

**HUBUNGAN KEBUGARAN JASMANI DENGAN HASIL  
BELAJAR SISWA KELAS V SD NEGERI 040471  
KAMPUNG MERDEKA TAHUN  
PELAJARAN 2020/2021**

**SKRIPSI**

Disusun dan diajukan untuk melengkapi tugas-tugas dan memenuhi syarat-syarat  
untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Fakultas Keguruan dan Ilmu  
Kependidikan Universitas Quality Berastagi

Oleh:

**DEPRANDO TARIGAN**

**NPM: 1715030006**



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA FAKULTAS  
KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS  
QUALITY BERASTAGI  
2021**

**LEMBAR PESETUJUAN SKRIPSI**

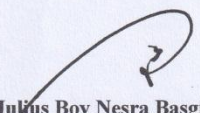
**HUBUNGAN KEBUGARAN JASMANI DENGAN HASIL BELAJAR  
SISWA KELAS V SD NEGERI 040471 KAMPUNG  
MERDEKA TAHUN PELAJARAN 2020/2021**

Disusun dan Diajukan untuk Dipertahankan dalam Ujian Skripsi  
untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan pada  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Quality Berastagi

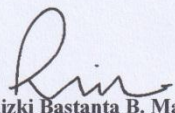
**Nama Mahasiswa : Deprando Tarigan**  
**NPM : 1715030006**  
**Program Studi : Pendidikan Olahraga**

**Disetujui**

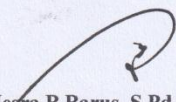
Pembimbing I

  
**Julius Boy Nesra Basgimata Barus, S.Pd., M.Pd**  
NIDN: 0117038701

Pembimbing II

  
**Rizki Bastanta B. Manalu, M.Pd**  
NIDN: 0119089201

Diketahui  
Ketua Program Studi Pendidikan Olahraga  
Universitas Quality Berastagi

  
**Julius Boy Nesra B. Barus, S.Pd., M.Pd**  
NIDN: 0117038701



**UNIVERSITAS QUALITY BERASTAGI**  
**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

Peceren – Lau Gumba Kec. Berastagi Kab. Karo, Sumatera Utara, Telp. (0628) 92188  
web: www.uqb.ac.id | e-mail : info@uqb.ac.id

**PENGESAHAN**  
**SKRIPSI**

**HUBUNGAN KEBUGARAN JASMANI DENGAN HASIL BELAJAR**  
**SISWA KELAS V SD NEGERI 040471 KAMPUNG**  
**MERDEKA TAHUN PELAJARAN 2020/2021**

Disusun dan diajukan Oleh

**Nama Mahasiswa : Deprando Tarigan**  
**NPM : 1715030006**  
**Program Studi : Pendidikan Olahraga**

Telah dipertahankan di Hadapan Tim Penguji Ujian Skripsi Program Studi  
Pendidikan Guru Sekolah Dasar Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Quality Berastagi pada Hari Senin Tanggal 2 Juli 2021  
dan Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk  
Memperoleh Gelar Sarjana

**Disetujui Dewan Penguji**

Penguji I

Drs. Sejahtra, M.Pd  
NIP : 19660917 199303 1 002

Penguji II

Jan Bobby Nesra Barus, S.Pd., M.Pd  
NIDN: 0128019001

Penguji III

Julius Boy Nesra B. Barus, S.Pd., M.Pd  
NIDN: 0117038701

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Dekan

Drs. Sejahtra, M.Pd  
NIP: 19660917 199303 1 002

Ketua Program Studi  
Pendidikan Olahraga

Julius Boy Nesra B. Barus, S.Pd., M.Pd  
NIDN : 0117038701



**UNIVERSITAS QUALITY BERASTAGI**  
**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

Peceren – Lau Gumba Kec. Berastagi Kab. Karo, Sumatera Utara, Telp. (0628) 92188  
web: www.uqb.ac.id | e-mail : info@uqb.ac.id

**PENGESAHAN**  
**SKRIPSI**

**HUBUNGAN KEBUGARAN JASMANI DENGAN HASIL BELAJAR**  
**SISWA KELAS V SD NEGERI 040471 KAMPUNG**  
**MERDEKA TAHUN PELAJARAN 2020/2021**

