

Pengaruh Jam Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan terhadap Minat Belajar Siswa SMAN 1 Sidayu Gresik

Muhammad Rizal Alfarabi¹, Bambang Ferianto Tjahyo Kuntjoro²

^{1,2}Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Negeri Surabaya

e-mail: muhammadrizal.19064@mhs.unesa.ac.id

Abstrak

Jam pelajaran merupakan keterangan waktu pelaksanaan proses berlangsungnya belajar dan mengajar di sekolah. SMAN 1 SIDAYU GRESIK merupakan salah satu sekolah yang pelaksanaan pelajarannya sangat beragam terutama pada pelajaran PJOK. Di SMAN 1 SIDAYU GRESIK pelaksanaan pelajaran PJOK dibagi menjadi beberapa waktu, yaitu pagi, siang, dan sore. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui apakah ada pengaruh dari jam pelajaran terhadap minat belajar siswa pada pelajaran PJOK dan juga untuk mengetahui seberapa besar minat siswa untuk mengikuti pelajaran PJOK di SMAN 1 SIDAYU GRESIK. Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 68 siswa yang berasal dari 2 kelas yang pelaksanaan pelajaran PJOK nya berbeda. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini ada 2 jenis, yaitu berupa angket dan wawancara. Hasil penelitian yaitu hasil dari minat belajar kelas pagi berjumlah 1631 dan persentasenya sebesar 60%, masuk dalam kategori cukup baik. Lalu hasil minat belajar dari kelas siang berjumlah 1423 dan persentasenya sebesar 53%, masuk dalam kategori cukup baik. Jadi, dari kedua data di atas menunjukkan kelas pagi lebih besar 7% jumlah persentasenya. Kemudian untuk hasil wawancara terkait waktu pelaksanaan pembelajaran pada kelas pagi mendapatkan 33 siswa atau 97% memilih pagi, sedangkan pada kelas siang mendapatkan 30 siswa atau 88% memilih pagi. Jadi, dari kedua data tersebut menunjukkan jika siswa lebih tertarik jika pembelajaran PJOK dilaksanakan di pagi hari.

Kata kunci: *Jam Pelajaran, Minat, PJOK, Pengaruh.*

Abstract

Class hours are a description of the time when the teaching and learning process takes place at school. SMAN 1 SIDAYU GRESIK is one of the schools where the implementation of lessons is very diverse, especially in PJOK lessons. At SMAN 1 SIDAYU GRESIK, the implementation of PJOK lessons is divided into several times, namely morning, afternoon and evening. The aim of this research is to find out whether there is an influence of class hours on students' interest in learning in PJOK lessons and also to find out how much

interest students have in taking PJOK lessons at SMAN 1 SIDAYU GRESIK. This type of research is quantitative descriptive research. The sample used in this research was 68 students from 2 classes where the implementation of PJOK lessons was different. There are 2 types of instruments used in this research, namely questionnaires and interviews. The results of the research, namely the results of interest in studying in the morning class, amounted to 1631 and the percentage was 60%, which is in the quite good category. Then the results of interest in learning from the afternoon class were 1423 and the percentage was 53%, which is in the quite good category. So, the two data above show that the morning class is 7% larger in percentage. Then for the interview results regarding the time of learning in the morning class, 33 students or 97% chose morning, while in the afternoon class there were 30 students or 88% chose morning. So, these two data show that students are more interested if PJOK learning is carried out in the morning.

Keywords : *Class Hours, Interest, PJOK, Influence*

PENDAHULUAN

Dalam suatu kenegaraan perlu memunculkan manusia yang berkualitas sehingga dapat bermanfaat bagi bangsa maupun negara. Oleh karena itu, pendidikan menjadi hal yang sangat penting dalam kehidupan berbangsa dan bernegara. Dalam UU nomor 20 TAHUN 2003 BAB 1 pasal 1 dikatakan 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 yang mulia, serta keterampilan yang di perlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara. Dari undang-undang tersebut dapat di artikan bahwa pendidikan sangat di perlukan bagi setiap individu.

