

**SURVEI TINGKAT KEDISIPLINAN SISWA DALAM MENGIKUTI  
PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
DI MTsN 6 JOMBANG**

**ARTIKEL**



**Oleh**

**ROHMAT UBAIDILLAH  
NIM. 178046**

**SEKOLAH TINGGI KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA JOMBANG  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI  
2023**

**LEMBAR PERSETUJUAN ARTIKEL  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI  
STKIP PGRI JOMBANG**

---

Yang bertamda tangan dibawah ini:

Nama : Arnaz Anggoro Saputro, M.Pd.

Jabatan : Pembimbing Skripsi

Menyetujui artikel ilmiah ini:

Nama Penulis : Nurul Fuad

NIM : 178084

Judul Artikel : Survei Tingkat Kedisiplinan Siswa Dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di MTsN 6 Jombang

Untuk diusulkan agar dapat diterbitkan di jurnal ilmiah sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian persetujuan ini saya berikan untuk dapat digunakan sebagai mana mestinya.

Jombang, 6 Februari 2023

Pembimbing



**Arnaz Anggoro Saputro, M.Pd**

NIK. 0104770076

**HUBUNGAN KEBIASAAN MAKAN DAN AKTIVITAS SEDENTARI  
TERHADAP INDEKS MASSA TUBUH PADA SISWA  
MTS NEGERI 2 KABUPATEN MOJOKERTO**

**Nurul Fuad, Ilmu Ma'arif.  
email : [rohmtubai@gmail.com](mailto:rohmtubai@gmail.com)  
Pendidikan Jasmani STKIP PGRI Jombang**

**ABSTRAK**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kedisiplinan siswa dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Kelas VII, VIII dan IX di MTsN 6 Jombang.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode yang digunakan adalah metode survei. Populasi penelitian ini adalah siswa kelas VII, VIII dan IX di MTsN 6 Jombang sebanyak 294 siswa. Data dikumpulkan dengan lembar observasi. Lembar observasi berisikan 4 alternatif jawaban yang diambil dari skala likert. Analisis data dilakukan dengan deskriptif dalam bentuk persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kedisiplinan siswa dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di MTSN 6 Jombang. adalah bervariasi. Variasi terbesar tingkat kedisiplinan siswa berada pada kategori tinggi 35% dengan jumlah 104 siswa dan variasi paling kecil ada pada kategori sangat tinggi 1% dengan jumlah 3 siswa. Berdasarkan data penelitian tingkat kedisiplinan siswa dikatakan bervariasi karena masih ada peserta didik yang kedisiplinan berada pada kategori sedang hingga tinggi, serta ada pula peserta didik yang kedisiplinan berada pada kategori rendah atau bahkan sangat rendah.

**Kata Kunci :** Tingkat Kedisiplinan, Siswa

***ABSTRACT***

The purpose of this study was to determine the level of discipline of students in participating in Physical Education, Sports and Health Classes VII, VIII and IX lessons at MTsN 6 Jombang.

This research is a quantitative descriptive research with the method used is the survey method. The population of this study was students of class VII, VIII and IX at MTsN 6 Jombang, consisting of 294 students. Data was collected with observation sheets. The observation sheet contains 4 alternative answers taken from a Likert scale. Data analysis was carried out descriptively in the form of percentages.

The results showed that the level of student discipline in participating in Physical Education, Sports and Health Learning at MTSN 6 Jombang. is varied. The biggest variation in the level of student discipline is in the high category of 35% with a total of 104 students and the smallest variation is in the very high category of 1% with a total of 3 students. Based on research data the level of discipline of students is said to vary because there are still students whose discipline is in the medium to high category, and there are also students whose discipline is in the low or even very low category.

