



**KONTRIBUSI KESEGERAN JASMANI TERHADAP HASIL BELAJAR  
PENJASORKES SISWA PUTRA SDN 9 BENGKALIS  
KECAMATAN BENGKALIS**

**JURNAL**

**Oleh**

**HAFISZULLAH  
1305188557**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS RIAU**

**2015**

# KONTRIBUSI KESEGERAN JASMANI TERHADAP HASIL BELAJAR PENJASORKES SISWA PUTRA SDN 9 BENGKALIS KECAMATAN BENGKALIS

Hafiszullah<sup>1</sup>, Drs. Saripin, M.Kes AIFO<sup>2</sup>, Kristi Agust, S.Pd, M.Pd<sup>3</sup>  
hafiszullah1982@yahoo.com<sup>1</sup>, kristi.agust@yahoo.com<sup>3</sup>

PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS RIAU

**ABSTRACT** This study aims to look at the contribution of physical fitness on learning outcomes. The variables in this study are physical fitness as the independent variable (x) and learning outcomes as the dependent variable (y). This type of research is correlational. While a study is in SDN 9 Bengkalis District of Bengkalis. Population in this research is class IV and V as many as 55 people. Sampling using purposive sampling technique by setting the boys as the study sample as many as 34 people, data analysis in this study uses product moment correlation and linear regression coefficient determined her and further determination. Based on the calculation results of the analysis showed that physical fitness son (X), have a significant relationship and make a meaningful contribution to the learning outcomes (Y),  $P = 0.042 > 0.05\alpha$ . On the correlation table analysis, research data can be read that the relationship (correlation) with the physical fitness of learning outcomes worth  $0.350 > r\text{-tab } 0.339$ , meaning a strong relationship of physical fitness. Based on the strength of the relationship to the two variables, then the value of the regression equation can be described as follows:  $Y = 6242 + 0088 X$ , with  $F_{hit} 4472 > F_{tab} 4.17$  and  $T_{hit} 2115 > T_{tab} 1.697$ . Thus the proposed working hypothesis ( $H_a$ ) is acceptable. Furthermore, determination values obtained data analysis ( $r^2$ ) of 0.123. It means that physical fitness can only contribute 12.3% to the learning outcomes.

**Keywords :** *Physical Fitness, Learning Outcomes*

# KONTRIBUSI KESEGERAN JASMANI TERHADAP HASIL BELAJAR PENJASORKES SISWA PUTRA SDN 9 BENGKALIS KECAMATAN BENGKALIS

Hafiszullah<sup>1</sup>, Drs. Saripin, M.Kes AIFO<sup>2</sup>, Kristi Agust, S.Pd, M.Pd<sup>3</sup>  
hafiszullah1982@yahoo.com<sup>1</sup>, kristi.agust@yahoo.com<sup>3</sup>

PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS RIAU

**ABSTRAK**, Penelitian ini bertujuan untuk melihat kontribusi kesegaran jasmani terhadap hasil belajar. Variabel dalam penelitian ini adalah kesegaran jasmani sebagai variabel bebas (x) dan hasil belajar sebagai variabel terikat (y). Jenis penelitian ini adalah korelasional. Sedangkan tempat penelitian adalah di SDN 9 Bengkalis Kecamatan Bengkalis . Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV dan V sebanyak 55 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik *Purposive Sampling* dengan menetapkan siswa putra sebagai sampel penelitian sebanyak 34 orang, analisis data pada penelitian ini menggunakan korelasi product moment dan regresi linear nya dan selanjutnya ditentukan koefisien determinasinya. Berdasarkan perhitungan hasil analisis menunjukkan bahwa kesegaran jasmani putra (X), memiliki hubungan yang signifikan serta memberikan kontribusi yang berarti terhadap hasil belajar ( Y ),  $P = 0.042 > 0.05\alpha$ . Pada tabel *correlation* analisis, data penelitian dapat dibaca bahwa hubungan (korelasi) kesegaran jasmani dengan hasil belajar bernilai  $0.350 > r_{tab} 0.339$ , berarti hubungan kesegaran jasmani kuat. Berdasarkan kekuatan hubungan ke dua variabel, maka nilai persamaan regresi dapat digambarkan sebagai berikut  $Y = 6.242 + 0.088 X$ , dengan  $F_{hit} 4.472 > F_{tab} 4.17$  dan  $T_{hit} 2.115 > T_{tab} 1.697$ . Dengan demikian hipotesis kerja yang diajukan ( $H_a$ ) dapat diterima. Selanjutnya diperoleh nilai determinasi hasil analisis data ( $r^2$ ) sebesar 0.123. Artinya bahwa kesegaran jasmani hanya dapat berkontribusi sebesar 12.3% terhadap hasil belajar.