Pendidikan dapat dimulai sejak anak usia dini tanpa harus menunggu anak umur sekian. Karena pendidikan itu di dapat dari kata didik, yang dimana dalam usia dini anak juga sudah bisa dan perlu dimulai di didik di rumah dengan lingkup keluarga, yang dapat dimulai dari kebiasaan yang baik, pola hidup sehat, mengenal nama hewan dan bentuk-bentuk huruf. Ki Hajar Dewantara mengungkapkan bahwa pendidikan merupakan suatu bentuk tuntunan hidup bagi seseorang yang didapat sejak ia lahir, dan dari pendidikan pula seseorang dapat menemukan jati diri, bakat maupun minat dalam suatu hal dalam kehidupannya. Ada pula pendapat lain yang mengatakan yakni, menurut Riyanto, 2012 (dalam Ika Wanda Ratnasari 2017: 290) Pendidikan merupakan suatu proses terwujudnya Generasi muda untuk siap bersaing di era globalisasi dan juga sebagai tuntutan zaman. Pendidikan sendiri memiliki beberapa tahapan, dimulai dari taman kanak-kanak kemudian di lanjut dengan SD, SMP, dan SMA, bahkan ada pula pendidikan sampai ke jenjang perkuliahan, guna untuk mendalami suatu ilmu tertentu.

Dalam dunia pendidikan terutama dijenjang SMA tentu sangat banyak jenis pelajaran yang diberikan di sekolah, dan pelajaran PJOK menjadi salah satu dari banyaknya jenis pelajaran yang diberikan. PJOK merupakan salah satu mata pelajaran yang berisi tentang berbagai jenis olahraga dan pola hidup yang sehat. PJOK pada hakekatnya adalah suatu bentuk proses pendidikan yang memakai fisik sebagai salah satu hal yang paling utama

yang memiliki fungsi untuk meningkatkan kebugaran fisik seseorang. Dengan adanya pelajaran pjok siswa diharapkan dapat menjadi individu yang lebih bugar dalam kehidupan sehari-hari, dan dapat di jadikan sebagai contoh untuk masyarakat di luar yang belum menjalankan pola hidup sehat. Tidak hanya itu, diadakannya PJOK di sekolahan tentunya untuk mengetahui pula bakat dan minat siswa terhadap kemampuan akademik dan non-akademik karena sekolah merupakan prasarana dalam melakukan suatu pendidikan. Sekolah juga dijadikan rumah kedua bagi siswa, karena di sekolah siswa dapat mendapatkan ilmu dan pelajaran.

Menurut Yusran Pora (dalam Novi Fuji) “sekolah bukan hanya tempat bagi siswa menuntut ilmu saja, akan tetapi sekolah juga menjadikan sebagai tempat berkumpul dan belajar bersama antara siswa satu dengan siswa lainnya dan siswa dengan guru, di sekolah juga dapat saling mengamati dan memahami lingkungan sekitar baik melalui interaksi maupun pandangan setiap individu”. oleh karena itu sekolah juga sering dijadikan sebagai tempat rekreasi bagi siswa karena di sekolah dapat dijadikan sebagai kumpul dengan teman lainnya untuk membahas suatu tugas, melakukan kegiatan ekstrakurikuler ataupun sebagai tempat berkumpul bareng saat sekolah sedang libur. Saat pembelajaran aktif di sekolah siswa harus mengikuti jam pembelajaran yang telah ditentukan oleh masing-masing sekolahan. Pada sekolah jenjang SMA khususnya di sekolah negeri sudah mengikuti program sekolah fullday, dimana sekolah masuk hari senin sampai dengan jumat saja, akan tetapi jam pulang saat fullday akan lebih lama atau lebih diperpanjang jam belajar di sekolah yakni di mulai dari jam 7 s/d jam 3 sore. Lamanya proses pembelajaran di sekolah membuat siswa seringkali merasa bosan di sekolahan oleh karena itu vasilitas yang ada di sekolah sangat diperlukan, tentunya dengan beberapa macam peralatan atau fasilitas sekolah di perbaiki dan di tambahkan, baik dari segi sarana di perpustakaan, di taman sekolah sampai dengan sarana olahraga yang lengkap sehingga siswa dapat bermain atau berkumpul saat jam istirahat. Setelah sarana dan prasarana terpenuhi dengan baik maka yang perlu diperhatikan selanjutnya yaitu jam pembelajaran.