**Keywords:** Discipline Level, Students

## **PENDAHULUAN**

Pendidikan merupakan suatu kebutuhan yang penting dalam kehidupan manusia. Dengan adanya pendidikan, manusia memiliki pengetahuan dan pengalaman yang baik dalam kehidupannya. Menurut UU Tahun 2003 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 mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari dunia pendidikan, pelaksanaan pembelajaran yang mengutamakan aktivitas jasmani dan kebiasaan hidup sehat. Menyatakan pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari proses pendidikan secara keseluruhan, yang merupakan bidang usaha yang memiliki tujuan pengembangan penampilan melalui aktivitas fisik yang telah diseleksi dengan cermat untuk memperoleh hasil secara nyata, yang akan memberi kemungkinan kepada individu untuk hidup lebih efektif dan lebih sempurna. Winarno (2006:02)

Pendidikan jasmani bertujuan untuk meningkatkan pertumbuhan fisik, psikis, keterampilan motorik, pengetahuan, serta pembinaan pola hidup sehat dan perkembangan fisik dan psikis yang seimbang. Menurut pendapat (Winarno :2006:03) tujuan pendidikan jasmani adalah pendidikan anak secara keseluruhan, untuk mengembangkan individu anak secara maksimal yang meliputi perubahan fisik, mental, moral, sosial, estetika, emosional, intelektual, dan kesehatan.

Pembentukan karakter merupakan salah satu program pemerintah yang pelaksanaannya diterapkan melalui lembaga pendidikan yang dimulai dari level terendah (PAUD) sampai ke tingkat perguruan tinggi, hal ini agar memudahkan pemerintah dalam membangun karakter bangsa yang diinginkan sesuai harapan bangsa, sehingga melalui peserta didik karakter yang baik akan tumbuh karena terbiasa dilaksanakan dan dilakukan baik dalam lingkungan sekolah, keluarga maupun masyarakat.

Pendidikan karakter sangat dibutuhkan oleh siswa di era modern yang dimana aspek moralitas dan perilaku belajar siswa mulai menampakkan kemerosotan. Perilaku belajar siswa di era sekarang sudah bervariasi seiring berkembangnya kemajuan zaman. Menurut Fadilah (2021 : 3) Pendidikan karakter dianggap memiliki peran sebagai pencetak moral bangsa Indonesia melalui jalur pendidikan. Sikap moral meminta dunia pendidikan untuk merumuskan tentang konsep pendidikan karakter, berupa beberapa nilai karakter yang akan diajarkan kepada peserta didik. Konsep pendidikan karakter tersebut, bertujuan untuk membentuk dan memperbaiki karakter peserta didik yang semakin merosot. Dalam proses pembelajaran dipengaruhi beberapa faktor, seperti kurang menariknya proses pembelajaran, motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran, sikap disiplin siswa saat mengikuti pembelajaran.

Kedisiplinan merupakan modal utama untuk memperoleh keberhasilan dalam mempelajari ilmu olahraga, disamping penguasaan teknik, taktik dan kemampuan tubuh seperti kekuatan, kecepatan, daya tahan, koordinasi gerak dan sebagainya. Disiplin adalah proses bimbingan yang bertujuan menanamkan pola perilaku tertentu, kebiasaan-kebiasaan tertentu atau membentuk manusia dengan ciri-ciri

tertentu. Sedangkan menurut laode muhammad (2020 : 3) Disiplin adalah kontrol diri dalam mematuhi aturan baik yang dibuat oleh diri sendiri maupun diluar diri baik keluarga, lembaga pendidikan, masyarakat, bernegara maupun beragama. Disiplin juga merujuk pada kebebasan individu untuk tidak bergantung pada orang lain dalam memilih, membuat keputusan, tujuan, melakukan perubahan perilaku, pikiran maupun emosi sesuai dengan prinsip yang diyakini dari aturan moral yang dianut. Disiplin dapat mencakup pengajaran, bimbingan atau dorongan yang dilakukan guru kepada siswa.

Menerapkan disiplin belajar kepada siswa bertujuan agar siswa datang tepat waktu, memperhatikan guru, menyelesaikan tugas tepat waktu dan memakai pakain yang sesuai dan alat belajar lainnya. Oleh karena itu dapat diketahui betapa pentingnya kedisiplinan belajar untuk menunjang proses belajar yang baik. Penerapan disiplin yang efektif terhadap seluruh siswa dapat menciptakan lingkungan belajar yang produktif.

Berdasarkan observasi yang dilakukan peneliti dengan guru olahraga masih terdapat siswa yang terlambat datang kelapangan atau kelas, siswa tidak menggunakan seragam olahraga, kurang memperhatikan ketika guru menerangkan, bermain dengan temannya. Dan tidak mengembalikan perlengkapan olahraga.