**Kata kunci:** *Kesegaran Jasmani, Hasil Belajar*

## PENDAHULUAN

Dalam mewujudkan masyarakat yang adil dan makmur, pemerintah Indonesia melakukan pembangunan di segala bidang, termasuk pembangunan bidang pendidikan dan olahraga. Dengan pendidikan, manusia hidup lebih maju, sejahtera dan bermartabat. Pembangunan di bidang pendidikan bertujuan untuk menciptakan Sumber Daya Manusia (SDM) yang berkualitas, yaitu sumber daya manusia yang berilmu pengetahuan, memiliki keterampilan, sehat jasmani dan rohani serta memiliki sikap dan perilaku yang terpuji. Sedangkan pembangunan dalam bidang olahraga bertujuan untuk meningkatkan kesegaran jasmani, disiplin, sportifitas, prestasi dan lain sebagainya.

“Orang yang sehat belum tentu fungsi kardiorespiratori ( jantung dan paru) berfungsi secara efektif dan efisien, tetapi siswa yang memiliki kesegaran jasmani yang baik sudah tentu siswa tersebut sehat karena siswa yang tingkat kesegaran jasmani yang baik maka kardiorespiratori dapat berfungsi dengan efektif dan efisien”( Sadoso 2004:34:37).

Berdasarkan kutipan jelaslah bahwa siswa yang memiliki kesegaran jasmani yang baik sudah pasti siswa tersebut sehat karena siswa yang memiliki tingkat kesegaran jasmani yang baik maka fungsi kardiorespiratori dapat berfungsi secara efektif dan efisien.

Berdasarkan kutipan, jelaslah kesegaran jasmani merupakan salah satu dimensi penting dalam mendukung pembelajaran di sekolah. Mata pelajaran penjas dan olahraga kesehatan merupakan salah satu mata pelajaran yang wajib di ajarkan di tingkat sekolah mulai dari tingkat dasar sampai ke perguruan tinggi yang diberikan dalam bentuk intrakurikuler sedangkan pembelajaran olahraga diberikan dalam kegiatan ekstrakurikuler sesuai dengan tingkatannya.

Dengan memperhatikan tujuan pendidikan jasmani dan olahraga kesehatan disekolah semua anak berhak mendapatkan pelayanan atau pembelajaran untuk memperoleh tingkat kesegaran jasmani untuk menunjang hasil belajar di sekolah. Hasil belajar merupakan salah satu yang penting bagi tercapainya tujuan pendidikan secara keseluruhan disekolah. Hasil belajar merupakan salah satu factor yang sangat bermanfaat untuk meningkatkan kemampuan dan keberhasilan belajar seseorang untuk itu perlu didukung oleh tingkat kesegaran jasmani yang baik.

Untuk meningkatkan kemampuan dan keberhasilan siswa dapat juga dipengaruhi oleh beberapa factor antara lain: Motivasi merupakan kondisi psikologis yang mendorong seseorang untuk memenuhi kebutuhannya. Selain itu motivasi juga berupa kekuatan yang tersembunyi di dalam diri yang mendorongnya untuk berbuat dengan cara tertentu, untuk melakukan ini dalam diri seorang siswa diantaranya adalah belajar. Motivasi siswa dalam menghadapi proses belajar mengajar di sekolah amat penting, karena semakin tinggi motivasi seorang siswa dalam belajar bisa mendatangkan hasil belajar yang baik, dan sebaliknya jika motivasi siswa rendah maka hasil belajar nya juga rendah. Kesegaran jasmani memiliki peran penting dalam mencapai hasil belajar, karena dengan kesegaran jasmani yang baik yang ada dalam diri maka siswa dapat mengikuti proses belajar dengan baik dan konsentrasi dan mendatangkan hasil belajar yang baik. Demikian pula dengan kondisi siswa dalam mengikuti proses pembelajaran, kesiapan dan kemauan siswa dalam menjalankan pembelajaran akan mempengaruhi hasil belajar, semakin siap siswa menghadapi pembelajaran maka akan berpengaruh juga terhadap hasil belajar siswa.

SDN 9 Bengkalis Kecamatan Bengkalis merupakan salah satu sekolah yang berada di daerah pedesaan, jarak sekolah dari jalan raya cukup jauh dan lokasinya bebas dari pencemaran udara. Sebagai sekolah inti seharusnya bisa menyediakan sarana dan prasarana yang memadai untuk kelancaran proses belajar. Karena dalam proses belajar sarana dan prasarana yang mendukung juga akan berpengaruh terhadap hasil belajar siswa.

Dengan sarana dan prasarana yang memadai maka siswa akan termotivasi untuk melakukan kegiatan pembelajaran dan akan mendatangkan hasil belajar yang memuaskan juga. Dari segi sosial ekonomi orangtua siswa rata-rata memiliki sosial ekonomi menengah kebawah karena pekerjaan orangtua siswa ada yang pedagang, petani, buruh dan lain-lain. Dan siswa ada yang sebelum pergi ke sekolah membantu orangtua mempersiapkan jualan dan selesai berjualan mereka pergi ke sekolah dengan jalan kaki, serta sehabis pulang sekolah siswa juga harus berjualan untuk membantu kedua orang tua nya. Setiap orang tua harus menanyakan kepada anaknya bagaimana aktivitas belajar mengajar disekolah dan menanyakan bagaimana kegiatan olahraga dan alat-alat untuk olahraga disekolahnya. Karena perhatian orangtua terhadap anaknya akan memberikan dorongan dan motivasi dalam diri anaknya untuk melakukan kegiatan olahraga tersebut.

Selanjutnya diperoleh informasi dari beberapa orangtua bahwa nilai dari anak-anaknya SDN 9 Bengkalis Kecamatan Bengkalis cukup menggembirakan rata-rata memiliki nilai di atas 6,5. Dengan berbagai latar belakang siswa maka guru juga dituntut memiliki metode mengajar yang baik dan benar. Karena guru lebih mengetahui atau mempelajari olahraga yang akan diberikan kepada anak tersebut. Lingkungan tempat tinggal dan jarak tempat tinggal siswa juga dapat berpengaruh terhadap proses belajar.

Berdasarkan pengamatan sementara peneliti bahwa pada saat anak mengikuti pelajaran penjaskes ada yang bersorak kegirangan ada juga ditemukan siswa yang kurang bersemangat dalam kegiatan belajar mengajar. Hal ini dapat terjadi karena beberapa faktor seperti : metode guru yang monoton, sarana prasana yang kurang memadai, perhatian orang tua, serta kondisi lingkungan.

Hal ini bertolak belakang dengan yang seharusnya dimana seusia SD belajar dengan penuh kegairahan, ceria, dan tidak cepat bosan. Hal ini sesuai dengan tingkat usia anak bahwa bergerak merupakan suatu kebutuhan sehari-hari.

Oleh karena itu peneliti hendak melakukan penelitian untuk membuktikan teori tentang kesegaran jasman dan hasil belajar dengan judul “Kontribusi kesegaran jasmani terhadap hasil belajar siswa di SDN 9 Kecamatan Bengkalis”.

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian ini tergolong pada jenis penelitian korelasional yang bertujuan untuk melihat kontribusi kesegaran jasmani terhadap hasil belajar siswa SDN 9 Bengkalis Kecamatan Bengkalis. Arikunto (2002) menyatakan “Populasi adalah keseluruhan dari objek penelitian”. Populasi adalah tempat objek dalam penelitian yang akan dilakukan penelitian ini. Sedangkan populasi dalam penelitian ini adalah semua murid SDN 9 Bengkalis Kecamatan Bengkalis. Sampel adalah bagian atau wakil populasi yang diteliti (Suharsimi Arikunto, 1998:117). Dengan memperhatikan jumlah populasi maka penelitian ini tidak semua populasi akan dijadikan sampel. Adapun sampel yang akan menjadi penelitian

ini adalah siswa kelas IV, dan V putra saja. Berdasarkan pendapat maka pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah dengan teknik purposive sampling, yang merupakan pengambilan sampel bersyarat karena jumlah sampel yang diambil yaitu siswa putra kelas IV dan V yang berjumlah 34 orang.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### A. Deskripsi Data Penelitian

Variabel dalam penelitian ini adalah tingkat kesegaran jasmani dan hasil belajar siswa SDN 9 Bengkalis Kecamatan Bengkalis. Variabel kesegaran Jasmani menggunakan tes kesegaran jasmani Indonesia untuk usia 10 – 12 tahun sedangkan hasil belajar diperoleh dari nilai rapor semester. Pengolahan data penelitian yang terdiri dari variabel tingkat kesegaran jasmani dan hasil belajar disajikan sebagai berikut :

Tabel 4. Deskripsi Data Penelitian

Data	Variabel	N	$\bar{X}$	Std.dev	Min	Mak
Putra	Kesegaran jasmani	34	12.68	1.95	9	16
	Hasil Belajar	34	7.36	0.49	6.70	8.50

Jelasnya secara deskriptif dapat disajikan sebagai berikut :

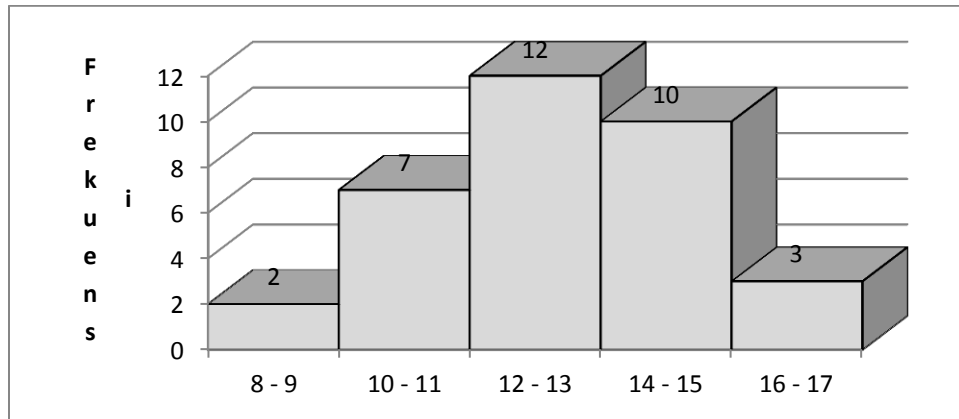
#### 1. Kesegaran Jasmani

Analisis deskriptif tingkat kesegaran jasmani responden penelitian, diperoleh rerata hitung (mean) = 12.68, standar deviasi = 1.95 nilai minimum = 9 dan maksimum = 16. Untuk lebih jelasnya distribusi frekuensi data penelitian dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa SDN 9 Bengkalis Kecamatan Bengkalis

Kelas Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
8 – 9	2	5.88
10 – 11	7	20.59
12 – 13	12	35.29
14 – 15	10	29.41
16 – 17	3	8.82
$\Sigma$	34	100.00

Untuk lebih jelasnya dapat digambarkan sebagai berikut :