Jam pembelajaran di sekolah juga berpengaruh dalam dunia persekolahan terutama bagi siswa. Pelaksanaan pelajaran PJOK pada jam 7 dan 8 sangat rentan siswa mengalami dehidrasi jika dilaksanakan di lapangan terbuka saat terjadinya musim kemarau, oleh karena itu jam pembelajaran juga sangat diperlukan untuk kenyamanan dan kelancaran saat belajar dan mengajar di sekolah. Jam pembelajaran adalah suatu arti dari waktu pelaksanaan pembelajaran. Waktu belajar ialah kata yang terdiri dari kata jam dan belajar. Arti dari jam pembelajaran sendiri yakni sebagai patokan waktu atau penempatan pembelajaran yang ada di sekolahan. Jam merupakan suatu bentuk kata keterangan yang menjelaskan tentang waktu, menurut Choan-Seng Song (dalam Charina Aprilianti), “waktu merupakan suatu ruang yang di dalamnya kita dapat melakukan berbagai jenis aktivitas”. Sedangkan pembelajaran merupakan suatu bentuk aktivitas interaksi antara individu satu dengan individu lainnya, semisal berada di sekolah maka pembelajaran tersebut diartikan jika pembelajaran adalah salah satu proses komunikasi antar pengajar dengan peserta didik, menurut Suardi (dalam Simbolon,dkk 2021:2) pembelajaran merupakan suatu bentuk bantuan ilmu pengetahuan yang diberikan oleh pengajar kepada anak didik untuk membentuk sikap peserta didik, penguasaan kemahiran dan kepercayaan diri seorang

peserta didik. Jadi, jam pembelajaran merupakan suatu aktivitas yang terjadi di lingkungan persekolahan yang melibatkan beberapa orang sehingga terdapat unsur pengajaran berupa ilmu dari seorang pendidik kepada peserta didik.

Dalam sekolah terdapat berbagai macam pelajaran, dan pada macam-macam pelajaran tersebut memiliki peminat masing-masing yang lebih digemari oleh siswa, contohnya; ada siswa yang lebih suka terhadap pelajaran seni dan ada juga beberapa siswa yang suka terhadap pelajaran geografi, akan tetapi adajuga siswa menyukai pelajaran PJOK. Dengan berbagai macam karakter siswa, maka minat juga menjadi poin penting dalam pembelajaran, karena jika dalam pembelajaran kurang memiliki minat pada suatu pelajaran, maka daya Tarik dalam diri juga akan menurun. Terdapat 2 faktor yang ada untuk mempengaruhi minat, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Seperti yang di katakan Sudjana, 2013 (dalam dalam Ika Wanda Ratnasari 2017: 292) pengaruh teman sebaya sangat berpengaruh dan lebih cepat merasuk kedalam jiwanya. Oleh sebab itu faktor internal perlu di bangun lebih kokoh dengan di landasi minat. Jika minat sudah terbentuk maka proses pembelajaran akan menjadi lancar. Minat belajar dapat meningkat jika di imbangi dengan penggunaan media teknologi, kondisi, dan lingkungan Jayul&Irwanto (dalam Tri Junianto 2022:204). Oleh karena itu minat siswa pada pelajaran olahraga dalam lingkungan persekolahan sangat berpengaruh untuk proses pembelajaran.

