



# JOKER

## (JURNAL ILMU KEOLAHRAGAAN)

Volume 4 No. 3 Desember 2023

e-ISSN: 2723-584X

### ANALISIS INDEKS PEMBANGUN OLAHRAGA SISWA DI KOTA BANDUNG: KAJIAN DALAM PERSPEKTIF DIMENSI PARTISIPASI OLAHRAGA

Dea Apriliani<sup>1</sup>, Carsiwan<sup>2</sup>, Reshandi Nugraha<sup>3</sup>, Burhan Hambali<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia.

Email: [deaapriliani254@upi.edu](mailto:deaapriliani254@upi.edu)

<sup>2</sup>Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia.

Email: [carsiwan@upi.edu](mailto:carsiwan@upi.edu)

<sup>3</sup>Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia.

Email: [reshandi@upi.edu](mailto:reshandi@upi.edu)

<sup>4</sup>Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia.

Email: [burhanhambali@upi.edu](mailto:burhanhambali@upi.edu)

#### ABSTRACT

*This study aims to analyze the level of sports participation of junior and senior high school students in the city of Bandung as one of the dimensions in measuring the sports development index. The method in this study uses quantitative descriptive. Data were obtained through observation by measuring sports participation as one of the dimensions of the sports development index. A total of 370 junior and senior high school students in the city of Bandung became participants in this study. The results of the analysis show that the sports participation rate of junior and senior high school students in Bandung City reaches 70.8%, the highest percentage of students who do physical activity is once a week at 44%, then the time that students often use when exercising is 0-20 minutes with a percentage of 39%, and students who engage in intense sports activities are the highest in the medium category with a percentage of 47%, this shows that there are still many middle and high school students in Bandung City who are active in sports/physical activity every week. Therefore, it can be concluded that the level of sports participation in physical activity is still in great demand by junior and senior high school students in the city of Bandung.*

**Keywords:** Sports development, sports participation, students

#### ABSTRAK

*Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat partisipasi olahraga siswa SMP dan SMA di wilayah Kota Bandung sebagai salah satu dimensi dalam mengukur indeks pembangunan olahraga. Metode dalam penelitian ini menggunakan deskripsif kuantitatif. Data diperoleh melalui observasi dengan mengukur partisipasi olahraga sebagai salah satu dari dimensi indeks pembangunan olahraga. Sebanyak 370 siswa SMP dan SMA di Kota Bandung menjadi partisipan dalam penelitian ini. Hasil analisis menunjukkan bahwa tingkat partisipasi olahraga siswa SMP dan SMA di Kota Bandung mencapai 70,8%, persentase siswa tertinggi yang melakukan kegiatan aktivitas fisik yaitu satu kali dalam seminggu sebanyak 44%, selanjutnya waktu yang sering siswa gunakan ketika*

berolahraga 0-20 menit dengan persentase 39%, dan siswa yang intens melakukan kegiatan olahraga tertinggi yaitu dalam kategori sedang dengan persentase 47%, hal tersebut menunjukkan bahwa masih banyak siswa SMP dan SMA di Kota Bandung yang aktif dalam melakukan olahraga/aktivitas fisik setiap minggunya. Oleh sebab itu, dapat disimpulkan bahwa tingkat partisipasi olahraga aktivitas fisik masih banyak diminati oleh siswa SMP dan SMA di Kota Bandung.

**Kata Kunci:** Pembangunan olahraga, partisipasi olahraga, siswa

## PENDAHULUAN

Olahraga sangat berhubungan dengan aspek-aspek perkembangan dan pertumbuhan kehidupan manusia. Kegiatan dalam olahraga harus dilakukan dengan teratur dan terarah, hal ini terbukti karena olahraga harus dipelajari dan dibimbing dengan memperhatikan karakteristik pribadi setiap orang. Melakukan kegiatan olahraga yang teratur dan terarah sesuai dengan karakter menjadikan kegiatan olahraga akan dapat memberi asupan yang sangat berharga untuk pertumbuhan dan perkembangan manusia itu sendiri dengan seutuhnya yang berlangsung seumur hidup maka dari itu, sangat perlu dibina dan dikembangkan dilingkungan sekolah. Olahraga yaitu media untuk membina, memelihara, dan juga meningkatkan Kesehatan atau kebugaran jasmani kepada yang melakukannya. Adapun menurut pendapat Undang-undang No.3 tahun 2005 olahraga merupakan kegiatan yang sistematis untuk mendorong atau membina untuk mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial disekolah. Membina, memelihara, dan meningkatkan Kesehatan dan kebugaran jasmani adalah salah satu tujuan dari kegiatan olahraga, sedangkan pencapaian tujuan tersebut akan diperoleh dari hasil evaluasi, tidak dapat dihindari bahwa salah satu keberhasilan pembangunan nasional di Indonesia ini terletak pada hasil kualitas sumber daya manusia, agar mendapatkan sumber daya manusia yang berkualitas, maka Pendidikan yaitu merupakan sarana yang paling ampuh baik Pendidikan formal maupun non formal (Rahmawati, Suroto, dan Wahyuni 2016).

