



Survei Minat Belajar Penjas dan Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Kelas X di SMK Pamor Cikampek Pada Masa Pandemi Covid 19

Rizki Agus Pramana¹⁾, Rekha Ratri J²⁾, M. Mury Syafei³⁾

¹⁾Mahasiswa Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Unsika Karawang

^{2,3)} Dosen Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Unsika Karawang

Email: rizkipramana302@gmail.com, rekha.ratri@fkip.unsika.ac.id, murysyafei@gmail.com

Info Artikel

Sejarah Artikel:

Diterima: 29 Mei 2021

Direvisi: 13 Juni 2021

Dipublikasikan: Agustus 2021

e-ISSN: 2089-5364

DOI: 10.5281/zenodo.5155262

Abstract:

This study aims to determine the interest in learning physical education and the level of physical fitness of class X students at SMK Pamor Cikampek during the covid 19 pandemic. The research method used a survey method with questionnaires and physical fitness tests. For interest in physical education, there are categories of "very often" by 11.32% (6 students), "often" by 52.83% (28 students), "sometimes" by 32.08% (17 students), "rarely" by 3.77% (2 students), and "never" is 0.00% (0 students). Karawang Regency During the COVID-19 pandemic, it was in the good category "often" with an average (mean) score of 115.75. As for the results of the study, the level of physical fitness of class X students at SMK Pamor Cikampek, Cikampek District, Karawang Regency During the COVID-19 pandemic, it was in the "very good" category of 3.77% (2 students), "good" at 33.96% (18 students), "enough" was 35.85% (19 students), "poor" was 22.64% (12 students), and "very poor" was 3.77% (2 students). Based on the average score, which is 15.90% of the physical fitness level of class X students at Cikampek Pamor High School, Cikampek District, Karawang Regency During the COVID-19 pandemic, they were in the "enough" category with an average (mean) score of 15.90

Keywords: *Interests, Physical Education, Physical Freshness*

PENDAHULUAN

Mengutip Jurnal Ilmu Kesehatan (Putri, 2020) Bersumber pada fakta ilmiah, *Covid 19* dari manusia ke manusia lewat saluran pernafasan semacam percikan batuk ataupun bersin, orang yang tercemar penyakit ini merupakan orang yang berhubungan secara langsung dengan korban dan penjaga korban (Kemenkes RI, 2020). Pemerintah Indonesia menerapkan kebijakan yaitu sekolah di dalam rumah serta bekerja di dalam rumah. Peraturan ini merupakan cara agar masyarakat dapat mencari ilmu serta bekerja akan tetapi dengan kondisi yang sedikit berbeda dari biasanya. Kementerian Pendidikan Indonesia mengeluarkan kebijakan dengan meliburkan sekolah dan mengubah proses kegiatan belajar mengajar dengan menggunakan pembelajaran secara *online*. Diterapkan kegiatan belajar secara *online* ini, menimbulkan beberapa permasalahan yang dialami oleh siswa maupun guru terkait proses belajar mengajar seperti penugasan dan lainnya (Siahaan, 2020). Pandemi *Covid 19* menjadi dampak yang besar bagi keberlangsungan hidup manusia, dunia pendidikan yang perlu mengubah penyampaian dalam pembelajaran. Hal ini sangat berpengaruh bagi tenaga pengajar dan peserta didik tentunya. Kegiatan belajar pada masa pandemi *Covid 19* ini menerapkan pembelajaran dengan metode *luring* atau *online*. Adapun pembelajaran yang dilakukan dengan metode *luring* atau *online* mengakibatkan minat belajar penjas dan tingkat kebugaran jasmani yang dimiliki siswa tidak memenuhi kriteria yang diharapkan oleh tenaga pengajar. Minat belajar dan tingkat kebugaran jasmani yang kurang tersebut disebabkan oleh penyampaian dan motivasi belajar yang dimiliki siswa tidak baik.

