hasil Pengujian Persyaratan Analisis.....	48
4.3.1 Hasil Pengujian Distribusi Normal	48
4.3.2 Hasil Pengujian Homogenitas	49
4.4 Pengujian Hipotesis.....	49
4.5 Pembahasan Hasil Penelitian	50
BAB 5 SIMPULAN DAN SARAN.....	52
5.1 Simpulan	52
5.2 Saran.....	52
DAFTAR PUSTAKA	54
LAMPIRAN.....	56
RIWAYAT HIDUP	103

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Desain Penelitian <i>One-Group Pretest-Posttest Design</i>	34
Tabel 3.2 Kategori Penyekoran Alternatif Jawaban	37
Tabel 3.3 Kisi-kisi Instrumen	38
Tabel 3.4 Hasil Uji Validitas.....	40
Tabel 4.1 Data Hasil Penelitian.....	46
Tabel 4.2 Rata-rata, Standar Deviasi, dan Varians	48
Tabel 4.3 Hasil Pengujian Distribusi Normal	48
Tabel 4.4 Hasil Pengujian Homogenitas	49
Tabel 4.5 Hasil Analisis Data Dengan Uji t.....	50

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Permainan Jalan Naga	15
Gambar 2.2 Permainan Menjala Ikan.....	17
Gambar 2.3 Permainan Hitam Hijau	19
Gambar 2.4 Permainan Angka	22

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Keputusan Pembimbing	56
Lampiran 2. Surat Izin Observasi/Penelitian	57
Lampiran 3. Surat Keterangan Sudah Melakukan Penelitian	58
Lampiran 4. Suerat Keterangan Ahli	59
Lampiran 5. Program Pembelajaran.....	60
Lampiran 6. Angket Uji Coba	69
Lampiran 7. Data Uji Validitas	75
Lampiran 8. Penghitungan Data Uji Validitas	77
Lampiran 9. Angket Penelitian	79
Lampiran 10. Data Hasil Penelitian <i>Pre-test</i>	85
Lampiran 11. Data Hasil Penelitian <i>Post-test</i>	87
Lampiran 12. Uji Normalitas <i>pre-test</i> dengan menggunakan Uji Chi Kuadrat ..	89
Lampiran 13. Uji Normalitas <i>post-test</i> dengan menggunakan Uji Chi Kuadrat .	91
Lampiran 14. Uji Homogenitas	93
Lampiran 15. Uji Hipotesis <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i>	94
Lampiran 16. Tabel Distribusi Normal	95
Lampiran 17. Tabel Nilai Kritis L untuk Uji Lilifors	96
Lampiran 18. Tabel Distribusi F	97
Lampiran 19. Tabel Distribusi t	99
Lampiran 20. Dokumentasi.....	100