*Gambar 2. Histogram Data Kesegaran Jasmani*

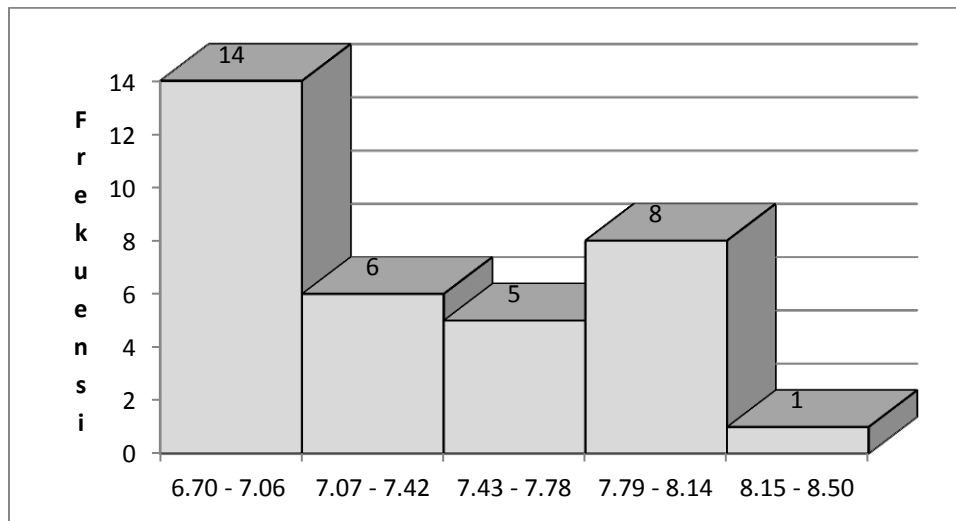
## 2. Hasil Belajar

Analisis deskriptif hasil belajar responden penelitian, diperoleh rerata hitung (mean) = 7.36, standar deviasi = 0.49, nilai minimum = 6.70, dan maksimum = 8.50. Jelasnya distribusi frekuensi data hasil belajar siswa putra dapat disajikan pada tabel berikut :

**Tabel 6. Distribusi Frekuensi Data Hasil Belajar**

<b>K - I</b>	<b>Fa</b>	<b>Fr</b>
6.70 - 7.06	14	41.18
7.07 - 7.42	6	17.65
7.43 - 7.78	5	14.71
7.79 - 8.14	8	23.53
8.15 - 8.50	1	2.94
$\Sigma$	34	100.00

Untuk lebih jelasnya dapat digambarkan sebagai berikut :



Gambar 3. Histogram Data Hasil Belajar

## B. Pengujian Persyaratan Analisis

### 1. Uji Normalitas.

Uji normalitas variabel menggunakan *Kolmogorov-Smirnov Test*, menunjukkan bahwa data tidak berbeda nyata  $p > 0.05$ , artinya data tersebut berdistribusi normal. Hasil lengkap *Kolmogorov-Smirnov Test* dapat dilihat pada tabel berikut

Tabel 7. Uji Normalitas Data Penelitian

Data	Variabel	N	D <sub>hit</sub>	D <sub>tab</sub>	P	Ket
Putra	Kesegaran Jasmani	34	0.780	10	0.577	Normal
	Hasil Belajar	34	1.054		0.216	Normal

Ket : D = Nilai Hitung Kolmogorof Smirnov-Test.

P = Probabilitas (sig. )

## C. Analisis dan Hasil Penelitian

Pengolahan dan analisis dilakukan terhadap hubungan serta kontribusi data kesegaran jasmani ( X ) terhadap hasil belajar ( Y ). Uji statistik yang digunakan adalah uji regresi pada taraf signifikansi 0.05  $\alpha$ . Hasil analisis menunjukkan bahwa kesegaran jasmani ( X ) memiliki hubungan yang signifikan serta memberikan kontribusi yang berarti terhadap hasil belajar ( Y ). Jelasnya akan disajikan sebagai berikut :

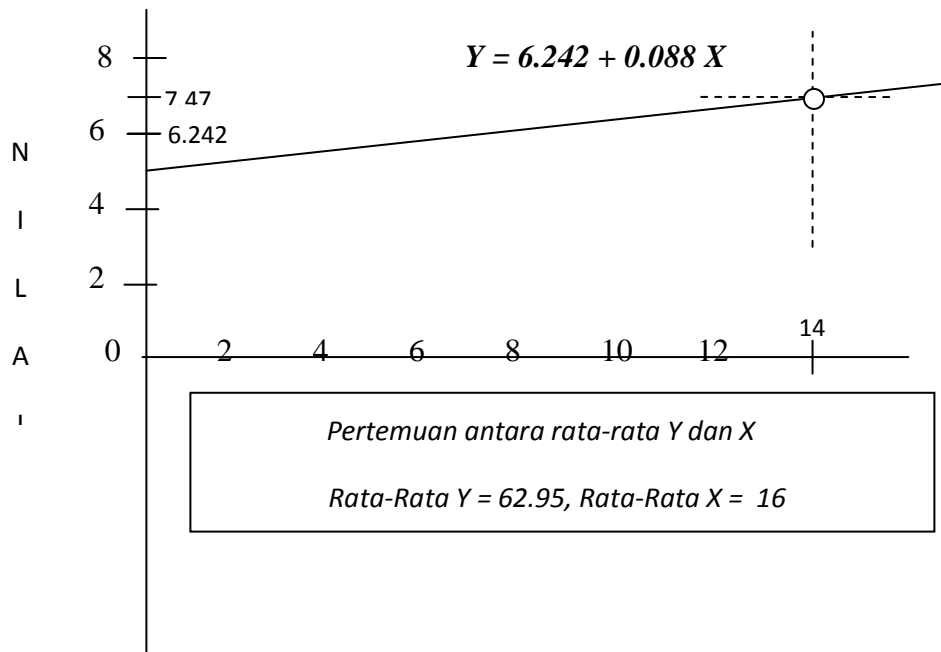
### Terdapat Kontribusi Kesegaran Jasmani ( X ) terhadap Hasil Belajar ( Y ).

Hasil analisis menunjukkan bahwa kesegaran jasmani putra ( X ), memiliki hubungan yang signifikan serta memberikan kontribusi yang berarti terhadap hasil belajar ( Y ),  $P = 0.042 > 0.05\alpha$ . Pada tabel *correlation* analisis, data penelitian dapat dibaca bahwa hubungan (korelasi) kesegaran jasmani dengan hasil belajar bernilai  $0.350 > r_{tab} 0.339$ , berarti hubungan kesegaran jasmani kuat. Berdasarkan kekuatan hubungan ke dua variabel, maka nilai persamaan regresi dapat digambarkan sebagai berikut  $Y = 6.242 + 0.088 X$ , dengan  $F_{hit} 4.472 > F_{tab} 4.17$  dan  $T_{hit} 2.115 > T_{tab} 1.697$ . Dengan demikian



hipotesis kerja yang diajukan ( $H_a$ ) dapat diterima. Selanjutnya diperoleh nilai determinasi hasil analisis data ( $r^2$ ) sebesar 0.123. Artinya bahwa kebugaran jasmani sebagai *independent* variabel hanya dapat berkontribusi sebesar 12.3% terhadap *dependent* variabel yaitu hasil belajar. Sedangkan sisanya diterangkan oleh variabel lain. Hasil analisis dapat dilihat pada lampiran.

Garis *regresi* dapat digambarkan berdasarkan persamaan yang telah ditemukan (misalnya jika harga  $X = 14$ , maka Nilai  $Y$  pada garis regresi =  $(6.242) + (0.088)(14) = 7.47$



#### D. Pembahasan

Dari hasil pengujian hipotesis, temuan penelitian ini menunjukkan bahwa kebugaran jasmani putra ( $X$ ), memiliki hubungan yang signifikan serta memberikan kontribusi yang berarti terhadap hasil belajar ( $Y$ ),  $P = 0.042 > 0.05\alpha$ . Besar koefisien korelasi hubungan (korelasi) kebugaran jasmani dengan hasil belajar bernilai  $0.350 > r_{-tab} 0.339$ , berarti hubungan kebugaran jasmani kuat. Kontribusi yang disumbangkan kebugaran jasmani sebagai *independent* variabel hanya dapat berkontribusi sebesar 12.3% terhadap *dependent* variabel yaitu hasil belajar.