Pada siswa kelas X di SMK Pamor Cikampek saat mengikuti kegiatan pembelajaran secara *luring* atau *online* tidak

menunjukkan minat belajar yang tinggi dalam pembelajaran pendidikan jasmani sendiri banyak siswa yang tidak hadir dalam kegiatan pembelajaran yang dilakukan melalui *zoom meeting*. Adapun siswa yang hadir dalam *zoom meeting* tersebut hanya sekedar hadir tanpa adanya interaksi yang signifikansi antara guru dan siswa. Pemberian tugas berupa beberapa aktivitas fisik telah diberikan tetapi pada pelaksanaannya banyak siswa yang mengerjakan akan tetapi dalam praktek yang dikerjakan hanya dilakukan dengan seadanya saja tidak melibatkan keringat yang begitu banyak.

KAJIAN TEORI

Pengertian Minat

Minat merupakan suatu keinginan yang dimiliki oleh seorang individu dalam kondisi sadar. Minat menjadikan seorang individu mendapatkan pengalaman, aktivitas, dan keterampilan dalam menyelesaikan permasalahan sehingga perlu perhatian lebih. Minat pula merupakan masalah dalam proses pembelajaran atau pendidikan karena berkaitan dengan tingkah laku seorang.

Menurut (Septianingrum Sunaryo, 2016) Minat cenderung tertarik pada suatu objek atau sesuatu yang ada pada objek tersebut. Minat merupakan insentif yang kuat untuk mendorong seseorang untuk belajar dan dapat menambahkan kegembiraan untuk setiap aktivitas yang dilakukan. Sedangkan Menurut (Anwar, 2018) menyatakan Minat merupakan suatu kecenderungan yang sedikit menetap untuk merasakan rasa ketertarikan pada berbagai bidang tertentu dan dirasakan kesenangan terhadap hal tersebut. Berdasarkan faktor-faktor minat dari kecenderungan perilaku siswa tersebut dapat menyebabkan tingkat keberhasilan pembelajaran sehingga hasil yang diharapkan akan maksimal karena dalam pembelajarannya siswa memiliki ketertarikan yang sangat tinggi.

Minat Belajar merupakan permasalahan yang sering di alami oleh peserta didik terutama pada siswa baik disekolah maupun dirumah, karena minat memiliki suatu keadaan *psikologis* yang dapat dengan cepat mempengaruhi proses dan hasil belajar siswa. Mempelajari suatu hal dengan minat yang tinggi dapat menghasilkan hasil yang baik dan memuaskan. Sebaliknya jika tidak mempunyai minat yang tinggi maka harapan untuk mencapai suatu target keberhasilan pun sulit untuk dicapai.

Pengertian Kesegaran Jasmani

Secara luas yang diartikan kesegaran jasmani merupakan keterampilan seorang melaksanakan pekerjaan tiap hari dengan ringan tanpa merasakan keletihan yang berarti serta masih memiliki cadangan tenaga untuk melaksanakan aktivitas yang lain. Menurut (Sepriadi, 2017) dalam jurnal keolahragaan menjelaskan kesegaran jasmani adalah suatu kemampuan untuk menitikberatkan pada fungsi- fungsi fisiologis yaitu kemampuan jantung, pembuluh darah, paru, dan otot yang berfungsi pada efisiensi yang optimal.

Menurut Widiastuti, (2015: 13) Kesegaran jasmani merupakan suatu keadaan jasmani seseorang dalam melakukan aktifitas jasmani atau fisik secara baik tanpa mengalami kelelahan yang berarti yang diiringi dengan kerja keras yang terampil juga. Untuk menjaga tubuh agar tetap memiliki kesegaran jasmani yang baik seseorang harus melakukan latihan yang terencana, terprogram dan teratur guna meningkatkan kualitas hidup yang baik.