Berdasarkan pengalaman di lapangan pada saat saya melaksanakan PLP (Pengenalan Lingkungan Persekolahan) di UPT SMPN 2 Gresik, terdapat beberapa siswa yang suka berteduh dan juga banyak yang tidak sabar untuk segera beristirahat agar bisa segera membeli es di pinggir lapangan pada saat pelaksanaan pelajaran jam ke 3 dan 4. Dari pengalaman tersebut saya memilih melakukan penelitian di SMA yang ada pelajaran PJOK yang dilaksanakan di atas jam 3 dan 4. Berdasarkan hasil opservasi saat saya berkunjung di SMAN 1 SIDAYU terdapat siswa yang terlihat malas saat mengikuti pelajaran PJOK pada jam ke 5 dan 6 saat terjadi pembelajaran di lapangan terbuka. Data dari hasil wawancara pada tanggal 5 Januari 2023 dengan Bapak M. Zaky Saputro, S. Pd selaku guru PJOK di SMAN 1 SIDAYU beliau mengatakan bahwa kendala pada pembelajaran hanya tergantung pada guru yakni bagaimana cara mengajarnya. Hasil wawancara memberikan jawaban bahwa guru menjadi salah satu poin dalam suatu proses pembelajaran, akan tetapi yang perlu digaris bawahi yakni apakah ada pengaruh dari jam pembelajaran olahraga terhadap minat belajar. Oleh karena itu, diperlukan penelitian selanjutnya dalam bentuk karya ilmiah dengan judul Pengaruh Jam Pelajaran PJOK Terhadap Minat Belajar Siswa di SMAN 1 Sidayu.

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif karena bertujuan untuk mencari tau pengaruh pada variabelnya, yaitu jam pembelajarn PJOK terhadap minat belajar siswa. Jenis pendekatan yang dipakai pada penelitian ini yaitu pendekatan kuantitatif dikarenakan pada penelitian ini banyak mengandung angka-angka atau perhitungan dalam pengumpulan data bersumber dari kuisisioner/angket yang diberikan ke seluruh siswa kelas 11 di SMAN 1 SIDAYU. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI-4 dan XI-8 yang terdapat 68 siswa. Pada kelas XI-8 pelaksanaan pelajaran PJOK di siang hari yakni jam ke 7

dan 8 dan untuk kelas XI-4 terjadi di pagi hari yakni jam ke 1 dan 2. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu berupa wawancara dan angket. Demikian pula analisis data pada penelitian ini menggunakan rumus yang dikemukakan oleh Rusydi, yakni:

$$M_x = \frac{\sum x}{N}$$

(Rusydi,2018:62)

Keterangan :

M_x = Mean yang dicari

$\frac{\sum x}{N}$ = Jumlah dari skor yang ada

N = jumlah soal

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan pada siswa kelas XI-4 dan XI-8 di SMAN 1 SIDAYU GRESIK tahun ajaran 2023/2024 yang dilaksanakan pada tanggal 7 september 2023 dan 22 september 2023 di ruang kelas sekolah SMAN 1 SIDAYU GRESIK. Hasil penelitian ini diperoleh dari dua sumber, untuk sumber yang pertama didapatkan melalui angket yang telah diadopsi dari septianingrum yang berjumlah 27 soal. Pengisian angket melalui google form yang telah dibagikan dari peneliti ke ketua kelas dan dilanjutkan dari ketua kelas dikirim ke grup whatsapp kelas. Setelah semua hasil angket diperoleh jawaban tiap soal peneliti memasukkan kedalam tabel yang kemudian akan dihitung menggunakan rumus yang telah ditentukan. Hasil dari tiap soal pada angket yang dimasukkan ke dalam table dipilih berdasarkan analisa univariat yaitu dilihat dari ukuran variabilitasnya. Ukuran variabilitas dapat dipilih berdasarkan hasil yang tertinggi atau terendah. Hasil angket yang diperoleh dari kelas XI-4 mendapatkan jumlah 1631 yang jika dimasukkan ke dalam rumus mendapatkan total persentase sebesar 60%.