Bagi siswa yang banyak melakukan aktifitas fisik dan olahraga yang teratur mungkin tingkat kebugaran jasmaninya bertambah baik dibandingkan dengan orang yang kurang melakukan aktifitas fisik dan latihan olahraga yang teratur. Ini sesuai dengan apa yang dikemukakan oleh Sumar Sarjono (1994) hal lain untuk mendapatkan tingkat kebugaran jasmani yang baik, sebaiknya kita melakukan olahraga yang teratur. Sesuai dengan pendapat diatas bahwa semakin banyak aktifitas fisik dan latihan olahraga yang dilakukan oleh seseorang, cenderung akan bertambah baik tingkat kebugaran jasmani dan semakin sedikit aktifitas fisik dan latihan olahraga yang dilakukan seseorang maka semakin rendah tingkat kebugaran jasmaninya. Dengan tingkat kebugaran jasmani yang baik dan mempunyai

keterampilan berolahraga yang baik pula maka akan sangat berpengaruh terhadap hasil belajar praktek olahraga dan kinerja sehari dan pelajaran yang lain.

Banyaknya metode-metode tes kebugaran jasmani melalui siswa dapat mengukur tingkat kesegaran jasmaninya dan berusaha untuk memperbaiki tingkat kesegaran jasmani. Dengan tingkat kesegaran jasmani yang baik, maka siswa dapat lebih fokus dalam belajar sehingga dapat menghasilkan hasil belajar siswa yang baik. Kesegaran jasmani pada hakekatnya berkenaan dengan kemampuan dan kesanggupan fisik seseorang untuk melaksanakan tugasnya sehari-hari secara efisien dan efektif dalam waktu yang relative lama tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti, dan masih memiliki tenaga cadangan untuk melaksanakan aktifitas lainnya.

Untuk meningkatkan kemampuan dan keberhasilan siswa dapat juga dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain: Motivasi merupakan kondisi psikologis yang mendorong seseorang untuk memenuhi kebutuhannya. Selain itu motivasi juga berupa kekuatan yang tersembunyi di dalam diri yang mendorongnya untuk berbuat dengan cara tertentu, untuk melakukan ini dalam diri seorang siswa diantaranya adalah belajar. Motivasi siswa dalam menghadapi proses belajar mengajar di sekolah amat penting, karena semakin tinggi motivasi seorang siswa dalam belajar bisa mendatangkan hasil belajar yang baik, dan sebaliknya jika motivasi siswa rendah maka hasil belajar nya juga rendah. Kesegaran jasmani memiliki peran penting dalam mencapai hasil belajar, karena dengan kesegaran jasmani yang baik yang ada dalam diri maka siswa dapat mengikuti proses belajar dengan baik dan konsentrasi dan mendatangkan hasil belajar yang baik. Demikian pula dengan kondisi siswa dalam mengikuti proses pembelajaran, kesiapan dan kemauan siswa dalam menjalankan pembelajaran akan mempengaruhi hasil belajar, semakin siap siswa menghadapi pembelajaran maka akan berpengaruh juga terhadap hasil belajar siswa.

