



HUBUNGAN KEBUGARAN JASMANI DENGAN HASIL BELAJAR IPA SISWA KELAS IX SMP NEGERI 8 BANDA ACEH TAHUN PELAJARAN 2012/2013

Faisal¹, Razali¹, Yeni Marlina¹

¹Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Syiah Kuala, Banda Aceh 23111

ABSTRAK

Penelitian ini mengangkat masalah apakah terdapat hubungan antara kebugaran jasmani dengan hasil belajar IPA di SMP Negeri 8 Banda Aceh Tahun Pelajaran 2012/2013. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kebugaran jasmani dengan hasil belajar IPA siswa SMP Negeri 8 Banda Aceh Tahun Pelajaran 2012/2013. Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas IX SMP Negeri 8 Banda Aceh pelajaran 2012/2013 yang berjumlah 180. Kemudian diambil sampel dengan teknik random sampling sebanyak 35 orang (20% dari total populasi). Teknik pengumpulan data kebugaran jasmani dengan tes kebugaran jasmani dan hasil belajar IPA dengan mengambil data dokumentasi berupa nilai rapor siswa. Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan rumus korelasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kebugaran jasmani dengan hasil belajar IPA siswa IX SMP Negeri 8 Banda Aceh Tahun Pelajaran 2012/2013 dengan ($r = 0,70$). Kebugaran jasmani memberi kontribusi sebesar 49,7% terhadap hasil belajar IPA pada SMP Negeri 8 Banda Aceh.

Kata kunci : kebugaran jasmani, hasil belajar

PENDAHULUAN

Pendidikan dilihat dari undang-undang tentang sistem pendidikan akan berbeda tetapi maksudnya tetap tertuju pada potensi diri. Hal tersebut tercantum dalam undang-undang sistem pendidikan No 20 tahun 2003 bahwa: Peserta didik adalah anggota masyarakat yang berusaha mengembangkan potensi diri melalui proses pembelajaran yang tersedia pada jalur, jenjang, dan jenis pendidikan tertentu. Pernyataan tersebut terlihat bahwa setiap masyarakat harus berusaha mengembangkan potensi diri dengan cara belajar melalui pendidikan yang disediakan oleh pemerintah sesuai jenjang pendidikan yang ingin dicapai oleh masyarakat dengan jalurnya masing-masing.

Lembaga pendidikan yang menjalankan tuntutan pendidikan nasional memiliki beberapa tingkat, antara lain TK, SD/MI, SMP/MTS, dan SMA/MA. Untuk menyelesaikan suatu tingkatan pendidikan siswa harus menyelesaikan mata pelajaran yaitu pelajaran ilmu pengetahuan alam (IPA), ditingkat SMP yang termasuk kedalam mata pelajaran IPA yaitu matematika, fisika dan biologi. Bidang studi pengetahuan alam berkaitan dengan cara mencari tahu tentang alam secara sistematis, sehingga IPA bukan hanya penguasaan kumpulan pengetahuan yang berupa konsep-konsep dan prinsip-prinsip saja tetapi juga merupakan suatu penemuan. Pendidikan IPA di sekolah diharapkan dapat menjadi tempat bagi siswa untuk mempelajari potensi diri dan alam semesta serta pengembangan lebih lanjut dalam menerapkannya didalam kehidupan sehari-hari.

Kebugaran jasmani merupakan salah satu syarat yang harus dimiliki oleh setiap individu sebagai tingkat kondisi fisik ataupun kemampuan kerja fisik tertentu yang dimiliki oleh seseorang.



Oleh karena itu olahraga yang dilakukan dengan tepat dan teratur dapat mempertinggi atau setidaknya mampu mempertahankan kebugaran. Apabila jasmani dalam keadaan sehat tentu kita mampu melakukan berbagai aktivitas dan kegiatan dengan lancar. Kebugaran jasmani antara lain Menurut Budi (2010:89) adalah kemampuan tubuh seseorang untuk melakukan tugas pekerjaan sehari-hari tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti.

Pendapat tersebut menjelaskan bahwa kebugaran sangatlah diperlukan dalam kehidupan untuk melakukan kegiatan/pekerjaan sehari-hari tubuh tidak mengalami kelelahan yang berarti sehingga dapat melanjutkan kegiatan sama seperti orang-orang yang bugar lainnya. Mendapatkan kondisi kesegaran jasmani yang prima seseorang perlu melakukan latihan fisik yang melibatkan komponen kesegaran jasmani dengan metode latihan yang benar. Faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi belajar disebabkan oleh faktor internal (dari dalam siswa) dan faktor eksternal (dari luar siswa), kondisi tersebut turut berperan dalam aktivitas dirinya sehari-hari. Faktor internal yang dapat mempengaruhi proses dan hasil belajar adalah keadaan/kondisi jasmani dan rohani siswa.

Faktor eksternal adalah keadaan keluarga, sekolah, lingkungan (Syah, 2010:129). Faktor yang mempengaruhi prestasi belajar yaitu kondisi jasmani siswa maka yang dimaksud didalamnya yaitu kebugaran jasmani siswa. Kebugaran jasmani adalah suatu aspek, yaitu aspek fisik dan kebugaran yang menyeluruh yang memberi kesanggupan kepada seseorang untuk menjalankan hidup yang produktif dan dapat menyesuaikan diri pada tiap pembebanan fisik yang layak (Hairy, 2006:57). Lebih lanjut Menurut Budi (2010:82) apabila jasmani kita dalam keadaan bugar dan sehat, tentu kita mampu melakukan berbagai aktivitas dan kegiatan sehari-hari dengan lancar. Sangat berbeda jika kita sedang sakit, tentu tidak bisa melaksanakan kegiatan sehari-hari dengan baik. Saat sedang sakit siswa tidak bisa masuk sekolah, belajar, ataupun bermain.

Pernyataan tersebut menjelaskan bahwa dalam kebugaran jasmani yang mempengaruhi adalah aspek fisik dimana fisik adalah nomor satu dalam melakukan suatu pekerjaan sehari-hari pekerjaan berat maupun ringan. Apabila kebugaran kurang maka belajar pun tidak bisa dilaksanakan oleh setiap siswa dan apabila siswa tidak bisa belajar maka nilai siswa tersebut akan kurang maka kebugaran siswa sangat penting untuk kelangsungan pembelajaran. Tingkat pendidikan SMP/MTS atau biasa disebut masa remaja peserta didik mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat. Pada masa ini peserta didik membutuhkan gerak yang cukup untuk menunjang pertumbuhan fisik, selain itu peserta didik juga membutuhkan perhatian dan dukungan yang positif dari lingkungannya untuk mengontrol tahap perkembangannya. Salah satu pelajaran yang sangat mendukung dalam perkembangan peserta didik merupakan pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Mengikuti pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan peserta didik sangat membutuhkan fisik yang segar guna mampu untuk melakukan setiap gerakan yang akan diajarkan.

Semua orang membutuhkan jasmani yang segar, dengan jasmani yang segar dapat membantu setiap siswa dalam mengerjakan aktivitas sehari-hari seperti belajar, sehingga semakin tinggi tingkat kesegaran siswa, maka semakin mudah siswa tersebut untuk melaksanakan aktivitas rutusnya di sekolah. Dalam hal tersebut aktivitas peserta didik dalam proses belajar mengajar di lembaga pendidikan sekolah. Kesehatan yang buruk, perkembangan fisik yang lambat menyebabkan tingkat mental yang rendah, sehingga akan mempengaruhi hasil dari belajar. Hasil belajar merupakan keterampilan-keterampilan yang dikuasai oleh siswa setelah ia mengikuti proses pembelajaran (Sudjana, 2009:22). Sesuai dengan hal tersebut, hasil belajar dapat dilihat dari kumpulan nilai-nilai selama periode waktu yang telah ditetapkan. Apabila tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan dapat dicapai dengan baik, maka dapat dikatakan bahwa proses belajar mengajar telah berhasil dilaksanakan. Logika kita dapat memahami bahwa dengan



kebugaran jasmani yang baik maka dapat mempengaruhi hasil belajar siswa pada seluruh mata pelajaran dan di dalamnya termasuk mata pelajaran IPA.

Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik untuk meneliti tentang hubungan kebugaran jasmani terhadap hasil belajar IPA secara mendalam. Alasan penulis memilih SMP Negeri 8 Banda Aceh sebagai tempat penelitian karena menurut hasil pengamatan pendahuluan yang penulis lakukan, terdapat banyak siswa yang kurang pada nilai IPA. Oleh karena itu, penulis ingin mengadakan penelitian yang berjudul “**Hubungan Kebugaran Jasmani Dengan Hasil Belajar IPA Siswa Kelas IX SMP Negeri 8 Banda Aceh Tahun Pelajaran 2012/2013**”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk dalam penelitian deskriptif korelasional, yaitu penelitian yang bertujuan untuk menemukan ada atau tidaknya hubungan antara satu variabel dengan variabel lainnya. Hal ini sesuai dengan pendapat Arikunto (1991:27) menyatakan penelitian deskriptif ini dilakukan untuk memperoleh hubungan kebugaran jasmani dengan nilai IPA. Lebih lanjut Noor (2011:34) mengatakan “Penelitian deskriptif adalah penelitian yang berusaha memecahkan suatu peristiwa/kejadian yang terjadi saat sekarang”. Sedangkan pendekatan yang digunakan untuk menjawab permasalahan adalah pendekatan korelasional, jadi penelitian ini termasuk kedalam penelitian diskriptif dengan teknik korelasional. Lebih lanjut Arikunto (1991:27) berpendapat bahwa “Dalam penelitian korelasional, peneliti memilih individu-individu yang mempunyai variasi dalam hal yang diselidiki, semua anggota kelompok yang dipilih sebagai subjek penelitian diukur mengenai jenis variabel yang diselidiki, kemudian dihitung untuk diketahui korelasinya”.

HASIL PENELITIAN

Hasil serangkaian penelitian lapangan yang dilakukan pada siswa kelas IX SMP Negeri 8 Banda Aceh, diperoleh data penelitian berupa tes kebugaran jasmani dan mengambil data berupa nilai IPA siswa tersebut. Data-data tersebut ditabulasikan kedalam tabel dan hasilnya sebagai berikut.

Data Mentah Tes Kebugaran Jasmani Pada Siswa Kelas IX SMP Negeri 8 Banda Aceh Tahun Pelajaran 2012/2013:

No	Nama	TKJI									
		Lari 50m		Gantung Angkat tubuh		Baring Duduk		Loncak Tegak		Lari 1000m	
		hasil	skor	hasil	skor	hasil	skor	hasil	skor	Hasil	skor
1	T. Rizki	7,9	3	5	2	35	4	51	2	4,16	3
2	Mujiburrahman	7,1	4	6	3	27	4	47	3	3,21	4
3	Arif Irwandi	7,1	4	6	3	31	4	50	3	3,32	4
4	Firly	8,7	3	8	3	38	5	46	3	4,58	2
5	M. Ridho	7,0	4	6	3	27	3	53	4	3,35	4
6	Kalfin	7,1	4	5	2	30	4	49	3	4,32	3
7	Putra Aulia	6,9	4	5	2	30	4	43	3	4,26	3
8	M. Zidan	6,9	4	7	3	30	4	55	4	3,36	3



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
9	Maulizin	7,6	4	10	3	38	5	54	4	3,29	4
10	Saibul	7,4	4	10	3	38	5	54	4	3,27	4
11	Muklisiin	7,1	4	8	3	29	4	55	4	3,35	4
12	Fahrizal	7,1	4	6	3	30	4	49	3	3,15	4
13	Ikal Qadri	7,7	3	5	2	35	4	45	3	3,17	4
14	Mujiburrahman	7,5	4	4	2	35	4	47	3	3,37	3
15	Muhajjir	8,9	2	9	3	20	3	60	4	3,25	4
16	Mukhalidin	8,9	2	9	3	20	3	60	4	3,25	4
17	Reza Zuliansyah	7,2	4	5	2	33	4	52	3	4,14	3
18	Saddam Husen	7,2	4	8	3	36	4	50	3	3,27	4
19	Irfiandi	7,0	4	9	3	31	4	57	4	4,28	3
20	Alfa Zikri	7,6	4	6	3	29	4	62	4	4,40	3
21	Fadil. M	7,7	3	5	2	24	3	57	4	3,49	3
22	Anzul Farhan	8,3	3	8	3	32	4	45	3	4,21	3
23	Fajar Ariski	7,5	4	10	3	35	4	52	3	5,35	2
24	Panji	7,7	3	9	4	29	3	58	4	4,40	3
25	M. Alkausar	8,6	3	6	3	33	4	48	3	4,51	2
26	Najeli	7,4	4	7	3	28	4	54	4	4,45	3
27	Maulana Jaya	6,8	4	8	3	29	4	55	4	3,35	4
28	Fahrul Rizal	9,3	2	10	3	31	4	60	4	4,15	3
29	Darmawan	6,9	4	8	3	35	4	58	4	3,36	3
30	Maulana	6,8	4	8	3	29	4	55	4	3,35	4
31	Muyasir	8,5	3	6	3	28	4	58	4	4,36	3
32	Lailul Ikram	9,4	2	11	4	36	4	60	4	4,35	3
33	M. Rizki yani	7,6	4	8	3	30	4	52	4	4,10	2
34	Noval Sidiq	7,5	4	6	3	32	4	50	3	3,35	4
35	Ibrahim	7,6	4	6	3	37	4	60	4	3,45	4

Rekapitulasi Data Mentah Dari Hasil Penelitian Pada Siswa Kelas IX SMP Negeri 8 Banda Aceh Tahun Pelajaran 2012/2013

No	Nama	Kebugaran Jasmani	Hasil Belajar IPA
1	2	3	4
1	T. Rizki	14	68
2	Mujiburrahman	18	80
3	Arif Irwandi	18	72
4	Firly	16	68
5	M. Ridho	18	74
6	Kalfin	16	70
7	Putra Aulia	16	70
8	M. Zidan	16	70
9	Maulizin	20	67
10	Saibul	20	85
11	Muklisiin	19	90
12	Fahrizal	18	85



1	2	3	4
13	Ikal Qadri	16	68
14	Mujiburrahman. AR	18	80
15	Muhajir	16	72
16	Mukhalidin	16	67
17	Reza Zuliansyah	16	70
18	Saddam Husen	18	80
19	Irfiandi	18	80
20	Alfa Zikri	18	80
21	Fadil. M	15	70
22	Anzul Farhan	16	70
23	Fajar Ariski	16	70
24	Panji	17	72
25	M. Alkausar	15	72
26	Najeli	18	75
27	Maulana Jaya	19	85
28	Fahrul Rizal	16	70
29	Darmawan	18	70
30	Maulana	19	85
31	Muyasir	17	75
32	Lailul Ikram	17	77
33	M. Rizki yani	18	80
34	Noval Sidiq	18	82
35	Ibrahim	19	85
Σ	JUMLAH	603	2634

Perhitungan Nilai Rata-Rata (X) dan (Y)

Dalam menghitung rata-rata terlebih dahulu mencari jumlah keseluruhan nilai awal dari beberapa variabel maka nilai itulah yang akan dimasukkan kedalam rumus pencarian rata-rata berdasarkan hasil tes motivasi belajar dan hasil belajar siswa sebagaimana terdapat pada tabel diatas, kemudian data yang diperoleh dilanjutkan mencari nilai rata-rata sebagai berikut:

Menghitung rata-rata kebugaran jasmani (X)

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{n} = \frac{603}{35} = 17,22$$

Berdasarkan hasil perhitungan diatas, dapat dikemukakan bahwa rata-rata kebugaran jasmani siswa SMP Negeri 8 Banda Aceh adalah 17,22.

Menghitung rata-rata hasil belajar (Y)

$$\bar{Y} = \frac{\sum Y}{n} = \frac{2634}{35} = 75,25$$

Berdasarkan hasil perhitungan diatas, dapat dikemukakan bahwa rata-rata hasil belajar IPA siswa SMP Negeri 8 Banda Aceh tahun pelajaran 2012/2013 adalah 75,25.

Tabel Penolong Untuk Mencari Standar Deviasi Kebugaran Jasmani (X)



No.	X	(X- \bar{X})	(X- \bar{X}) ²
1	14	-3.23	10.424
2	18	0.77	0.595
3	18	0.77	0.595
4	16	-1.23	1.509
5	18	0.77	0.595
6	16	-1.23	1.509
7	16	-1.23	1.509
8	16	-1.23	1.509
9	20	2.77	7.681
10	20	2.77	7.681
11	19	1.77	3.138
12	18	0.77	0.595
13	16	-1.23	1.509
14	18	0.77	0.595
15	16	-1.23	1.509
16	16	-1.23	1.509
17	16	-1.23	1.509
18	18	0.77	0.595
19	18	0.77	0.595
20	18	0.77	0.595
21	15	-2.23	4.967
22	16	-1.23	1.509
23	16	-1.23	1.509
24	17	-0.23	0.052
25	15	-2.23	4.967
26	18	0.77	0.595
27	19	1.77	3.138
28	16	-1.23	1.509
29	18	0.77	0.595
30	19	1.77	3.138
31	17	-0.23	0.052
32	17	-0.23	0.052
33	18	0.77	0.595
34	18	0.77	0.595
35	19	1.77	3.138
Σ	603		72,171

Mencari nilai standar deviasi kebugaran jasmani (X)

$$SD = \sqrt{\frac{\sum X^2 - (\sum X)^2 / n}{n-1}}$$



$$SD = \sqrt{\frac{10461 - (603)^2 / 35}{35 - 1}}$$

$$SD = \sqrt{\frac{10461 - 10388,83}{34}}$$

$$SD = \sqrt{\frac{72,171}{34}}$$

$$SD = \sqrt{2,123}$$

$$SD = 1,457$$

Berdasarkan hasil perhitungan diatas diperoleh bahwa standar deviasi kebugaran jasmani siswa SMP Negeri 8 Banda Aceh adalah 1,457

Tabel Penolong Untuk Mencari Standar Deviasi Hasil Belajar IPA (Y)

No.	Y	(Y- \bar{Y})	(Y- \bar{Y}) ²
1	2	3	4
1	68	-7.26	52.666
2	80	4.74	22.495
3	72	-3.26	10.609
4	68	-7.26	52.666
5	74	-1.26	1.580
6	70	-5.26	27.638
7	70	-5.26	27.638
8	70	-5.26	27.638
9	67	-8.26	68.180
10	85	9.74	94.923
11	90	14.74	217.352
12	85	9.74	94.923
13	68	-7.26	52.666
14	80	4.74	22.495
15	72	-3.26	10.609
16	67	-8.26	68.180
17	70	-5.26	27.638
18	80	4.74	22.495
19	80	4.74	22.495
20	80	4.74	22.495
21	70	-5.26	27.638
22	70	-5.26	27.638
23	70	-5.26	27.638
24	72	-3.26	10.609
25	72	-3.26	10.609
26	75	-0.26	0.066
27	85	9.74	94.923



1	2	3	4
28	70	-5.26	27.638
29	70	-5.26	27.638
30	85	9.74	94.923
31	75	-0.26	0.066
32	77	1.74	3.038
33	80	4.74	22.495
34	82	6.74	45.466
35	85	9.74	94.923
Σ	2634		1462,686

Mencari Standar Deviasi Hasil Belajar IPA (Y)

$$SD = \sqrt{\frac{\sum Y^2 - (\sum Y)^2 / n}{n - 1}}$$

$$SD = \sqrt{\frac{199690 - (2634)^2 / 35}{35 - 1}}$$

$$SD = \sqrt{\frac{199690 - 198227,31}{34}}$$

$$SD = \sqrt{\frac{1462,686}{34}}$$

$$SD = \sqrt{43,020}$$

$$SD = 6,559$$

Berdasarkan hasil perhitungan diatas diperoleh bahwa standar deviasi hasil belajar IPA siswa SMP Negeri 8 Banda Aceh adalah 6,559

Perhitungan Nilai Koefisien Korelasi *Product Momen*

No.	X	Y	X ²	Y ²	XY
1	2	3	4	5	6
1	14	68	196	4624	952
2	18	80	324	6400	1440
3	18	72	324	5184	1296
4	16	68	256	4624	1088
5	18	74	324	5476	1332
6	16	70	256	4900	1120
7	16	70	256	4900	1120
8	16	70	256	4900	1120
9	20	67	400	4489	1340
10	20	85	400	7225	1700
11	19	90	361	8100	1710
12	18	85	324	7225	1530



1	2	3	4	5	6
13	16	68	256	4624	1088
14	18	80	324	6400	1440
15	16	72	256	5184	1152
16	16	67	256	4489	1072
17	16	70	256	4900	1120
18	18	80	324	6400	1440
19	18	80	324	6400	1440
20	18	80	324	6400	1440
21	15	70	225	4900	1050
22	16	70	256	4900	1120
23	16	70	256	4900	1120
24	17	72	289	5184	1224
25	15	72	225	5184	1080
26	18	75	324	5625	1350
27	19	85	361	7225	1615
28	16	70	256	4900	1120
29	18	70	324	4900	1260
30	19	85	361	7225	1615
31	17	75	289	5625	1275
32	17	77	289	5929	1309
33	18	80	324	6400	1440
34	18	82	324	6724	1476
35	19	85	361	7225	1615
Σ	603	2634	10461	199690	45609

Mencari perhitungan nilai korelasi

$$r_{xy} = \frac{n \sum XY - (\sum X \cdot \sum Y)}{\sqrt{(n \sum X^2 - (\sum X)^2)(n \sum Y^2 - (\sum Y)^2)}}$$

$$r_{xy} = \frac{35 \cdot 45609 - (603 \cdot 2634)}{\sqrt{(35 \cdot 10461 - 603^2)(35 \cdot 199690 - 2634^2)}}$$

$$r_{xy} = \frac{1596315 - 1588302}{\sqrt{(366135 - 363609)(6989150 - 6937956)}}$$

$$r_{xy} = \frac{8013}{\sqrt{2526 \cdot 51194}}$$

$$r_{xy} = \frac{8013}{\sqrt{129316044}}$$

$$r_{xy} = \frac{8013}{11371,721}$$

$$r_{xy} = 0,705$$



Hasil perhitungan data diatas, menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi antara kebugaran jasmani dengan Hasil Belajar IPA Siswa kelas IX SMP Negeri 8 Banda Aceh tahun pelajaran 2012/2013 adalah 0,705.

Perhitungan Nilai Koefisien Determinasi

Setelah mendapat hasil perhitungan nilai korelasi, maka dilanjutkan mencari perhitungan determinasi ini tujuannya untuk melihat besarnya korelasi variabel X dengan Y dengan menggunakan rumus:

$$\begin{aligned} KP &= r^2 \times 100\% \\ &= 0,705^2 \times 100\% \\ &= 0,497 \times 100\% \\ &= 49,7\% \end{aligned}$$

Artinya variabel kebugaran jasmani dengan Hasil Belajar IPA Siswa kelas IX SMP Negeri 8 Banda Aceh tahun pelajaran 2012/2013 sebesar 49,7% .

Perhitungan Uji Signifikan

Berdasarkan hasil koefisien korelasi antara variabel diatas, selanjutnya dapat ditentukan uji keberartian korelasi antara kebugaran jasmani Dengan Hasil Belajar IPA Siswa SMP Negeri 8 Banda Aceh tujuannya untuk mendapatkan t_{hit} dan kemudian dibandingkan dengan t_{tab} sehingga menentukan apakah ini signifikan ataupun tidak signifikan dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$\begin{aligned} t &= \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}} \\ t &= \frac{0,705 \cdot \sqrt{35-2}}{\sqrt{1-0,705^2}} \\ t &= \frac{0,705 \cdot \sqrt{33}}{\sqrt{1-0,497}} \\ t &= \frac{0,705 \cdot 5,745}{\sqrt{0,503}} \\ t &= \frac{4,048}{0,710} \\ t &= 5,705 \end{aligned}$$