Melihat dari hasil pengamatan tersebut peneliti menemukan masalah yang terjadi pada siswa ketika mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, maka peneliti menemukan permasalahan yang akan diteliti dengan judul “Survei Tingkat Kedisiplinan Siswa Dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan di MTsN 6 Jombang”.

## **METODE**

Jenis dari Penelitian ini adalah penelitian survey , menurut Ali Maksum (2014:84). penelitian survei adalah penelitian yang mengambil sampel dari satu populasi dan menggunakan kuesioner sebagai alat pengumpulan data yang pokok

### Hasil Penelitian

Hasil perhitungan untuk kebiasaan makan siswa MTS Negeri 2 Kabupaten Mojokerto menunjukkan nilai Rata- Rata 9.25, hasil perhitungan untuk kebiasaan makan siswa MTS Negeri 2 Kabupaten Mojokerto menunjukkan bahwa masuk kategori baik 19 siswa dengan nilai persentase 59.3%, sedangkan untuk kategori kurang baik menunjukkan 13 siswa dengan persentase 40.7 %. Hasil perhitungan menunjukkan bahwa sampel penelitian dengan jumlah 32 siswa MTS Negeri 2 Kabupaten Mojokerto menunjukkan bahwa yang memiliki aktivitas sedentari dengan kategori tinggi sebanyak 0 siswa (0 %), kategori sedang sebanyak 32 siswa (100 %), dan kategori rendah sebanyak (0 %). Hasil perhitungan indeks massa tubuh siswa MTS Negeri 2 Kabupaten Mojokerto pada kategori kurus 0 (0%), kategori Normal 23 siswa (71.88), kategori Berat Badan Lebih 4 siswa (12.5%), kategori Obesitas 5 siswa (15.62%). Sehingga bisa dijelaskan pada siswa MTS Negeri 2 Kabupaten Mojokerto untuk indeks massa tubuh masuk kategori normal 23 siswa (71.88%).

Hasil analisis tersebut di atas koefisien korelasi antara kebiasaan makan dengan indeks massa tubuh sebesar 0.383 sedangkan aktivitas sedentari dengan indeks massa tubuh sebesar 0,036 (arah positif), artinya semakin baik kebiasaan makan dan aktivitas sedentari, maka akan semakin baik pula indeks massa tubuh. dan nilai signifikansi  $p < 0,05$  dan  $p < 0,025$ , berarti korelasi tersebut signifikan. Jadi bisa dijelaskan bahwa “Ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan makan dan

aktivitas sedentari dengan indeks massa tubuh siswa MTS Negeri 2 Kabupaten Mojokerto. uji korelasi dapat diketahui bahwa nilai korelasi untuk kebiasaan makan 0.183 tersebut memiliki tingkat hubungan sangat rendah dan untuk aktivitas sedentary nilai korelasi 0.395 itu menunjukkan tingkat hubungan rendah, tapi dari kedua variabel tersebut mempunyai arah positif.

## **Pembahasan**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat kedisiplinan siswa dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di MTSN 6 Jombang. Berdasarkan hasil penelitian dapat dijelaskan sebagai berikut:

Tingkat kedisiplinan diketahui berdasarkan hasil angket yang telah di bagikan kepada siswa, dalam angket terbagi berdasarkan 4 aspek, yaitu (1) aspek kesadaran diri, (2) aspek ketaatan, (3) aspek alat pendidikan, dan (4) aspek hukuman. Berdasarkan penghitungan data hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kedisiplinan siswa dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di MTSN 6 Jombang bervariasi, mulai dari sangat rendah, rendah, sedang dan tinggi. Hal tersebut karena masih ditemukan siswa MTSN 6 Jombang yang kedisiplinannya beragam, terdapat siswa yang kedisiplinannya sudah baik dan terdapat pula peserta didik yang melakukan tindakan tidak disiplin.