SDN 9 Bengkalis Kecamatan Bengkalis merupakan salah satu sekolah inti gugus III yang berada di daerah pedesaan, jarak sekolah dari jalan raya cukup jauh dan lokasinya bebas dari pencemaran udara. Sebagai sekolah inti seharusnya bisa menyediakan sarana dan prasarana yang memadai untuk kelancaran proses belajar. Karena dalam proses belajar sarana dan prasarana yang mendukung juga akan berpengaruh terhadap hasil belajar siswa. Dengan sarana dan prasarana yang memadai maka siswa akan termotivasi untuk melakukan kegiatan pembelajaran dan akan mendatangkan hasil belajar yang memuaskan juga. Dari segi sosial ekonomi orangtua siswa rata-rata memiliki sosial ekonomi menengah kebawah karena pekerjaan orangtua siswa ada yang pedagang, petani, buruh dan lain-lain. Dan siswa ada yang sebelum pergi ke sekolah membantu orangtua mempersiapkan jualan dan selesai berjualan mereka pergi ke sekolah dengan jalan kaki, serta sehabis pulang sekolah siswa juga harus berjualan untuk membantu kedua orang tua nya. Setiap orang tua harus menanyakan kepada anak nya bagaimana aktivitas belajar mengajar disekolah dan menanyakan bagaimana kegiatan olahraga dan alat-alat untuk olahraga disekolahnya. Karena perhatian orangtua terhadap anaknya akan memberikan dorongan dan motivasi dalam diri anaknya untuk melakukan kegiatan olahraga tersebut.

Selanjutnya diperoleh informasi dari beberapa orangtua bahwa nilai dari anak-anaknya SDN 9 Bengkalis Kecamatan Bengkalis cukup menggembirakan rata-rata memiliki nilai di atas 6,5. Dengan berbagai latar belakang siswa maka guru juga dituntut memiliki metode mengajar yang baik dan benar. Karena guru lebih mengetahui atau mempelajari olahraga yang akan diberikan kepada anak tersebut. Lingkungan tempat tinggal dan jarak tempat tinggal siswa juga dapat berpengaruh terhadap proses belajar. Selanjutnya tingkat kebugaran jasmani siswa SDN 9 Bengkalis Kecamatan Bengkalis ditemui hasilnya sedang sedangkan hasil belajarnya sudah baik. Hal ini disebabkan pada saat proses belajar mengajar guru tidak hanya mengambil penilaian dari hasil tes kebugaran jasmani siswa langsung, tetapi guru penjas kes melaksanakan penilaian melalui beberapa segi seperti penilaian sikap dan tingkah laku, kehadiran siswa, dan nilai praktek serta nilai tugas. Setelah didapat nilai akhir dan inilah yang menjadi nilai hasil belajar penjas kes siswa SDN 9 Bengkalis Kecamatan Bengkalis .

## **SIMPULAN DAN REKOMENDASI**

### **Simpulan**

Dari penelitian yang dilakukan untuk melihat kontribusi antara kebugaran jasmani dengan hasil belajar Siswa SDN 9 Bengkalis Kecamatan Bengkalis dapat ditarik kesimpulan: Yaitu terdapat hubungan yang berarti antara kebugaran jasmani dengan hasil belajar siswa SDN 9 Bengkalis Kecamatan Bengkalis. Kontribusi kebugaran jasmani terhadap hasil belajar besar koefisien korelasi hanya bernilai 0.350 dan kontribusi sebesar 12.3%.

### **Rekomendasi**

Berpedoman pada temuan dan implikasi hasil penelitian di atas, dikemukakan beberapa saran sebagai berikut: Bagi Siswa SDN 9 Bengkalis Kecamatan Bengkalis secara umum dan khususnya yang ingin meningkatkan kebugaran jasmani, agar meluangkan waktunya untuk berolahraga. Bagi para guru khususnya guru penjas, diharapkan lebih memperhatikan kebugaran jasmani siswanya, dan memberikan pelajaran yang mengarah peningkatan kebugaran jasmani. Berdasarkan hasil penelitian di dapat bahwa kebugaran jasmani hanya berkontribusi sebesar 12.3% . Ini berarti bahwa masih ada faktor lain yang mempengaruhi hasil belajar untuk itu diharapkan ada penelitian selanjutnya yang akan mengungkapkan faktor lain yang berhubungan dengan hasil belajar siswa.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Sodoso. (2003). *Kesehatan Olahraga*. Jakarta: PT. Erlangga.  
Sudjana. (1992). *Teknik Regresi Korelasi*. Bandung: Tarsito.  
Sutrisno. (2000). *SPSS*. Yogyakarta.