Kaidah pengujian: Jika $t_{hit} \geq t_{tab}$, maka H_0 ditolak dan $t_{hit} \leq t_{tab}$, maka H_0 diterima. Berdasarkan perhitungan diatas, $\alpha = 0,05$ dan $n = 35$, uji satu pihak; $dk = n - 2 = 35 - 2 = 33$, sehingga diperoleh $t_{tab} = 2,035$. Ternyata t_{tab} lebih dari t_{hit} atau $5,705 > 2,035$, maka H_0 ditolak, artinya terdapat hubungan yang signifikan antara kebugaran jasmani dengan Hasil Belajar IPA Siswa IX SMP Negeri 8 Banda Aceh. Hal tersebut sesuai dengan hipotesis yang digunakan yaitu: terdapat hubungan yang signifikan antara kebugaran jasmani dengan Hasil Belajar IPA Siswa IX SMP Negeri 8 Banda Aceh Tahun Pelajaran 2012/2013.



PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pengolahan data kebugaran jasmani Dengan Hasil Belajar IPA diperolehnya korelasi antara kebugaran jasmani Dengan Hasil Belajar IPA yang terdiri dari dia item tes telah diperoleh hasil sebesar 0,705, maka perlu dilakukan pengujian hipotesis apakah signifikan atau tidak. Uji hipotesis ini, penulis menggunakan uji-t dengan hipotesis sebagai berikut: “Terdapat hubungan yang signifikan antara kebugaran jasmani Dengan Hasil Belajar IPA Siswa IX SMP Negeri 8 Banda Aceh Tahun Pelajaran 2012/2013”. Untuk menguji hipotesis tersebut digunakan statistik uji-t, dengan taraf signifikan 5% dan derajat kebebasan (n-2) : Ternyata t_{hit} pada lampiran adalah 5,705. Menentukan tingkat kesalahan dengan $\alpha = 0,05$ dan $dk = 35-2 = 33$, maka dari daftar distribusi t didapat $t_{hit} > t_{tab}$ yaitu $5,705 > 2,035$ sehingga hipotesis diterima. Dengan demikian terdapat hubungan yang signifikan antara kebugaran jasmani Dengan Hasil Belajar IPA Siswa IX SMP Negeri 8 Banda Aceh Tahun Pelajaran 2012/2013.

Berdasarkan hasil penelitian dan pengolahan data kebugaran jasmani dengan Hasil Belajar IPA Siswa IX SMP Negeri 8 Banda Aceh Tahun Pelajaran 2012/2013 telah diperoleh hasil sebagaimana terlihat dalam pengujian hipotesis. Berdasarkan data tersebut maka diperoleh data keseluruhan siswa kelas IX SMP Negeri 8 Banda Aceh sebanyak 180 orang, dan dipilih 35 orang sebagai sampel. Data hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kebugaran jasmani dengan Hasil Belajar IPA Siswa IX SMP Negeri 8 Banda Aceh. Ini terlihat dari hasil penelitian dan pengolahan data yang menunjukkan adanya pengaruh berarti antara kebugaran jasmani dengan hasil belajar IPA siswa kelas IX di SMP Negeri 8 Banda Aceh. Hal ini terbukti dengan nilai $t_{hit} = 5,705$ yang pada taraf signifikan 5% telah menunjukkan nilai yang signifikan. Dimana nilai tersebut melebihi nilai t_{hit} .

Penelitian ini dilakukan hanya sebatas pembuktian teori-teori yang telah dikemukakan para ahli, namun demikian penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan yang berarti bagi pengembangan ilmu pengetahuan. Walaupun hasil penelitian ini sudah dapat dikatakan signifikan dan mengarah kepada kesesuaian, namun penulis menyadari adanya faktor-faktor lain yang mempengaruhi dalam penelitian ini. Tidak hanya kebugaran jasmani, tetapi juga diperoleh oleh faktor guru yang mengajar, metode yang digunakan serta situasi dan kondisi saat belajar mengajar berlangsung.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan analisa data, serta pembahasan hasil penelitian, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut: Terdapat hubungan yang signifikan antara kebugaran jasmani dengan hasil belajar IPA Siswa IX SMP Negeri 8 Banda Aceh Tahun Pelajaran 2012/2013 dengan ($r = 0,70$), kebugaran jasmani memberi kontribusi sebesar 49,7% terhadap hasil belajar IPA pada SMP Negeri 8 Banda Aceh.

Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas kebugaran jasmani siswa memiliki hubungan yang signifikan dengan hasil belajar pada mata pelajaran IPA. Ada beberapa saran yang diharapkan dapat menjadi masukan bagi siswa dan guru di SMP Negeri 8 Banda Aceh pada waktu yang akan datang, diantaranya adalah :

- 2.1. Bagi siswa, SMP Negeri 8 Banda Aceh Dalam upaya memperbaiki hasil belajar, siswa SMP Negeri 8 Banda Aceh perlu mempertahankan dan meningkatkan hasil belajar pada mata pelajaran IPA. Misalnya dengan mengikuti proses pembelajaran dengan sebaik-baiknya dan penuh dengan semangat.



- 2.2 Kepada guru, berusaha membangkitkan semangat belajar siswa untuk menguasai pengetahuan dan keterampilan dalam pendidikan. Selain itu, guru harus selalu berusaha untuk memberi materi pelajaran IPA yang menarik bagi siswa, sehingga hasil belajar siswa akan muncul dan berkembang ke arah yang lebih baik.
- 2.3 Bagi peneliti sendiri, kiranya dapat menjadi masukan dan memperkaya khasanah ilmu pengetahuan tentang penelitian dan dalam mengadakan penelitian berikutnya dapat lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: RinekaCipta.
- Budi, Atmaja. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*. Jakarta: CV Teguh Karya.
- B. Uno, Hamzah. 2011. *Teori motivasi dan pengukurannya, analisis di bidang pendidikan*. Jakarta: Bumi Angkasa.
- Depdiknas. 2003. *Undang-Undang No.20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (SISDIKNAS)*. Bandung: Citra Umbara.
- Griwijoyo, S. 2007. *Ilmu Faal Olahraga (Fisiologi Olahraga) Fungsi Tubuh Manusia Pada Olahraga untuk Kesehatan dan untuk Prestasi*. Bandung: UPI tidak diterbitkan
- Hairy, Junusul. 2007. *Dasar-Dasar Kesehatan Olahraga*. Cet. 1. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Irianto, Kus. 2004. *Gizi dan Pola Hidup Sehat*. Bandung: CV Yrama Widya.
- Jonath, U,E. 1981. *Atletik II*. Jakarta: PT. Rosda Jayaputra.
- Jujun, Sutriasumatri. 2003. *Ilmu Pengetahuan Alam*. Cet 1. Jakarta: Erlangga.
- Meoloek, Dangsiman. 1984. *Dasar Fisiologis Kesegaran Jasmani Dan Latihan Olahraga*. Jakarta: FKUI Press.
- Mudjiono dan Dimiyati. 2006. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Noor, Juliansyah. 2011. *Metodelogi Penelitian*. Edisi I. Cetakan 1. Kencana : 2011
- Putra, wina. 1992. *Ilmu sains*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Sadoso. 1989. *Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Jakarta: Depdikbud, Dirjen Dikti.
- Sajoto, M. 1995. *Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Jakarta: Depdikbud, Dirjen Dikti.
- Sudjana, Nana. 2009. *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: PT RemajaRosdakarya.
- Sudijono, Anas. 2009. *Pengantar Statistik Pendidikan*. Edisi 1. Jakarta: Rajawali.
- Syah, Muhibbin. 2010. *Psikologi Pendidikan: Dengan Pendekatan Baru*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Tarigan, Beltasar. 2001. *Pendekatan Keterampilan Taktis Dalam Pembelajaran Sepak Bola*. Jakarta: Direktorat Jendral Olahraga.
- Widtyaningsih. 1985. *Ilmu Pengetahuan Alam*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.