Kesegaran jasmani merupakan suatu kemampuan suatu individu dalam melakukan aktivitas apapun tanpa mengalami rasa lelah sehingga masih dapat melakukan kegiatan-kegiatan yang lainnya lagi dan tidak dapat semua orang miliki kemampuan kesegaran jasmaninya.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif . Menurut Suharsimi Arikunto (2010: 3) menyatakan penelitian deskriptif kuantitatif merupakan pendekatan penelitian yang bermaksud agar dapat mengetahui kondisi keadaan ataupun hal lainnya yang sudah dinyatakan, dan yang hasilnya nanti perlu dipaparkan dalam bentuk laporan penelitian.

Metode penelitian ini metode survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan angket/kuesioner serta tes kesegaran jasmani indonesia (TKJI). Menurut Suharsimi Arikunto (2010: 312), metode survei adalah metode penelitian yang perlu jumlah subjek yang lumayan banyak, mempunyai maksu agar dalam pengumpulannya terdapat informasi atau pendapat secara luas mengenai status gejala pada saat penelitian sedang berlangsung.

Subjek dari penelitian ini adalah siswa kelas X di SMK PAMOR CIKAMPEK yang memiliki 4 kelas X yaitu TKR 1, TKR 2, TKJ, dan OTKP. Dari ke 4 kelas X tersebut yang diambil untuk menjadi subjek penelitian atau populasi dari penelitian ini adalah seluruh siswa yang jumlah total keseleruhan siswa laki-laknya 53 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *Probability Sampling* ialah teknik pengambilan pada sampel yang membetikan peluang yang sama pada setiap unsurnya (anggota) populasi untuk dapat dijadikan menjadi anggota sampel dengan menggunakan *Cluster Sampling (Area Sampling)* teknik yang diambil dalam memilih sampel apabila obyek yang akan dilakukan penelitian atau sumber data yang luas, misalnya seluruh siswa laki-laki disekolah tersebut dalam pengambilan sampelnya didasarkan pada populasi yang telah ditentukan (Sugiyono, 2014 :82-83).

Menurut Suharsimi Arikunto (2010: 8), Instrumen penelitian adalah fasilitas atau alat yang diperlukan oleh peneliti pada saat pengumpulan data agar dapat meringankan

pekerjaannya menjadi lebih mudah serta dengan hasil yang baik, cermat dan sistematis akan lebih mudah dalam pengolahannya. Instrumen pada penelitian ini terdiri dari minat belajar penjas siswa dan tingkat kesegaran jasmani siswa.

Instrumen penelitian minat belajar siswa berupa angket/kuesioner. Angket diperlukan dalam proses pengumpulan data minat belajar penjas siswa dengan angket tertutup dan skala yang bertingkat. Adapun yang dinamakan skala bertingkat berupa angka-angka yang disusun secara bertingkat dari yang terkecil hingga terbesar ataupun sebaliknya.

Skor jawaban disusun berdasarkan skala Likert dengan alternatif lima jawaban yaitu SANGAT SERING (SS), SERING (S), KADANG-KADANG (KK), JARANG (J), dan TIDAK PERNAH (TP). Skor yang diberikan berkisar antara 5-1.

Tabel 1. Alternatif Jawaban Angket Minat Siswa

Nilai	Klasifikasi Belajar Siswa	Minat Penjas	KELAS INTERVAL
5	Sangat Sering (SS)		135>160
4	Sering (S)		109>135
3	Kadang-Kadang (KK)		83,2>109
2	Jarang (J)		57,6>82,6
1	Tidak Pernah (TP)		32>57,6

Tabel 2. Kisi-Kisi Angket Penelitian

Variabel	Indikator Penelitian	Item		Butir Soal
		Positif	Negatif	
Minat	Perasaan	1,3,6,7	2	5
	Ketertarikan	9,13,15,16,18,19	11,14,17,20	10
	Perhatian	21,30,32,34	23,29,35	7

Keterlibatan	36,37,45,46,48,59	38,44,50	9
		Jumlah	32

Instrumen penelitian tingkat kesegaran jasmani menggunakan tes kesegaran jasmani indonesia (TKJI) adapun beberapa item tes kesegaran jasmani nya adalah Lari 60 meter, Pull Up, Shit Up, Loncat Tegak, dan Tes Lari 1200 meter.