Kedisiplinan siswa berdasarkan aspek kesadaran diri dimana kesadaran diri siswa sangatlah penting, bisa disimpulkan bahwa aspek kesadaran diri siswa untuk disiplin dalam mengikuti pembelajaran sudah baik ditinjau dari hasil penelitian di atas karena mayoritas siswa memiliki kesadaran akan kedisiplinan sedang ke atas lebih banyak dari pada kategori sedang ke bawah. Selanjutnya ditinjau dari ketaatan

dimana siswa taat kepada guru dan taat terhadap peraturan yang ada di sekolah, berdasarkan hasil perhitungan pada aspek ketaatan siswa merata yang artinya siswa yang memiliki ketaatan tinggi dan ketaatan rendah jumlahnya sama atau hampir sama tetapi dalam perhitungan siswa yang memiliki ketaatan tinggi memiliki nilai lebih tinggi. Kemudian pada aspek alat pendidikan dimana sikap kedisiplinan siswa ketika setelah menggunakan peralatan olahraga dikembalikan ketempat semula atau tidak, berdasarkan hasil perhitungan di atas sikap kedisiplinan siswa terhadap alat pendidikan merata artinya yang memiliki kedisiplinan rendah dan tinggi hampir sama tetapi lebih banyak yang rendah tetapi tidak begitu signifikan untuk selisihnya. Kemudian untuk aspek hukuman dimana aspek ini banyak digunakan disekolah untuk meningkatkan kedisiplinan siswa dimana agar siswa yang melakukan tindakan tidak disiplin akan diberikan hukuman agar memiliki efek jera dan tidak melakukannya lagi, berdasarkan perhitungan hasil penelitian di atas dapat disimpulkan bahwa aspek hukuman memiliki pengaruh dalam meningkatkan kedisiplinan siswa.

Dalam meningkatkan kedisiplinan siswa pihak sekolah selalu berusaha agar siswa MTSN 6 Jombang selalu disiplin ketika di dalam atau di luar sekolah karena jika siswa disiplin secara tidak langsung siswa ikut menjaga nama baik sekolah.

## **PENUTUP**

### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat diambil kesimpulan bahwa tingkat kedisiplinan siswa dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di MTSN 6 Jombang. adalah bervariasi. Tingkat kedisiplinan siswa dikatakan bervariasi karena masih ada peserta didik yang

kedisiplinan berada pada kategori sedang hingga tinggi, serta ada pula peserta didik yang kedisiplinan berada pada kategori rendah atau bahkan sangat rendah. Variasi terbesar tingkat kedisiplinan siswa berada pada kategori tinggi 35% dengan jumlah 104 siswa dan variasi paling kecil ada pada kategori sangat tinggi 1% dengan jumlah 3 siswa. Peserta didik memiliki kelebihan dan kekurangan tersendiri pada setiap faktor, maka dari itu untuk meningkatkan kedisiplinan siswa seorang guru mata pelajaran perlu tahu pada faktor apa saja peserta didik yang dirasa kurang. Sehingga guru mata pelajaran dapat memberikan perhatian khusus, peringatan, atau hukuman bagi peserta didik yang dirasa kurang. Semakin tinggi tingkat kedisiplinan yang dimiliki peserta didik maka semakin baik pula proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di MTSN 6 Jombang.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian tentang tingkat kedisiplinan siswa dalam pembelajaran PJOK di MTSN 6 Jombang di atas, ada beberapa saran yang perlu disampaikan dalam penelitian ini, antara lain:

- a. Agar mengembangkan lebih dalam lagi penelitian tentang tingkat kedisiplinan siswa dalam pembelajaran PJOK di MTSN 6 Jombang.
- b. Agar melakukan penelitian tentang tingkat kedisiplinan dalam pembelajaran PJOK di MTSN 6 Jombang dengan metode yang lain.
- c. Lebih melakukan pengawasan kepada responden pada saat pengambilan data agar data yang dihasilkan lebih objektif.

- b. Hasil penelitian ini dapat dijadikan pembandingan untuk penelitian berikutnya dan hendaknya subjek penelitian yang digunakan lebih luas.

#### **DAFTAR PUTAKA**

- Ali Maksum. (2014). *Metode penelitian dalam olahraga*. Surabaya. Universitas Negeri Surabaya.
- Fadilah. (2021). *Pendidikan Karakter*. Bojonegoro : Cv. Agrapana Media.
- Laode mohammad, A.P. (2020). *Pembinaan Kedisiplinan Peserta Didik*. Direktorat Sekolah Menengah Kejuruan Direktorat Jenderal Pendidikan Vokasi Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan
- Limbong. (2020). *Perkembangan peserta didik*. Jakarta timur: UKI pres Universitas Kristen Indonesia.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomer 20 Tahun 2003 Tentang *Sistem Pendidikan Nasional*
- Winarno. (2006). *Perspektif Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*. Malang : Labolatorium Jurusan Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Malang.