$$\begin{aligned} M_x &= \frac{\sum x}{N} \\ &= \frac{1631}{27} \\ &= 60.4\% \\ &= 60\% \end{aligned}$$

Sedangkan hasil angket dari kelas XI-8 mendapatkan jumlah 1423 dan jika dimasukkan kedalam rumus mendapatkan total persentase sebesar 53%.

$$\begin{aligned} M_x &= \frac{\sum x}{N} \\ &= \frac{1423}{27} \\ &= 52.7\% \\ &= 53\% \end{aligned}$$

kedua kelas memiliki selisih sebesar 7%, akan tetapi kedua kelas tersebut masuk dalam kategori cukup baik sesuai dengan kriteria persentase yang telah ditetapkan oleh Sudijiono yaitu berada diantara 41%-60%. Sedangkan hasil yang kedua menggunakan

teknik wawancara, wawancara pada penelitian ini menggunakan seluruh sampel yang berjumlah 68 siswa yang terbagi menjadi 2 kelas, yaitu 34 siswa dari kelas pagi dan 34 siswa dari kelas siang. Wawancara dalam penelitian ini menggunakan jenis wawancara terpimpin, karena peneliti telah menyiapkan soal yang akan diberikan kepada responden atau siswa dan cara menjawabnya pun sudah sesuai dengan yang diharapkan peneliti. Hasil wawancara dalam penelitian ini juga dianalisis menggunakan analisa yang dikemukakan oleh milles dan hubberman yang meliputi 3 alur yaitu reduksi data (data reduction) yaitu data yang didapatkan berupa narasi, reduksi data artinya data yang diperoleh akan disimpelkan lagi, disederhanakan dan dibuang yang tidak diperlukan, data narasi yang didapatkan dalam penelitian ini cukup beragam, akan tetapi semuanya memiliki jawaban yang intinya terdapat kesamaan dengan yang lainnya. Selanjutnya yang kedua yaitu penyajian data (data display), yang dimaksud penyajian data dalam milles dan hubberman adalah kumpulan-kumpulan informasi yang didapatkan secara terperinci dan tersusun yang kemudian akan menuju pada kesimpulan dan akan diberikan pengambilan tindakan, kemudian alur ketiga yang dikemukakan oleh milles dan hubberman yaitu penarikan simpulan. Adapula hasil tes wawancara yang digunakan untuk mengetahui pendapat siswa terkait pelaksanaan pembelajaran PJOK yaitu pada kelas pagi mendapatkan 33 siswa atau 97% memilih pagi hari untuk pelaksanaan pembelajaran PJOK, akan tetapi terdapat 1 siswa yang memilih siang hari. Seperti yang disampaikan N1, menurutnya pelajaran PJOK dilaksanakan di siang hari, karena di pagi hari tubuh sudah dilatih dengan kegiatan atau aktivitas di pagi harinya sehingga tubuh sudah panas dan siap melakukan aktivitas selanjutnya. Demikian pula pada kelas siang mendapatkan 30 siswa atau 88% memilih pagi hari. Akan tetapi, terdapat 4 siswa yang tetap memilih siang hari. Dintaranya N2, menurutnya PJOK dilaksanakan di siang hari dengan alasan agar tidak berganti seragam lagi karena posisi pelaksanaan pelajaran PJOK nya sudah mendekati jam pulang sekolah. Begitu juga tanggapan yang diberikan oleh N3, beliau lebih memilih siang hari agar tidak berganti seragam lagi. Adapun tanggapan dari N4 yang mengatakan jika pelaksanaan pelajaran PJOK di siang hari, meskipun panas yang penting tidak berganti seragam lagi. Sama halnya yang dikatakan oleh N5, beliau mengatakan jika pelajaran PJOK dilakukan disiang hari karena setelah pelajaran berakhir siswa dapat beristirahat lebih lama dan bisa menunggu bel pulang tanpa harus berganti pakaian lagi.