Tabel 3. Nasional (2010) Nilai TKJI (Untuk Putra Usia 16-19 Tahun)

No	Lari 60 m	Pull up 60 detik	Shit Up 60 detik	Loncat tegak	Lari 1200m
5	S.d – 7,2”	19 - Keatas	41 - Keatas	73 - Keatas	s.d – 3’14”
4	7.3” – 8,3”	14 – 18	30 – 40	60 – 72	3’15” – 4’25”
3	8,4” – 9,6”	9 – 13	21 – 29	50 – 59	4’26” – 5’12”
2	9,7” – 11,0”	5 – 8	10 – 20	39 – 49	5’13” – 6’33”
1	11,1” dst	0 - 4	0 – 9	38 dst	6’34” dst

Tabel 4. Nasional, (2010) Norma Tes Kesegaran Jasmani Indonesia

No	Jumlah Nilai	Klasifikasi Jasmani	Kesegaran
1	21 – 25		Baik sekali (BS)
2	17 – 21		Baik (B)
3	13 – 17		Cukup (C)
4	9 – 13		Kurang (K)
5	5 – 9		Sangat Kurang (SK)

Data yang telah didapatkan kemudian perlu dilakukan analisis secara statistik deskriptif, maupun inferensial untuk terpenuhi keperluan pengujian hipotesis penelitian. Adapun gagasan yang digunakan pada penelitian ini, sebagai berikut:

1. Analisis data dilakukan secara deskriptif bertujuan untuk mendapatkan gambaran umum dari data yang meliputi total nilai, range, rata-rata, standar deviasi, nilai minimum dan nilai maksimum.
2. Analisis secara inferensial diperlukan agar dapat menguji hipotesis dari penelitian dengan menggunakan uji deskriptif persentase.

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yakni :

- 1) Data hasil pengukuran masing-masing komponen kebugaran jasmani dimasukkan dalam kategori norma yang telah ada.
- 2) Menghitung presentase hasil tes dengan rumus

$$P = F/N \times 100\%$$

(Arikunto, 2019)

Keterangan:

P = Presentase

F = Frekuensi

N = Jumlah Sampel

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi data hasil penelitian ini dimaksudkan untuk dapat menggambarkan data, yaitu tentang minat belajar penjas dan tingkat kebugaran jasmani pada siswa kelas X di SMK Pamor Cikampek yang diungkapkan dalam bentuk angket minat belajar penjas dan tes kebugaran jasmani. Pada angket yang berjumlah 32 butir, serta terbagi dalam 4 indikator, yaitu perasaan, ketertarikan, perhatian dan keterlibatan. Adapun dalam tes kebugaran jasmani tidak terdapat indikator seperti dalam angket tetapi mempunyai 5 item tes di dalamnya yaitu, lari 60 meter, gantung angkat tubuh atau pull up 60 detik, baring duduk atau sit up 60 detik, loncat tegak, dan lari 1200 meter.

Distribusi frekuensi hasil penelitian tentang minat belajar penjas pada siswa kelas x di SMK Pamor Cikampek, Kecamatan Cikampek, Kabupaten Karawang didapat skor terendah (*minimum*) 77, skor tertinggi (*maksimum*) 140, rata-rata (*mean*) 115,75, nilai tengah (*median*) 118,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 128,00, *standar deviasi* (SDV) 15,21. Sedangkan untuk hasil penelitian tentang tingkat kebugaran jasmani pada siswa kelas x di SMK Pamor Cikampek, Kecamatan Cikampek, Kabupaten Karawang didapat skor terendah (*minimum*) 8,00, skor tertinggi (*maksimum*) 22,00, rata-rata (*mean*) 15,91, nilai tengah (*median*) 17,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 18,00, *standar deviasi* (SDV) 3,39. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 5 dan 6 sebagai berikut:

Tabel 5. Deskriptif Statistik Minat Belajar Penjas

<i>STATISTIK</i>	
N	53
Mean	115.75
Median	118.00
Mode	128.00
Standard Deviation	15.21
Minimum	77.00
Maximum	140.00

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, minat belajar penjas pada siswa kelas X di SMK Pamor Cikampek dapat disajikan pada tabel sebagai berikut:

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Minat Belajar Penjas

No	Rentang Nilai	Kategori	Frekuensi	
			Absolut	%
1	135>150	SANGAT SERING	6	11.32%
2	109>135	SERING	28	52.83%
3	83.2>109	KADANG-KADANG	17	32.08%
4	57.6>82.6	JARANG	2	3.77%
5	32>57.6	TIDAK PERNAH	0	0.00%
JUMLAH			53	100.00%

Berdasarkan dari distribusi frekuensi pada tabel 1.2 tersebut di atas, minat belajar penjas pada siswa kelas X di SMK Pamor Cikampek, Kecamatan Cikampek, Kabupaten Karawang dapat disajikan pada gambar 1.2 sebagai berikut:

Gambar 1

Diagram Batang Minat Belajar Penjas



Berdasarkan dari tabel dan grafik di atas menunjukkan bahwa minat belajar penjas pada siswa kelas X di SMK Pamor Cikampek berada pada kategori “sangat sering” sebesar 11,32% (6 siswa), “sering” sebesar 52,83% (28 siswa), “kadang-kadang” sebesar 32,08% (17 siswa), “jarang” sebesar 3,77% (2 siswa), dan “tidak pernah” sebesar 0,00% (0 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 115,75 % minat belajar penjas pada siswa kelas X di SMK Pamor Cikampek masuk dalam kategori “sering”, disebabkan berada pada posisi dalam rentang nilai 109>135.

Tabel 7. Deskriptif Statistik Tingkat Kesegaran Jasmani

<i>STATISTIK</i>	
N	53
Mean	15.91
Median	17.00
Mode	18.00
Standard Deviation	3.39
Minimum	8.00
Maximum	22.00

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, minat belajar penjas pada siswa kelas X di SMK Pamor Cikampek dapat disajikan pada tabel sebagai berikut:

Tabel 8. Distribusi Frekuensi Tingkat Kesegaran Jasmani

NO	RENTANG NILAI	KATEGORI	FREKUENSI	
			Absolut	%
1	21>25	BAIK SEKALI	2	3.77%
2	17>21	BAIK	18	33.96%
3	13>17	CUKUP	19	35.85%
4	9>13	KURANG	12	22.64%
5	5>9	SANGAT KURANG	2	3.77%
JUMLAH			53	100.00%

Berdasarkan dari distribusi frekuensi pada tabel 1.4 tersebut di atas, minat belajar penjas pada siswa kelas X di SMK Pamor Cikampek, Kecamatan Cikampek, Kabupaten Karawang dapat disajikan pada gambar 1.3 sebagai berikut:

Gambar 2. Diagram Batang Tingkat Kesegaran Jasmani



Berdasarkan dari tabel dan grafik di atas menunjukkan bahwa tingkat kebugaran jasmani pada siswa kelas X di SMK Pamor Cikampek berapa pada kategori “baik sekali” sebesar 3,77% (2 siswa), “baik” sebesar 33,96% (18 siswa), “cukup” sebesar 35,85% (19 siswa), “kurang” sebesar 22,64% (12 siswa), dan “sangat kurang” sebesar 3,77% (2 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 15,91% minat belajar penjas pada siswa kelas X di SMK Pamor Cikampek masuk dalam kategori “cukup”, disebabkan berada pada posisi dalam rentang nilai $13 > 17$.

Pada penelitian dengan judul “Survei Minat Belajar Penjas dan Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa kelas X di SMK Pamor Cikampek Pada Masa Pandemi Covid 19” yang bertujuan untuk dapat mengetahui minat belajar penjas dan tingkat kebugaran jasmani siswa kelas X di SMK Pamor Cikampek Pada Masa Pandemi Covid 19. Dari hasil data penelitian yang telah dilakukan pada minat belajar penjas dengan 4 indikator yaitu, perasaan, ketertarikan, perhatian, dan keterlibatan, serta beberapa tes kebugaran jasmani diantaranya yaitu, lari 60 meter, gantung angkat tubuh atau pull up 60 detik, baring duduk atau sit up 60 detik, loncat tegak, dan lari 1200 meter.

Adapun untuk populasi atau sampel dalam penelitian ini melibatkan seluruh siswa laki-laki kelas X di SMK Pamor Cikampek dengan jumlah 53 siswa dari 4 kelas pada satu angkatannya.

Berdasarkan hasil dari penelitian menunjukkan bahwa pada minat belajar penjas siswa kelas X di SMK Pamor Cikampek Pada Masa Pandemi Covid 19 masuk dalam kategori “sering”. Sedangkan pada tingkat kebugaran jasmani siswa kelas X di SMK Pamor Cikampek Pada Masa Pandemi Covid 19 masuk dalam kategori “cukup”. Minat belajar penjas dan tingkat kebugaran jasmani pada siswa dapat ditinjau dari seberapa besar perasaan, ketertarikan, perhatian, dan

keterlibatan siswa dalam mengikuti proses pembelajaran yang dilakukan di masa pandemi sekarang ini dengan mengikuti kegiatan belajar secara *online* atau dirumah saja dengan mengandalkan jaringan serta kemauan yang tinggi.

Berdasarkan indikator minat belajar penjas yang memiliki 4 kategori diantaranya yaitu, perasaan, ketertarikan, perhatian, dan keterlibatan. Pada siswa kelas X di SMK Pamor Cikampek memiliki minat yang lebih berdasarkan “perasaan” sebesar 16,48%, “ketertarikan” sebesar 31,95%, “perhatian” 21,99%, dan “keterlibatan” sebesar 29,58% maka untuk minat belajar siswa kelas X di SMK Pamor Cikampek mempunyai minat belajar yang lebih berdasarkan indikator minat belajar penjas “ketertarikan” sebesar 31,95% karena lebih dominan dibandingkan dengan indikator lainnya.

Sedangkan untuk tingkat kebugaran jasmani siswa kelas X di SMK Pamor Cikampek untuk kategori “baik sekali” sebesar 2,00%, “baik” sebesar 17,00%, “cukup” sebesar 18,00%, “kurang” sebesar 11,00% dan “sangat kurang” sebesar 2,00%. Pada tingkat kebugaran jasmani siswa kelas X di

SMK Pamor Cikampek berada pada kategori “cukup” sebesar 18,00%

Minat belajar dan tingkat kebugaran jasmani pada masa pandemi covid 19 termasuk kedalam kategori “sering” pada minat belajar penjas dan kategori “cukup” pada tingkat kebugaran jasmaninya.

Minat belajar dan tingkat kebugaran jasmani memiliki keterkaitan antara satu dengan yang lainnya, karena untuk mengetahui ataupun mengembangkan tingkat kebugaran jasmani yang baik perlu adanya minat belajar yang baik, sedangkan untuk minat belajar sendiri perlu adanya tingkat kebugaran jasmani yang baik.

Hal ini merupakan faktor pendukung untuk dapat mencapai keberhasilan dalam pembelajaran. Adapun SMK Pamor Cikampek terletak di samping jalan raya serta kawasan

permukiman masyarakat dengan latar belakang siswa yang berasal dari lingkungan yang ada dalam perkotaan serta mempunyai rumah yang tidak terlalu jauh dengan sekolah.

KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil penelitian maka dapat di ambil kesimpulan tentang minat belajar penjas dan tingkat kebugaran jasmani siswa kelas X di SMK Pamor Cikampek, Kecamatan Cikampek, Kabupaten Karawang untuk minat belajar penjas dalam kategori “sering” dengan mendapatkan skor rata-rata (*mean*) 115,75 dan untuk tingkat kebugaran jasmani dalam kategori “cukup” dengan mendapatkan skor rata-rata (*mean*) 15,91 dari keseluruhan data yang diambil pada seluruh siswa kelas X sesuai dengan norma acuan penilaian.

Berdasarkan indikator minat belajar penjas yang memiliki 4 kategori diantaranya yaitu, perasaan, ketertarikan, perhatian, dan keterlibatan. Pada siswa kelas X di SMK Pamor Cikampek memiliki minat yang lebih berdasarkan “perasaan” sebesar 16,48%, “ketertarikan” sebesar 31,95%, “perhatian” 21,99%, dan “keterlibatan” sebesar 29,58% maka untuk minat belajar siswa kelas X di SMK Pamor Cikampek mempunyai minat belajar yang lebih berdasarkan indikator minat belajar penjas “ketertarikan” sebesar 31,95% karena lebih dominan dibandingkan dengan indikator lainnya.

Sedangkan untuk tingkat kebugaran jasmani siswa kelas X di SMK Pamor Cikampek untuk kategori “baik sekali” sebesar 2,00%, “baik” sebesar 17,00%, “cukup” sebesar 18,00%, “kurang” sebesar 11,00% dan “sangat kurang” sebesar 2,00%. Pada tingkat kebugaran jasmani siswa kelas X di

SMK Pamor Cikampek berada pada kategori “cukup” sebesar 18,00%

Dengan demikian maka jawaban dari hipotesis penelitian ini terdapat minat belajar penjas yang baik “sering” dan tingkat kebugaran jasmani yang “cukup” pada siswa

kelas X di SMK Pamor Cikampek, oleh karena itu diperlukan tindakan lebih lanjut dari pihak sekolah untuk masalah bagi siswa yang memiliki minat yang kurang serta kebugaran jasmani yang menjadikan permasalahan tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Putri, R. N. (2020). Indonesia dalam Menghadapi Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 20(2), 705. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v20i2.1010>
- Septianingrum Sunaryo. (2016). MINAT SISWA DALAM MENGIKUTI PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DI SMP NEGERI 2 TEMPEL KAB. SLEMAN DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA SKRIPSI. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, (June).
- Siahaan, M. (2020). Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Dunia Pendidikan. *Jurnal Kajian Ilmiah*, 1(1), 73–80. <https://doi.org/10.31599/jki.v1i1.265>
- Anwar, H. (2018). Survei Minat Belajar Mata Pelajaran Olahraga Dengan Mata Pelajaran Matematika Terhadap Siswa SMP NEGERI SATAP PALANGKA KECAMATAN SINJAI SELATAN. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, (5).
- Aryanto, E. (2013). Upaya Meningkatkan Minat, Motivasi Dan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Hang Style Dengan Media Bola Gantung Bagi Siswa Kelas VII A SMP N 1 RANDUBLATUNG KABUPATEN BLORA TAHUN 2012/2013. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*.
- Sepriadi, S. (2017). Kontribusi Status Gizi dan Kemampuan Motorik terhadap Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Keolahragaan*, 5(2), 194. <https://doi.org/10.21831/jk.v5i2.15147>
- Widiastuti. (2015). Tes dan Pengukuran Olahraga. Jakarta: Rajawali Press
- Irianto, Djoko Pekik. (2006). Bugar & Sehat Dengan Berolahraga. Yogyakarta: Andi.

Suharsimi Arikunto. (2010) Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: PT. Rineka Cipta.

Sugiyono. (2014). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif & RND. Bandung. Alfabeta