Dalam partisipasi olahraga dapat dikatakan sebagai bagian manfaat dari acara olahraga elit, tetapi fakta tersebut tidak mendukung pernyataan itu, dan sebagai sarana untuk memanfaatkan acara guna membangun untuk partisipasi ini sebenarnya belum dikembangkan (Chalip et al. 2017). Telah diketahui bahwa bagaimanapun, partisipasi olahraga tidak dapat dimunculkan hanya dengan fakta bahwa sebuah acara yang diselenggarakan, melainkan pada cara sebuah acara dapat digunakan sebagai hal untuk memberikan efek yang diinginkan (yaitu, dapat memanfaatkan acara tersebut) (Taks et al. 2013). Sedangkan partisipasi didalam dunia olahraga yaitu bagian dari gaya hidup yang sehat serta perlu dikembangkan melalui partisipan olahraga yang mencakup suatu hal yang sangat luas, mulai dari usia yang sangat muda sampai usia tua, serta dari tingkat permainan yang memiliki tujuan untuk sebuah rekreasi sampai tingkat professional (Sitepu 2017). Paparan dan partisipasi dalam berbagai aktivitas yang ada serta berbeda biasanya lebih disukai oleh remaja, tetapi tergantung pada kemampuan dan bakat bawaan yang dimilikinya, individu mungkin mulai lebih menghususkan dirinya pada olahraga favorit mereka, pada saat memulai, penting juga untuk mempertimbangkan bahwa seorang remaja muda membutuhkan demonstrasi aktivitas selain dari instruksi verbal (Brown et al. 2017). Bahwasannya, partisipasi yang rutin dalam aktivitas fisik (*physical activity*) sangat penting untuk sebuah kesehatan yang baik serta seseorang yang aktif dalam melakukan aktivitas fisik maka akan mendapat manfaat dari tingkat kebugaran terkait dengan kesehatan yang lebih tinggi dan berisiko lebih

rendah untuk mengembangkan berbagai kondisi medis yang dapat melumpuhkan dari pada orang yang tidak aktif. Perlu diketahui bahwa umum bagi remaja untuk slalu berpartisipasi aktif kedalam berbagai jenis aktivitas fisik tertentu melalui berbagai mode atau pengaturan (Eime et al. 2013). Partisipasi didalam kegiatan olahraga yaitu bagian dari gaya hidup sehat yang harus di kembangkan. Partisipasi olahraga sangat luas mulai dari tingkat usia dari yang muda sampai tua, dari tingkat permainan untuk tujuan rekreasi sampai ketinggian profesional. Alas an harus mengikuti keikutsertaan seseorang dalam bervariasi, diantaranya yaitu untuk Kesehatan, kebugaran, ataupun untuk alasan lain seperti membentuk karakter yang positif dan sosialisasi. Keterlibatan setiap orang dalam berolahraga yaitu bentuk ekspresi seseorang yang menyenangkan. Banyak sekali orang yang menjadikan olahraga sebagai sumber kesenangan dan kepuasan diri. Tidak dihiraukan lagi bahwa banyak anak muda yang sudah mengalami kematangan kepribadian melalui pengalaman olahraga. Pembentukan karakter positif olahraga ditentukan dengan kondisi yang terjadi saat pengalaman olahraga yang dialami (Sitepu 2017). Minat dan partisipasi olahraga sangat berbeda dengan antar budaya satu dengan lainnya, setiap budaya harus memiliki norma ataupun ukuran masing-masing yang mengatur kehidupan sosialnya akan menciptakan lingkungan dan karakter pribadi yang berbeda. Ini yang akan menyebabkan setiap individu memiliki ciri khas yang sesuai dengan budayanya (Harvianto 2019).