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada tanggal 7 september 2023 dan 22 september 2023 di SMAN 1 SIDAYU mendapatkan hasil jika minat siswa pada pelajaran PJOK berada dalam kategori cukup baik, karena pada kelas XI-4 mendapatkan total presentase dari angket yaitu sebesar 60%, sedangkan kelas XI-8 mendapatkan total presentase sebesar 53%. Dan hasil yang didapatkan dari wawancara dengan siswa mendapatkan 2 pembahasan, pembahasan yang pertama yaitu kelas XI-4 mendapatkan jumlah presentase sebesar 95,8% dan kelas XI-8 mendapatkan jumlah presentase sebesar 93,4%. Adapun hasil dari wawancara pembahasan kedua yaitu mendapatkan total 97% pilihan pagi dari kelas XI-4 dan 88% pilihan pagi dari kelas XI-8. Dari hasil wawancara, kedua pembahasan tersebut masuk dalam kategori sangat baik, yang artinya jam pelajaran

PJOK sangat berpengaruh terhadap minat belajar siswa siswa. Jadi, penelitian ini sudah menjawab rumusan masalah di atas yaitu adanya pengaruh jam pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan terhadap minat belajar siswa SMAN 1 SIDAYU.

DAFTAR PUSTAKA

- Administrator. 15/04/2020. pengertian pendidikan menurut ahli,(online), ([https://www.smkn1perhentianraja.sch.id/read/5/pengertian-pendidikan-menurut-ahli#:~:text=Menurut%20Ki%20Hajar%20Dewantara%20\(Bapak,sebagai%20manusi%20dan%20sebagai%20anggota\)](https://www.smkn1perhentianraja.sch.id/read/5/pengertian-pendidikan-menurut-ahli#:~:text=Menurut%20Ki%20Hajar%20Dewantara%20(Bapak,sebagai%20manusi%20dan%20sebagai%20anggota))
- Aprilianti,Charina. 31 Januari 2016. “manajemen waktu, Nyawa dari suksesnya sebuah acara”,(online), (<https://gambarbrand.com/manajemen-waktu-nyawa-dari-suksesnya-sebuah-acara/>)
- Astuti,Novi Fuji.12 september 2022. “Pengertian sekolah menurut para ahli,berikut fungsinya”, (online), (<https://www.merdeka.com/jabar/pengertian-sekolah-menurut-para-ahli-berikut-fungsinya-klm.html>)
- Fauziyah, Ifa Faridiana. 2022. *Analisis Minat Belajar Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Kebomas Terhadap Mata Pelajaran Lintas Minat Bahasa Jepang Tahun Ajaran 2021/2022*. Surabaya: PPs Universitas Negeri Surabaya.
- Junianto,Tri. 2022. “Pembelajaran PJOK kondisi pandemi covid-19 pada siswa sekolah dasar”.*Jurnal Olahraga Pendidikan Indonesia (JOPI)*. Vol1 nomor 2 (2022) hal. 203-212
- Ratnasari,Ika Wanda. “Hubungan Minat belajar terhadap prestasi belajar matematika”.*psikoborneo, vol 5, no 2,2017:289-293*
- Simbolon.muhammad eka mardiansyah, firdaus.muhammad, etiana,febriansyah, pahlevi.muhammad lanza, dara.daryos,risdandi.bayu,putra.tama kulana. “motivasi belajar PJOK siswa SMA pada masa pandemi covid-19 di Kep.Bangka Belitung”. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*. Vol 11. No 1. Juli 2021
- Sunaryo,Septianingrum. 2016. *Minat siswa dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani di SMP NEGERI 2 Tempel Kab. Sleman daerah istimewa Yogyakarta*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta