

## Analisis Deskriptif Hasil Belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan Berdasarkan Gaya Belajar SMP

H. Syamsu

UPTD SPF SMP Negeri 4 Liriaja

✉Corresponding email: [syamsupjok9@gmail.com](mailto:syamsupjok9@gmail.com)

Article info	Abstract
<p><u>Article History</u></p> <p><u>Received :</u> <u>25/05/2021</u></p> <p><u>Accepted :</u> <u>29/07/2021</u></p> <p><u>Published :</u> <u>27/11/2021</u></p>	<p>Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan hasil belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) siswa berdasarkan gaya belajar di UPTD SPF SMP Negeri 4 Liriaja. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif dengan pendekatan kuantitatif untuk menjelaskan sebaran frekuensi hasil belajar PJOK siswa berdasarkan jenis gaya belajarnya. Penelitian ini dilakukan dengan melibatkan 65 siswa sebagai sampel penelitian yang dipilih secara <i>proportional random sampling</i>. Data penelitian dikumpulkan melalui hasil belajar PJOK semester sebelumnya, dan dalam bentuk angket untuk data tipe gaya belajar siswa. Hasil penelitian bahwa pada skal tertinggi (<math>92 &lt; X \leq 100</math>) sebanyak 15 siswa memiliki gaya belajar kinestetik yang jauh lebih banyak dibandingkan gaya belajar audio dan visual. Pada skala hasil belajar (<math>83 &lt; X \leq 91</math>) terdapat 9 siswa yang memiliki gaya belajar kinestetik dengan perbedaan cukup jauh daripada gaya belajar audio dan visual. Hal yang sama juga terjadi pada skala hasil belajar lainnya dengan selisih yang signifikan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa deskriptif Gaya belajar kinestetik menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi pencapaian hasil belajar PJOK siswa di UPTD SPF SMP Negeri 4 Liriaja, kemudian gaya belajar visual dan audio.</p> <p>Kata Kunci : Gaya Belajar, Hasil Belajar, PJOK</p> <p><i>The purpose of this study was to describe the learning outcomes of Physical Education, Sports and Health (PJOK) of students based on learning styles at UPTD SPF SMP Negeri 4 Liriaja. The research method used is descriptive with a quantitative approach to explain the frequency distribution of students' PJOK learning outcomes based on the type of learning style. This research was conducted by involving 65 students as research samples selected by proportional random sampling. The research data was collected through the results of the previous semester's PJOK study, and in the form of a questionnaire for the type of student learning style data. The results showed that on the highest scale (<math>92 &lt; X \leq 100</math>) as many as 15 students had more kinesthetic learning styles than audio and visual learning styles. On the learning outcomes scale (<math>83 &lt; X \leq 91</math>) there are 9 students who have a kinesthetic learning style with quite a difference than the audio and visual learning styles. The same thing also happened to other learning outcomes scales with a significant difference. So it can be concluded that the descriptive kinesthetic learning style is one of the factors that influence the achievement of student learning outcomes of PJOK at UPTD SPF SMP Negeri 4 Liriaja, then visual and audio learning styles.</i></p> <p><b>Keyword:</b> Learning style, learning outcomes, PJOK</p>

## Pendahuluan

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan bagian pendidikan yang memiliki peranan penting dalam 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 (Kemdikbud,2013).

Pendidikan adalah wadah pengembangan sumber daya manusia yang tetap berlangsung seumur hidup. Pendidikan tidak hanya terfokus pada pengembangan ilmu pengetahuan, tetapi Pendidikan memiliki sarana pedagogis yang harus dilengkapi dengan pengembangan jasmani, olahraga dan Kesehatan. Karena gerak merupakan aktivitas dasar bagi manusia untuk mengenal dunia ilmu pengetahuan dan dirinya sendiri secara alami mengikuti perkembangan zaman.

Menurut Muhardi & Wijayanti (2017) bahwa olahraga dapat menjaga kondisi fisika agar tidak mudah kelelahan dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari, termasuk dalam proses belajar dan mengikuti pembelajaran. Dini (2012) menyatakan bahwa PJOK identik dengan permainan yang melatih jiwa kompetitif untuk dapat mengendalikan diri sendiri maupun kelompok termasuk beradaptasi dengan alam.

Olehnya itu, pembelajaran PJOK menjadi pelajaran wajib dalam Pendidikan jenjang SMP atau sederajat yang hakekatnya mampu memberi kontribusi nyata pada pengembangan kognitif siswa, termasuk dalam hal fisik, mental dan emosional (Hartono dkk, 2013).

Hasil observasi peneliti sekaligus sebagai Guru PJOK di UPTD SPF SMPN Negeri 4 Liriaja menunjukkan fakta bahwa

hasil belajar PJOK siswa pada kelas VII, VIII, dan IX secara keseluruhan terbagi menjadi 3 (tiga) kategori kurang, sedang, dan tinggi dengan frekuensi hampir sama pada setiap kategori. Menjadi pertanyaan mendasar bagi peneliti/Guru sendiri bahwa terdapat sebagian siswa mengikuti aktivitas PJOK terkesan terpaksa, bermalas-malasan sehingga memperoleh hasil belajar yang kurang memuaskan. Akan tetapi di mata pelajaran yang lain terdapat keunggulan hasil belajar. Harapannya, pada mata pelajaran PJOK secara menyeluruh mampu mengikuti aktivitas pembelajaran secara maksimal dan minimal berada pada kategori sedang terkait hasil belajar yang diperoleh.

Fakta tersebut di atas di jawab oleh Slameto (2013) bahwa hasil belajar siswa dipengaruhi oleh 2 (dua) faktor, yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal, yaitu faktor yang datang dari luar diri siswa seperti cara orang tua mendidik, suasana rumah, ekonomi keluarga. Sedangkan faktor internal, yaitu faktor yang timbul dari siswa itu sendiri.

Secara rinci, faktor yang mempengaruhi hasil belajar adalah:

- a. Faktor internal, yaitu faktor yang berasal dari dalam diri siswa. Faktor ini terdiri dari: 1) aspek fisiologis yaitu faktor yang berasal dari dalam diri siswa yang bersifat jasmaniah; 2) aspek psikologis yaitu faktor yang berasal dari dalam diri siswa yang bersifat rohaniah, seperti intelegensi siswa, sikap siswa, bakat, minat dan motivasi siswa.
- b. Faktor eksternal, yaitu faktor yang berasal dari luar diri siswa. Faktor ini dibedakan menjadi 2 macam yaitu: 1) Lingkungan sosial, lingkungan ini terdiri dari orang tua, keluarga, guru, teman dan masyarakat; 2) Lingkungan non sosial, terdiri dari ruang tinggal, alat-alat belajar, gedung sekolah, keadaan cuaca, dan waktu belajar.
- c. Faktor pendekatan belajar yaitu segala cara atau strategi yang digunakan siswa dalam menunjang keefektifan dan

efisiensi proses belajar materi tertentu termasuk Gaya belajar siswa.

Keberhasilan proses pembelajaran peserta didik, tidak terkecuali pada mata pelajaran PJOK salah satunya tercermin dari hasil belajar yang diperoleh peserta didik, yang dipengaruhi oleh faktor internal, eksternal dan gaya belajar siswa.

Menurut Nasution (2008) Gaya belajar adalah cara siswa melakukan aksi dan menggunakan berbagai jenis stimulus yang diterimanya pada saat proses belajar. Sobri (2013) menyatakan bahwa gaya belajar merupakan suatu kebiasaan yang diperlihatkan oleh individu dalam memproses informasi dan pengetahuan serta mempelajari suatu keterampilan.<sup>1</sup> Dengan seseorang mengetahui atau menyadari gaya belajar akan mempermudah baginya untuk menuntut ilmu.

Stimulus yang digunakan berupa Tindakan atau perilaku yang secara bersamaan diterima oleh siswa pada saat proses belajar (Nasution, 2008). Menurut Rafy (2009) bahwa gaya belajar adalah cara berpikir, merasa, mengamati, dan bertindak laku yang konsisten serta memiliki nilai seni yang pada setiap orang cenderung berbeda. Peserta didik satu dengan yang lainnya memiliki cara-cara tersendiri, gaya belajar tersendiri dalam menyerap pembelajaran yang diberikan. Gaya belajar merupakan sebuah pendekatan yang menjelaskan mengenai bagaimana individu belajar atau cara yang ditempuh oleh masing masing orang untuk berkonsentrasi pada proses, dan menguasai informasi yang sulit dan baru melalui persepsi yang berbeda (Ghufron, 2013). Gaya belajar peserta didik adalah kombinasi dari bagaimana peserta didik menyerap, lalu mengatur, dan mengolah informasi (Dirman, 2014).

Berdasarkan uraian tersebut di atas, maka sangat perlu dilakukan penelitian yang bertujuan untuk menganalisis secara deskriptif hasil belajar PJOK siswa berdasarkan gaya belajar yang dimiliki di UPTD SPF SMP Negeri 4 Liriaja.

## Metode Penelitian

Penelitian ini adalah jenis penelitian deskriptif dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Menurut Darmadi (2011) bahwa penelitian deskriptif adalah penelitian terhadap variabel yang diteliti dan dijelaskan secara deskriptif berdasarkan data yang terkumpul. Adapun populasi penelitian ini adalah siswa kelas di UPTD SPF SMP Negeri 4 Liriaja yang sedang mengikuti mata pelajaran PJOK, dengan jumlah 256 dari berbagai kelas yang berbeda. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *proportional random sampling*, sehingga terpilih 65 orang siswa sebagai sampel penelitian. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah menggunakan angket yang berisi daftar pertanyaan sesuai maksud dan tujuan penelitian (Riduwan, 2009).

Angket penelitian ini disusun berdasarkan skala Likert menurut Sugiyono (2013) untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Teknis analisis data pada penelitian ini adalah analisis deskriptif. Analisis deskriptif bertujuan untuk memberikan gambaran umum tentang variabel yang diteliti dengan cara menyajikan data ke dalam tabel distribusi frekuensi. Adapun variabel penelitian yang dideskripsikan adalah hasil belajar PJOK. Setelah data disajikan ke dalam tabel distribusi frekuensi maka dilakukan analisis persentase dan interpretasi berdasarkan gaya belajar peserta didik.

## Hasil dan Pembahasan

Variabel hasil belajar diperoleh dari hasil belajar siswa selama satu semester sebelumnya pada mata pelajaran PJOK, sedangkan variabel gaya belajar diukur dengan menggunakan skala likert dengan jumlah item pertanyaan variabel gaya belajar (30 item), maka skor minimum variabel gaya belajar adalah 30 dan skor maksimumnya adalah 150.

Hasil analisis frekuensi variabel hasil belajar siswa berdasarkan gaya belajar yang

dimiliki dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi frekuensi hasil belajar PJOK berdasarkan gaya belajar

Skala Hasil Belajar	f	f		
		Audio	Visual	Kinestetik
92 < X ≤ 100	32	8	9	15
83 < X ≤ 91	17	5	3	9
74 < X ≤ 82	12	3	5	4
65 < X ≤ 73	14	3	5	6

Berdasarkan distribusi deskriptif hasil belajar PJOK siswa berdasarkan gaya belajarnya, diperoleh skor 65 merupakan skor terendah yang diperoleh siswa pada hasil belajar sebelumnya sesuai standar KKM yang ditetapkan di sekolah. Distribusi hasil belajar PJOK berdasarkan gaya belajar menunjukkan bahwa pada skala tertinggi (92 < X ≤ 100) sebanyak 15 siswa memiliki gaya belajar kinestetik yang jauh lebih banyak dibandingkan gaya belajar audio dan visual.

Pada skala hasil belajar (83 < X ≤ 91) terdapat 9 siswa yang memiliki gaya belajar kinestetik dengan perbedaan cukup jauh daripada gaya belajar audio dan visual. Hal yang sama juga terjadi pada skala hasil belajar lainnya dengan selisih yang signifikan.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, menunjukkan bahwa gaya belajar kinestetik berkontribusi yang sangat tinggi terhadap pencapaian hasil belajar PJOK siswa selain dari minat dan bakat siswa terhadap pelajaran tersebut.

Hasil penelitian ini sejalan dengan pernyataan Rahayu (2013) bahwa pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk memperoleh kemampuan individu, baik dalam hal fisik, mental serta emosional. Artinya, mata pelajaran PJOK sangat identik dengan aktivitas fisika dalam upaya pemahaman

materi PJOK itu sendiri. Hal ini sejalan dengan karakteristik gaya belajar kinestetik yang lebih banyak melibatkan aktivitas fisik dalam belajar. Oleh karena itu, pada siswa tertentu dengan gaya belajar selain kinestetik, diperlukan kreativitas guru untuk mengembangkan metode pembelajaran PJOK dalam memfasilitasi gaya belajar siswa tipe audio dan visual, sehingga seluruh siswa memiliki kesempatan yang sama untuk memiliki hasil belajar PJOK yang memuaskan.

Menurut Junaedi (2015) bahwa PJOK merupakan bagian dari pendidikan nasional yang harus melibatkan unsur-unsur penting berupa pikiran dan tubuh. Dimana semua aspek tersebut sangat berkaitan dalam kehidupan sehari-hari untuk menjadikan masing-masing individu agar menjadi baik. Artinya, setiap siswa harus memiliki hasil belajar yang seimbang antara mata pelajaran yang satu dan lainnya, termasuk antara mata pelajaran yang identik dengan aktivitas fisik dengan mata pelajaran yang identik dengan aktivitas kognitif. Walaupun pada salah satunya adalah keahlian yang harus dikembangkan lebih utama.

## Simpulan

Simpulan dalam penelitian ini adalah secara deskriptif Gaya belajar kinestetik menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi pencapaian hasil belajar PJOK siswa di UPTD SPF SMP Negeri 4 Liliraja, kemudian gaya belajar visual dan audio.

## Daftar Pustaka

- Darmadi, Hamid. 2011. Metode Penelitian Pendidikan. Bandung: Alfabeta.
- Dirman. 2014. Karakteristik Peserta Didik. Jakarta: PT. Renika Cipta
- Ghufron, M.N. 2013. Gaya Belajar Kajian Teoritik. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Hartono, Soetanto, dkk. 2013. Pendidikan Jasmani (Sebuah Pengantar). Surabaya: Unesa University Press

- Junaedi, Anas. Survei tingkat kemajuan Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di SMA, SMK, dan ma Negeri se-Kabupaten Gresik. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan* Volume 03 Nomor 03 Tahun 2015, 834 - 842.
- Muhardi, M., & Wijayanti, N. P. N. (2017). Tingkat kesegaran jasmani siswa SMPN1Bangko Kabupaten Rokan Hilir. *Jurnal Online Mahasiswa (JOM) Bidang Keguruan dan Ilmu Pendidikan*, 3(2), 1-10.
- Nasution, S. 2008. *Berbagai Pendekatan Dalam Proses Belajar dan Mengajar*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Rafy, Saputri. 2009. *Psikologi Islam*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Rahayu, Ega Trisna. 2013. *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.
- Riduwan. 2009. *Belajar Mudah Penelitian Untuk GuruKaryawan dan Peneliti Pemula*. Bandung: Alfabeta.
- Rosdiani, Dini. 2012. *Dinamika Olahraga dan Pengembangan Nilai*. Bandung.
- Slameto. 2013. *Belajar Dan Faktor-Faktor Yang mempengaruhinya*, 6 ed. Jakarta: Rineka Cipta
- Sobri, Sutikno. 2013. *Belajar dan Pembelajaran*. Lombok: Holistika
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

### **Profil Penulis**

H. Syamsu, S.Pd. M.Pd. lahir pada tanggal 31 Desember 1965. Telah menempuh Pendidikan Sarjana dan Magister di bidang Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dan sekarang bertugas sebagai Guru mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di UPTD SPF SMP Negeri 2 Liliraja