Disusun dan diajukan Oleh

**Nama Mahasiswa : Deprando Tarigan**  
**NPM : 1715030006**  
**Program Studi : Pendidikan Olahraga**

Telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi 2 Juli 2021  
dan Dinyatakan Telah Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk  
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan pada Fakultas  
Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Berastagi, 2 Juli 2021

Menyetujui :  
Tim Pembimbing

Pembimbing Utama

**Julius Boy Nesra Basgimata Barus, S.Pd., M.Pd**  
NIDN: 0117038701

Pembimbing Pendamping

**Rizki Bastanta B. Manalu, M.Pd**  
NIDN: 0119089201

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Dekan

**Drs. Sejahtra, M.Pd**  
NIP: 19660917 199303 1 002

Ketua Program Studi  
Pendidikan Olahraga

**Julius Boy Nesra B. Barus, S.Pd., M.Pd**  
NIDN: 0117038701



**UNIVERSITAS QUALITY BERASTAGI**  
**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

Peceren – Lau Gumba Kec. Berastagi Kab. Karo, Sumatera Utara, Telp. (0628) 92188  
web: www.uqb.ac.id | e-mail : info@uqb.ac.id

**BERITA ACARA UJIAN SKRIPSI**

Pada hari ini tanggal 2 Juli 2021 telah dilaksanakan Ujian Skripsi mahasiswa Program Studi Pendidikan Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Quality Berastagi.

Nama : Deprando Tarigan

NPM : 1715030006

Tempat : Ruang Sidang FKIP Universitas Quality Berastagi

Waktu : 10.00 s/d Selesai

Judul Skripsi : Hubungan Kebugaran Jasmani Dengan Hasil Belajar Siswa Kelas V SD Negeri 040471 Kampung Merdeka Tahun Pelajaran 2020/2021

Dinyatakan Lulus dan memenuhi syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd).

Dengan Nilai : A-

**Disetujui Dewan Penguji**

Penguji I

**Drs. Sejahtra, M.Pd**  
NIP : 19660917 199303 1 002

Penguji II

**Jan Bobbw Nesra Barus, S.Pd., M.Pd**  
NIDN: 0128019001

Penguji III

**Julius Boy Nesra B. Barus, S.Pd., M.Pd**  
NIDN: 0117038701

Ketua Prodi  
Pendidikan Olahraga

**Julius Boy Nesra B. Barus, S.Pd., M.Pd**  
NIDN: 0117038701



**UNIVERSITAS QUALITY BERASTAGI**  
**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

Peceren – Lau Gumba Kec. Berastagi Kab. Karo, Sumatera Utara, Telp. (0628) 92188  
web: www.uqb.ac.id | e-mail : info@uqb.ac.id

**BERITA ACARA UJIAN SKRIPSI**

Pada hari ini tanggal 2 Juli 2021 telah dilaksanakan Ujian Skripsi mahasiswa Program Studi Pendidikan Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Quality Berastagi.

Nama : Deprando Tarigan

NPM : 1715030006

Tempat : Ruang Sidang FKIP Universitas Quality Berastagi

Waktu : 10.00 s/d Selesai

Judul Skripsi : Hubungan Kebugaran Jasmani Dengan Hasil Belajar Siswa Kelas V SD Negeri 040471 Kampung Merdeka Tahun Pelajaran 2020/2021

Dinyatakan Lulus dan memenuhi syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd).

Dengan Nilai : A-

**Disetujui Dewan Penguji**

Penguji I

**Drs. Sejahtra, M.Pd**  
NIP : 19660917 199303 1 002

Penguji II

**Jan Bobbw Nesra Barus, S.Pd., M.Pd**  
NIDN: 0128019001

Penguji III

**Julius Boy Nesra B. Barus, S.Pd., M.Pd**  
NIDN: 0117038701

Ketua Prodi  
Pendidikan Olahraga

**Julius Boy Nesra B. Barus, S.Pd., M.Pd**  
NIDN: 0117038701

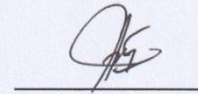
PERSETUJUAN PENGUJI UJIAN SKRIPSI PROGRAM STUDI  
PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR FAKULTAS  
KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS QUALITY  
BERASTAGI

---

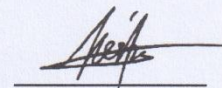
Nama

Tanda Tangan

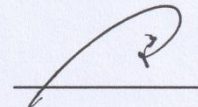
Drs. Sejahtra, M.Pd  
NIP : 19660917 199303 1 002



Jan Bobby Nesra Barus, S.Pd., M.Pd  
NIDN: 0128019001



Julius Boy Nesra B.Barus, S.Pd., M.Pd  
NIDN: 0117038701



Mahasiswa :  
Nama : Deprando Tarigan  
NPM : 1715030006  
Tanggal Ujian : 2 Juli 2021

## KATA PENGANTAR

Segala Puji Syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat, rahmat, kasih karuniadan tuntunan-Nya penulis dapat menyelesaikan penulisan proposal dengan baik. Adapun judul proposal yang dibuat penulis adalah **“Hubungan Kebugaran Jasmani dengan Hasil Belajar Siswa Kelas V SD Negeri 040471 Kampung Merdeka Tahun Pelajaran 2020/2021”**

Penulis telah berusaha semaksimal mungkin dalam penyelesaian proposal ini dan juga menyadari tanpa bantuan dari berbagai pihak proposal ini tidak akan selesai dengan baik, maka dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih banyak kepada :

1. Bapak Drs. Eduard, M.Si selaku Rektor Universitas Quality Berastagi.
2. Bapak Prof. Dr. Nurdin Bukit, M.Si selaku Wakil Rektor Universitas Quality Berastagi.
3. Bapak Drs. Sejahtra, M,Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Quality Berastagi.
4. Bapak Julius Boy Nesra Barus S.Pd, M.Pd selaku Ketua Program Studi Pendidikan Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Kependidikan Universitas Quality Berastagi.
5. Bapak Julius Boy Nesra Barus S.Pd, M.Pd selaku Dosen Pembimbing I yang telah membimbing dan memberikan dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak Rizki Bastanta Manalu S.Pd, M.Pd selaku Dosen Pembimbing II yang telah membimbing saya dan memberikan dukuan kepada saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Bapak/Ibu Staf Pengajar dan Pegawai Administrasi , perpustakaan Fakultas Keguruan dan Ilmu Kependidikan Universitas Quality Berastagi
8. Teristimewa kepada Ibunda dan Ayahanda yang selalu memberikan dukungan dan motivasi selama mengikuti perkuliahan sampai menyusun proposal ini.
9. Ucapan terima kasih kepada Semiona Br Tarigan, Eben Pranata Tarigan, Rocky Putra Sembiring, Monica Br Bukit, Ropindo Surbakti, Frantino Yody



Silvester, Devanant Clevoxy Tarigan, Arya Machenzie Sembiring, Vega Syafwan Surbakti, Reka Pilia Br Surbakti, Oben Diplin Sembiring, Arya Kamandanu, Arya Kamandaka, Juti Rohit Surbakti, Eykel Sioloan Surbakti, Dear Birano Surbakti, Eko Klinton Giting, Enda Losia Br Giting yang saya sayangi dan yang saya cintai yang telah membantu penulis dalam menyusun skripsi ini.

10. Ucapan terima kasih kepada, Tiba Sari Br Giting, Juneidi Surbakti, Suka Bakti Giting, Esna Wati Br Sembiring, Bismar Surbakti, Sumitra Dewi Br Giting dan Tingtang Giting, yang selalu membeikan motivasi dan dukukan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
11. Ucapan terimakasih yang sedalam-dalamnya kepada Vinni Alvionitha Br Bukit, SE yang telah setia dan sabar memberikan dukungan dan menemani penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
12. Ucapan terimakasih kepada Jan Pramana Giting, Jacky Jaro Milala, Chairun Nisa Br Tarigan, Purnaya Sari Br Tarigan, Enerzi Giting, Devan Godrick Giting, Agustinus Sembiring Pandia, Rey Heriz Hagata, Rani Adventnita Br Barus, Angga Surbakti yang selalu memberikan dukungan kepada penulis selama menyelesaikan skripsi ini.

Penulis juga menyadari bahwa dalam penulisan ini masih banyak kekurangan baik dalam isi maupun penulisan. Untuk itu penulis sangat berharap saran dan kritikan yang bersifat membangun demi kesempurnaan proposal ini. Akhir kata penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya, semoga proposal ini berguna bagi kita semua.

Berastagi , Juni 2021  
Penulis

**Deprando Tarigan**  
**NPM. 1715030006**

## DAFTAR ISI

<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>i</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>ii</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>iii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>iv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Pembatasan Masalah .....	5
D. Perumusan Masalah .....	5
E. Tujuan Penelitian .....	5
F. Kegunaan Penelitian .....	5
<b>BAB II KAJIAN TEORITIS .....</b>	<b>7</b>
A. Kerangka Teoritis .....	7
1. Kebugaran Jasmani .....	7
2. Pengertian Pembelajaran .....	12
B. Kerangka Berpikir .....	12
C. Hipotesis Tindakan .....	19
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>20</b>
A. Lokasi Penelitian .....	20
B. Populasi dan Sampel Penelitian .....	20
C. Jenis Penelitian .....	21
D. Defenisi Operasional Variabel Penelitian .....	21
E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data .....	22
F. Teknik Analisis Data .....	25
G. Korelasi Kebugaran Jasmani dengan Hasil Belajar .....	26
<b>BAB HASIL PENELITIAN DAN PEMBAASAN .....</b>	<b>29</b>
A. Hasil Penelitian .....	29
1. Sejarah Singkat SD Negeri 040471 Kampung Merdeka.....	29
2. Struktur Organisasi .....	30
B. Data Tes Kebugararan Jasmani dan Nilai Raport .....	31

1. Uji Validitas .....	32
2. Uji Linearitas .....	33
3. Keputusan Uji Linearitas .....	34
4. Uji Korelasi.....	35
5. Uji Hipotesis .....	37
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>39</b>
A. Kesimpulan .....	39
B. Saran .....	39
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>40</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Tes Kebugaran Jasmani Indonesia Untuk Usia Anak 11-12 Tahun Putri .....	23
Tabel 3.2	Tes Kebugaran Jasmani Indonesia usia Anak 11-12 Tahun Putra .....	23
Tabel 3.3	Deskriptif Kategori TKJI.....	24
Table 4.1	Data Nilai Raport Kelas V .....	31
Table 4.2	Data Tes Kebugaran Jasmani .....	31
Table 4.3	Data Nama Siswa.....	32
Table 4.4	Case Processing Summary.....	33
Table 4.5	Report.....	33
Table 4.6	Measures Of Association.....	34
Table 4.7	Corelations.....	35
Table 4.8	Variables Entered .....	36
Table 4.9	Model Summary.....	36
Table 4.10	Anova.....	37
Table 4,11	Coefficienst.....	37

## DAFTAR GAMBAR

Gambar. 2.1 Hubungan Kebugaran Jasmani dengan Hasil Belajar ..... 19



## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

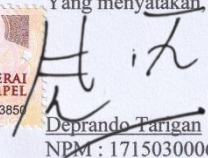
Nama : Deprando Tarigan  
NPM : 1715030006  
Program Studi : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi yang saya tulis dengan judul : **“HUBUNGAN KEBUGARAN JASMANI DENGAN HASIL BELAJAR SISWA KELAS V SD NEGERI 040471 KAMPUNG MERDEKA TAHUN PELAJARAN 2020/2021”**. Merupakan hasil karya penulis, tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun, dan sepanjang pengetahuan penulis juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh penulis lain, kecuali Jika Skripsi ini terbukti merupakan duplikasi ataupun plagiasi dari ha sil karya penulis lain dan atau dengan sengaja mengajukan karya atau pendapat yang merupakan hasil karya penulis lain, maka penulis bersedia menerima sanksi akademik berupa pembatalan skripsi dan pencabutan gelar yang penulis peroleh sebagai hasil ujian akhir studi atas Skripsi ini. Demikian Surat Pernyataan ini saya perbuat sebagai pertanggung jawaban ilmiah tanpa adanya unsur paksaan maupun tekanan dari pihak manapun juga.

Berastagi, Juli 2021

Yang menyatakan,



  
Deprando Tarigan  
NPM : 1715030006