Mashud (2016) yang mengutip dari pusat kebugaran jasmani (980:12:2008) kebugaran jasmani masuk kedalam 3 kelompok yaitu 1. Kebugaran statis yang memiliki arti kata keadaan seseorang yang bebas dari gejala penyakit, 2. Kebugaran dinamis merupakan kemampuan untuk bekerja efisien dan tidak memerlukan keterampilan, contohnya berjalan, mengangkat, dan lain-lain. Dan 3. Kebugaran motoris yaitu merupakan kemampuan untuk melakukan kerja dengan

keterampilan tinggi dan efisien. Dari ketiga definisi tersebut dapat ditarik kesimpulan yaitu orang sehat belum tentu dia bugar, sedangkan orang yang memiliki kebugaran sudah tentu dia sehat. Demikian juga siswa dan guru disekolah apabila mereka dalam keadaan yang bugar jasmaninya maka pasti mereka sehat. Maka dari itu mempunyai kondisi yang bugar maka sakit akan menjauh dan angka yang tidak masuk sekolah karena sakit kan berkurang bahkan secara otomatis kinerja guru akan meningkat dan prestasi belajar siswa juga akan meningkat.

Kebugaran jasmani yang baik akan sangat membantu para siswa dalam menjalankan aktivitasnya sehari-hari baik disekolah maupun kegiatan yang lainnya. Siswa akan tidak mudah merasa mengantuk, lesu dan ketika sedang belajar dikelas karena siswa tersebut mempunyai kesegaran jasmani yang baik dan para siswa tidak akan merasa mudah Lelah ketika melakukan aktivitas sehari-hari. Salah satu upaya pemerintah agar dapat meningkatkan kebugaran jasmani siswa disekolah, selain pembelajaran jasmani yang diberikan seminggu sekali dengan alokasi waktu 2x35 untuk kalangan SD/MI 3x35 untuk SMP/MTS dan 3x45 untuk SMA/SMK/MA menit, disesuaikan dengan pelaturan Menteri Pendidikan dan kebudayaan republik Indonesia Nomor 70 tahu 2013 (Pratama 2018).

Pendidikan jasmani merupakan suatu kegiatan yang dibangun secara sosial yang diinformasikan oleh, dan menginformasikan mengenai budaya fisik yang secara lebih luas (Coulter 2011). Dapat dikatakan juga bahwa pendidikan jasmani ialah bagian dari pendidikan yang dilakukan untuk mengembangkan kemampuan melalui gerak sehingga dapat tercapainya kesehatan serta tujuan dari pendidikan yang diharapkan itu sendiri, yaitu mencakup pengetahuan, keterampilan, dan sikap (Mustafa dan Dwiyo 2020). Artinya mereka melakukan kegiatan berolahraga bertujuan untuk mengembangkan keterampilan serta kemampuan dengan adanya motivasi yang

tinggi karena ada hubungannya dengan harappan hasil belajar penjasorkes agar menjadi lebih baik (Asnaldi, FIK-UNP, dan M 2018).

Bagi para siswa sekolah mungkin pembelajaran penjas sudah tidak asing karena para siswa sudah mendapatkan pengetahuan dasar tentang pembelajaran penjas dengan baik, maka tidak sedikit diantara siswa yang merasakan pembelajaran penjas itu sulit dipahami, maka dengan demikian para siswa yang mau mengikuti pembelajaran penjas disekolah (Nur, Nirwandi, dan Asmi 2018). Pendidikan jasmani yaitu bagian integral pembelajaran olahraga secara keseluruhan yang dapat mengembangkan atau individu secara utuh dengan berarti dapat mencakup aspek-aspek jasmaniah. Kemampuan interpretif atau intelektual, emosional, dan juga moral-moral spiritual yang dalam proses pembelajarannya mengutamakan aktivitas jasmani dan kebiasaan pola hidup sehat (Rahmawati, Suroto, dan Wahyuni 2016). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan mendeskripsikan tingkat partisipasi siswa SMP dan SMA se-Bandung Raya dalam melakukan olahraga/aktivitas jasmani ditinjau dari pembangunan olahraga.

## **METODE PENELITIAN**

Metode dalam penelitian ini menggunakan metode deskripsif kuantitatif (Hambali et al. 2020; Yudiana et al. 2022) dengan artian metode penelitian yang digunakan ini untuk menciptakan gambaran tentang suatu keadaan atau peristiwa, sehingga metode ini digunakan untuk mengumpulkan data dasar. Instrumen yang

digunakan dalam penelitian ini adalah angket/kuesioner partisipasi olahraga yang menjadi salah satu dimensi dari indeks pembangunan olahraga . Populasi penelitian ini adalah peserta didik tingkat SMP dan SMA di Kota Bandung. Data yang diperoleh dari observasi untuk mengetahui indeks pembangunan olahraga melalui partisipasi remaja adalah dengan menggunakan teknik sampling jenuh dimana semua populasi dijadikan sample dan instrumen penelitian ini menggunakan angket/kuisisioner, menurut (Sukendra dan Atmaja 2020) angket dan kuisisioner yaitu alat yang digunakan untuk mengumpulkan data yang berisi pertanyaan tertulis yang harus diisi oleh para responden, instrument ini sering digunakan dalam pendekatan kuantitatif yang bertujuan untuk menghasilkan informasi yang relevan dengan tujuan peneliti mendapatkan data dan reliabilitas yang tinggi.

Populasi dan sample penelitian sejumlah 370 siswa SMP dan SMA di Kota Bandung. Siswa laki-laki sebanyak 74 responden dan siswa perempuan sebanyak 96 responden dengan rentang usia dari 13-18 tahun. Semua partisipan diberikan informed consent sebelum melakukan proses penelitian. Hal ini dilakukan agar siswa mengetahui bahwa data yang dihasilkan dalam penelitian ini akan dianalisis untuk kepentingan penelitian dan dapat dijadikan acuan umpan balik langsung bagi guru/sekolah maupun siswa/atlet. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis univariat yang digunakan untuk mengamati satu variabel yang bertujuan untuk mengetahui dan mengidentifikasi karakteristik dari variabel tersebut.

## **HASIL PENELITIAN**

Penelitian ini di maksudkan untuk mengetahui indeks pembangunan olahraga dilihat dari perspektif partisipasi siswa remaja tingkat SMP dan SMA Se-Bandung Raya.

### 1. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif berdasarkan demografi digunakan untuk melihat gambaran umum dari subyek penelitian. Jenis kelamin, usia, dan tingkat pendidikan sebagai indikator dalam demografi ini. Hasil analisis deskriptif demografi sebagai berikut:

No	Demografi		Frekuensi	Persentase
1	Jenis Kelamin	Pria	74	47,00%
		Wanita	96	53,00%
		13 Tahun	5	4,10%
		14 Tahun	5	17,60%
2	Usia	15 Tahun	1	8,40%
		16 Tahun	104	28,10%
		17 Tahun	146	39,50%
		18 Tahun	9	2,40%
3	Tingkat Pendidikan	SMP	96	25,90%
		SMA	274	74,10%

Berdasarkan tabel demografi, dapat dilihat bahwa jumlah siswa yang terlibat dalam penelitian ini sebanyak 370 siswa. 196 siswa diantaranya berjenis kelamin wanita (53%), sedangkan 174 (47%) siswa sisanya berjenis kelamin pria. Terdapat enam kelompok usia yang berkontribusi dalam penelitian ini, yaitu 13 tahun ( 15 siswa), 14 tahun (65 siswa), 15 tahun (31 siswa), 16 tahun (104 siswa), 17 tahun (146 siswa), dan 18 tahun (9 siswa). Siswa yang terlibat dalam penelitian ini didominasi oleh siswa SMA sebanyak 274 siswa (74,10%) dan siswa SMP sebanyak 96 siswa (25,90%).

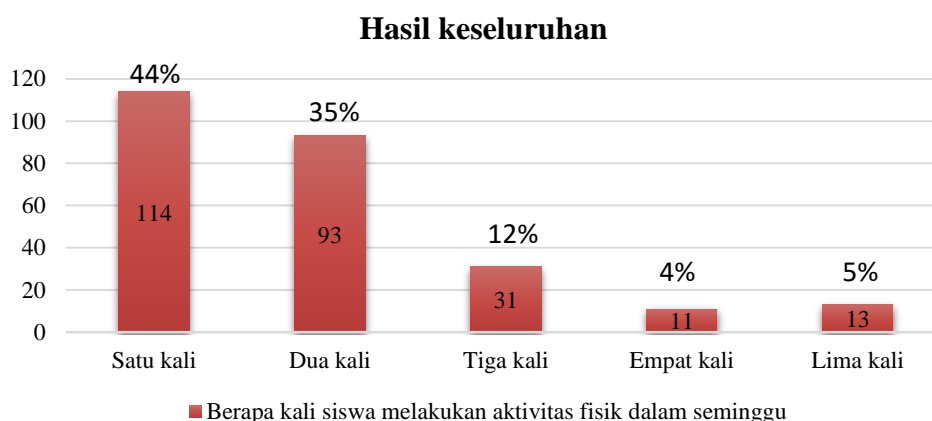
**Tabel 2.1. Hasil Kategorisasi Partisipan Yang Melakukan Kegiatan Olahraga/Aktivitas Fisik Dalam Satu Minggu**

Pernyataan	N	Persentase
YA	262	70,8%
TIDAK	108	29,2%
<b>Jumlah</b>	<b>370</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa jawaban dari responden, Sebagian besar yaitu siswa yang menjawab YA yaitu sebanyak 262 responden (70,8%) siswa yang melakukan kegiatan olahraga/aktivitas fisik dalam satu minggu, sementara itu, terdapat 108 siswa (29,2%) siswa SMP dan SMA di Bandung Raya yang menjawab Tidak melakukan kegiatan olahraga/aktivitas fisik dalam satu minggu terakhir. Selanjutnya, peneliti juga melakukan analisis skala berapa kali siswa SMP dan SMA se-Bandung Raya berolahraga/melakukan aktivitas fisik dalam seminggu, dan mendapatkan data sebagai berikut :

**Tabel 2.2 Hasil Kategorisasi Berapa Kali Melakukan Aktivitas Fisik Dalam Seminggu**

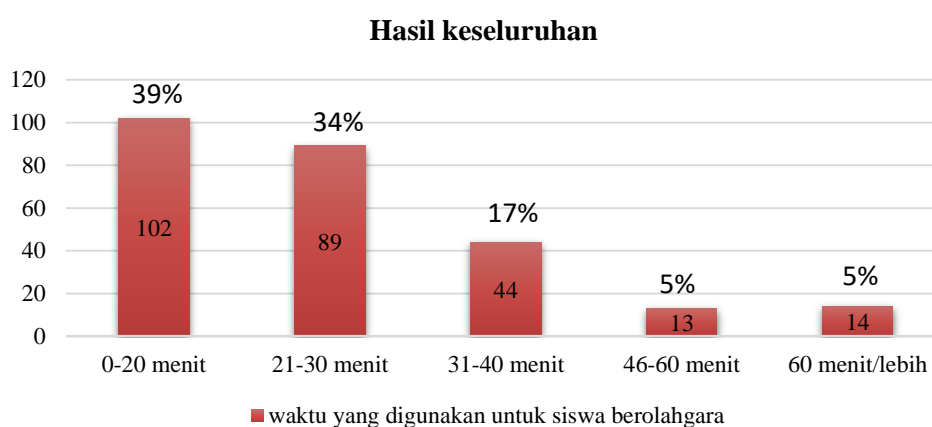
Pernyataan	N	Persentase
Satu kali	114	44%
Dua kali	93	35%
Tiga kali	31	12%
Empat kali	11	4%
Lima kali/ lebih	13	5%



Berdasarkan tabel dan grafik diatas diketahui dari 262 siswa yang suka berolahraga/melakukan aktivitas fisik dalam seminggu, Sebagian besar adalah siswa yang melakukan **Satu kali** dalam seminggu yaitu 114 responden (44%), sementara itu, terdapat 93 responden (35%) yang melakukan dua kali dalam seminggu, 31 responden (12%) yang melakukan tiga kali dalam seminggu, 11 reponden (4%) yang melakukan empat kali dalam seminggu dan 13 responden (5%) yang melakukan lima kali berolahraga/melakukan aktivitas fisik dalam seminggu. Selanjutnya, peneliti juga melakukan analisis skala waktu yang digunakan dalam setiap kali berolahraga/melakukan aktivitas fisik, dan mendapatkan data sebagai berikut :

**Tabel 2.3 Hasil Kategorisasi Waktu Yang Digunakan**

Pernyataan	N	Persentase
0-20 menit	102	39%
21-30 menit	89	34%
31-40 menit	44	17%
46-60 menit	13	5%
60 menit/lebih	14	5%



Berdasarkan tabel dan grafik diatas diketahui waktu yang digunakan siswa ketika berolahraga, Sebagian besar adalah siswa yang melakukan **0-20 menit** waktu yang digunakan ketika berolahraga yaitu 102 responden (39%), sementara itu, terdapat 89 responden (34%) yang melakukan 21-30 menit untuk berolahraga, 44 responden (17%) yang melakukan 31-40 menit untuk berolahraga, 13

responden (5%) yang melakukan 46-60 menit untuk berolahraga dan 14 responden (5%) yang melakukan 60 menit/lebih untuk melakukan olahraga/aktivitas fisik. Selain itu, peneliti juga melakukan analisis seberapa intens para siswa SMP dan SMA Se-Bandung Raya melakukan olahraga/aktivitas fisik dan mendapatkan data sebagai berikut :

**Tabel 2.4 Hasil Skala Siswa Yang Intens Melakukan**

Pernyataan	N	Persentase
Sangat ringan	16	6%
Ringan	108	41%
Sedang	123	47%
Cukup berat	15	6%

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa jawaban responden, Sebagian besar adalah siswa termasuk dalam kategori **Sedang** yaitu sebanyak 123 responden (47%), sementara itu terdapat 108 responden (41%) siswa yang masuk kategori ringan, Adapun 16 responden (6%) siswa yang masuk kategori sangat ringan dan hanya sekitar 15 responden (6%) siswa SMP dan SMA se-Bandung Raya yang masuk dalam ketegori cukup berat dalam melakukan aktivitas fisik.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari tingkat partisipasi siswa SMP dan SMA se-Bandung Raya yang melakukan olahraga/aktivitas fisik yaitu 70,8%, persentase siswa tertinggi yang melakukan kegiatan aktivitas fisik yaitu **Satu kali** dalam seminggu sebanyak 44%, selanjutnya waktu yang sering siswa gunakan ketika berolahraga yaitu **0-20 menit** dengan persentase 39%, dan siswa yang intens melakukan kegiatan olahraga tertinggi yaitu dalam kategori **Sedang** dengan persentase 47% yang berarti masi banyak siswa SMP dan SMA se-Bandung Raya yang masi melakukan olahraga/aktivitas fisik setiap minggunya.

Didalam pembangunan olahraga ada hasil yang sudah dicapai yaitu terarahnya konsep kebijakan yang mendukung perkembangan olahraga nasional dan dalam pedoman mekanisme pembinaan olahraga dan kesegaran jasmani, dengan terancangnya undang-undang olahraga untuk mendukung perkembangan olahraga nasional, dan tersusunnya perkembangan olahraga. Perkembangan olahraga yaitu tolak ukur untuk mendapatkan seberapa besar dan

bagaimana pembangunan olahraga disalah suatu daerah dapat (Dasar dan Decheline 2017). Konsep mengembangkan olahraga menyajikan ukuran pembangunan olahraga yang lebih memadai dan terseluruh dibandingkan hanya dengan ukuran tunggal yaitu prestasi (Saverus 2019).

Menurut perspektif (Permana dan B 2015) rendahnya partisipasi dalam berolahraga disebabkan dengan beberapa hal yaitu : a) kegiatan olahraga yang cenderung berorientasi dalam peningkatan prestasi, sehingga dapat membatasi partisipasi orang yang kurang berminat untuk mengejar prestasi dibidang olahraga, b) kurangnya keterampilan gerak dasar sehingga orang-orang sukar menekuni salah satu cabang olahrag, c) kurangnya derajat Kesehatan atau kebugaran jasmani yang menyebabkan psikologis merasa tidak mampu, d) tingkat ekonomi yang kurang sehingga merasa tidak sanggup untuk memenuhi pengeluaran didalam kegiatan olahraga, e) merasa terkurasnya tenaga dan waktu akibat terlalu sibuk dalam bekerja, f) belum tersedianya fasilitas olahraga yang khusus untuk para lansia, dan g) belum adanya fasilitas olahraga ditempat

umum yang memberi akses untuk penderita cacat, sehingga orang-orang tidak ingin berolahraga Bersama masyarakat lainnya.

Pendidikan jasmani yakni memiliki peran dan fungsi yang strategis dalam pengembangan partisipasi olahraga, tidak hanya menyangkut aspek fisik namun juga perkembangan psikis anak dan keterampilan sosialnya. Yang berarti Pendidikan jasmani harus ditekuni serius oleh anak-anak karena tidak hanya memberi manfaat tubuh menjadi sehat dapat juga dijadikan acuan untuk menunjukkan prestasi sekaligus pengembangan bakat siswa dibidang olahraga (Sartinah 2008). Pada kenyataannya dengan adanya Pendidikan jasmani dapat juga membentuk karakter yang positif untuk siswa khususnya untuk menjadikan siswa sering melakukan aktivitas fisik dan membawa kebiasaan tersebut di rumah, tidak bisa dipungkiri ketika siswa senang dengan pelajaran olahraga di sekolah akan membentuk generasi muda di masa depan. Disamping penyalur hobi para siswa untuk berolahraga, Pendidikan jasmani juga dapat melatih kedisiplinan dan Kerjasama tim dengan melakukan permainan olahraga beregu (Erzitka Inkadatu dan Wibowo 2017).

Untuk meningkatkan partisipasi olahraga melalui Pendidikan jasmani tentunya ada peran guru yang harus dapat mengajarkan berbagai macam keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi bermain/ olahraga, internalisasi nilai-nilai (sportifitas, jujur Kerjasama, dan lain lain) dari pembiasaan pola hidup sehat. Pelaksanaan aktivitas olahraga tidak melalui pembelajaran konvensional didalam kelas yang berupa kajian teoritis, namun harus melibatkan unsur fisik mental, intelektual, emosional, dan sosial. Aktivitas yang diberikan dalam pembelajaran Pendidikan jasmani harus mendapatkan sentuhan didaktik-metodik, sehingga aktivitas yang dilakukan dapat mencapai tujuan pengajaran dan mampu mengembangkan olahraga. Melalui Pendidikan jasmani diharapkan siswa dapat mendapatkan berbagai pengalaman untuk

mengungkapkan kesan pribadi yang menyenangkan, kreatif, inovatif, terampil, ataupun dapat meningkatkan dan memelihara kebugaran jasmani serta pemahaman terhadap gerak manusia. Oleh karena itu, mengapa seorang guru Pendidikan jasmani sangat berperan penting dengan peningkatan partisipasi dalam olahraga secara kompersif dan menyeluruh. Karena menjadi seorang guru olahraga harus memiliki kemampuan yang tinggi dalam melakukan kegiatan pembelajaran, karena mengingat peranan yang dipegang oleh seorang guru penjas akan harus mampu meningkatkan olahraga(Erfan 2019).

## KESIMPULAN

Dari hasil penelitian ditemukan terdapat sebuah kesimpulan bahwasanya tingkat partisipasi dalam kegiatan berolahraga/aktivitas fisik dikalangan SMP dan SMA se-Bandung Raya masi tinggi banyak siswa yang suka berolahraga setiap minggunya. Hal ini dapat dijadikan acuan bagi para guru PJOK agar terus dapat mengembangkan dan memotivasi supaya para siswa SMP dan SMA se-Bandung Raya kedepannya mengalami peningkatan dalam partisipasi untuk melakukan kegiatan olahraga/aktivitas fisik setiap minggunya

## DAFTAR PUSTAKA

- Asnaldi, Arie, Zulman FIK-UNP, dan Madri M. 2018. "Hubungan Motivasi Olahraga Dan Kemampuan Motorik Dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Siswa Sekolah Dasar Negeri 16 Sintoga Kecamatan Sintuk Toboh Gadang Kabupaten Padang Pariaman." *Jurnal Mensana* 3(2): 16.
- Brown, David K. et al. 2017. "MD-TASK: A software suite for analyzing molecular dynamics trajectories." *Bioinformatics* 33(17): 2768–71.
- Chalip, Laurence, B. Christine Green, Marijke



- Taks, dan Laura Misener. 2017. "Creating sport participation from sport events: making it happen." *International Journal of Sport Policy* 9(2): 257–76. <http://dx.doi.org/10.1080/19406940.2016.1257496>.
- Coulter, Stephanie A. 2011. "Epidemiology of cardiovascular disease in women: Risk, advances, and alarms." *Texas Heart Institute Journal* 38(2): 145–47.
- Dasar, Sukendro, dan Grafitte Decheline. 2017. "Hasil Pembangunan Olahraga Di Kota Jambi Ditinjau." *Pendidikan Jasmani Dan Olahraga* 2(2): 61–71. <http://ejournal.upi.edu/index.php/penjas>.
- Eime, Rochelle M. et al. 2013. "A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for adults: Informing development of a conceptual model of health through sport." *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 10.
- Erfan, Muhammad. 2019. "170 | p." : 170–78.
- Erzitka Inkadatu, dan Ari Wibowo. 2017. "Peran Pendidikan Jasmani Dalam Mengembangkan Karakter Kerjasama Siswa Kelas Atas Sd Negeri 2 Kalipetir." *Repository UPY*: 1–9.
- Hambali, B et al. 2020. "Journal of Teaching Physical Education in Elementary School." *Journal of Teaching Physical Education in Elementary School* 4(77): 73–80.
- Harvianto, Yudo. 2019. "Minat Partisipasi Dalam Olahraga Ditinjau Dari Suku Bangsa Pada Siswa Di Kota Palangka Raya." *JUPE: Jurnal Pendidikan Mandala* 4(4): 17.
- Mashud, Mashud. 2016. "Model Sekolah Berwawasan Kebugaran Jasmani." *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga* 15(1): 75–86.
- Mustafa, Pinton Setya, dan Wasis Djoko Dwiyo. 2020. "Kurikulum Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di Indonesia Abad 21." *JARTIKA Jurnal Riset Teknologi dan Inovasi Pendidikan* 3(2): 422–38.
- Nur, Hasri Wandu, Nirwandi Nirwandi, dan Ali Asmi. 2018. "Hubungan Sarana Prasarana Olahraga Terhadap Minat Siswa Dalam Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Sma N 1 Batipuah Kabupaten Tanah Datar." *Jurnal MensSana* 3(2): 93.
- Permana, Adiyudha, dan Putra Sastaman B. 2015. "SDM Keolahragaan Kota Pontianak Provinsi Kalimantan Barat Ditinjau Dari Sport Development Index ( SDI ) yang menganalog konsep Human Development Index atau HDI , Dalam konsep hanya kepada proses pelaksanaan kegiatan saja , tetapi juga melibatkan masyarakat." *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga* 4(1): 9–19.
- Pratama, Dkk. 2018. "Survei Tingkat

- Kesegaran Jasmani Siswa Kelas X Sma Negeri 3 Palu.” *Tadulako Journal Sport Sciences and Physical Education* 6(1): 74–81.
- Rahmawati, F., S. Suroto, dan I. Wahyuni. 2016. “Hubungan Antara Beban Kerja Fisik Dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Pekerja Bagian Ground Handling Di Bandara Ahmad Yani Semarang (Studi Kasus Pada Pekerja Porter Pt. Gapura Angkasa).” *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)* 4(3): 383–93.  
<https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm/article/view/13068>.
- Sartinah, Sartinah. 2008. “Peran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Dalam Perkembangan Gerak Dan Keterampilan Sosial Siswa Sekolah Dasar.” *Pendidikan Jasmani Indonesia* 5(2): 62–67.
- Saverus. 2019. “No 主観的健康感を中心とした在宅高齢者における健康関連指標に関する共分散構造分析 Title.” *Jurnal Kajian Pendidikan Ekonomi dan Ilmu Ekonomi* 2(1): 1–19.  
[http://www.scopus.com/inward/record.url?eid=2-s2.0-](http://www.scopus.com/inward/record.url?eid=2-s2.0-84865607390&partnerID=tZOtx3y1%0Ahttp://books.google.com/books?hl=en&amp;lr=&id=2LIMMD9FVXkC&amp;oi=fnd&amp;pg=PR5&amp;dq=Principles+of+Digital+Image+Processing+fundamental+techniques&amp;ots=HjrHeuS_)
- 84865607390&partnerID=tZOtx3y1%0A  
[http://books.google.com/books?hl=en&amp;lr=&id=2LIMMD9FVXkC&amp;oi=fnd&amp;pg=PR5&amp;dq=Principles+of+Digital+Image+Processing+fundamental+techniques&amp;ots=HjrHeuS\\_](http://books.google.com/books?hl=en&amp;lr=&id=2LIMMD9FVXkC&amp;oi=fnd&amp;pg=PR5&amp;dq=Principles+of+Digital+Image+Processing+fundamental+techniques&amp;ots=HjrHeuS_).
- Sitepu, Indra Darma. 2017. “Indra Darma Sitepu: Pembentukan Karakter Melalui Partisipasi Dalam Olahraga.” *Jurnal Pedagogik Olahraga* 3(2): 99–112.  
<file:///C:/Users/LENOVO/Downloads/8209-16657-1-SM.pdf>.
- Sukendra, I Komang, dan I Kadek Surya Atmaja. 2020. *Journal Academia Instrumen Penelitian*.
- Taks, Marijke, Laura Misener, Laurence Chalip, dan B Christine Green. 2013. “KT Summary Template.” 3.
- Yudiana, Yunyun, Sucipto, Yusuf Hidayat, dan Burhan Hambali. 2022. “Student Performance Analysis in Volleyball Learning: The Use of a Modified Volleyball Information System Application.” *International Journal of Human Movement and Sports Sciences* 10(5): 913–21.