

PERAN ORANG TUA DALAM MENDUKUNG PENINGKATAN KEMAMPUAN FISIK ANAK MELALUI AKTIVITAS PEMBELAJARAN PJOK DI SMP NEGERI 2 MUARA TIGA TAHUN AJARAN 2024/2025

Firdaus, Sumarjo, Amirzan

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Jabal Ghafur
firdaus040801@g.mail.com

ABSTRAK

Penelitian ini berjudul “*Peran Orang Tua dalam Mendukung Peningkatan Kemampuan Fisik Anak melalui Aktivitas Pembelajaran PJOK di SMP Negeri 2 Muara Tiga Tahun Ajaran 2024/2025.*” Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui: (1) sejauh mana peran orang tua dalam mendukung peningkatan kemampuan fisik anak, (2) tingkat kemampuan fisik anak dalam aktivitas pembelajaran PJOK, dan (3) bentuk dukungan orang tua yang dominan dalam proses pembelajaran PJOK di SMP Negeri 2 Muara Tiga. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode deskriptif. Populasi dan sampel dalam penelitian ini berjumlah 20 orang tua siswa. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui angket tertutup dengan 35 butir pernyataan yang disusun dalam skala Likert empat pilihan. Teknik analisis data dalam penelitian ini meliputi perhitungan rata-rata (mean), standar deviasi, dan persentase, serta pengelompokan kategori berdasarkan Penilaian Acuan Norma (PAN). Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) peran orang tua dalam mendukung kemampuan fisik anak berada dalam kategori cukup, dengan nilai rata-rata sebesar 103,25 dan standar deviasi 9,78; (2) sebanyak 50% responden berada dalam kategori cukup, 20% kategori baik, 25% kategori kurang, dan 5% kategori sangat kurang; dan (3) bentuk dukungan yang paling dominan adalah dalam aspek motivasi verbal dan penyediaan kebutuhan dasar. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa peran orang tua berkontribusi cukup signifikan dalam mendukung peningkatan kemampuan fisik anak, khususnya dalam kegiatan pembelajaran PJOK. Oleh karena itu, kerja sama yang berkelanjutan antara pihak sekolah dan orang tua perlu ditingkatkan guna menciptakan lingkungan belajar yang mendukung pertumbuhan fisik siswa secara optimal.

Kata Kunci: Peran Orang Tua, Kemampuan Fisik, Pembelajaran PJOK

Pendahuluan

Pendidikan merupakan sarana utama pembentukan generasi penerus bangsa. Salah satu upaya untuk mewujudkan bentuk manusia yang memiliki pengetahuan, keterampilan, kesehatan jasmani dan rohani adalah dengan pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (PJOK) merupakan media mendorong pertumbuhan fisik, berkembang kualitas fisik dan psikis yang seimbang.

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, ketrampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani olahraga kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan

nasional. Dalam proses penyelenggaraan pendidikan di sekolah, warga sekolah menginginkan siswa mampu mempunyai pengetahuan bagus, mempunyai kepribadian yang baik, keterampilan yang baik serta kesehatan dan kebugaran jasmanai yang bagus. Dengan kata lain, siswa diharapkan dapat mencapai hasil belajar secara optimal.

Pembelajaran PJOK berjalan dengan sukses dan lancar apabila memenuhi beberapa unsur antara lain : guru, orang tua, peserta didik, kurikulum, serana dan prasarana, tujuan metode, lingkungan, yang mendukung dan penelitian (Suryobroto, 2004:1). Proses belajar mengajar pada prinsipnya merupakan hubungan timbal balik antara guru dan peserta didik yang terjadi pada dunia pendidikan lebih khusus pada bidang studi PJOK. Proses belajar mengajar yang baik yang nantinya akan membuahkan hasil belajar yang baik pula.

Hasil belajar merupakan gambaran tentang bagaimana siswa dapat memahami materi yang disampaikan oleh guru. Hasil belajar merupakan output nilai berbentuk angka maupun deskripsi yang didapat oleh siswa setelah mengikuti kegiatan belajar. Dalam kurikulum 2013 penilaian hasil belajar dilihat dari berbagai aspek yang terdiri dari beberapa KI yaitu KI-1 untuk kompetensi intin sikap spiritual, KI-2 untuk kompetensi inti sikap sosial, KI-3 untuk kompetensi inti pengetahuan, dan KI-4 untuk kompetensi inti keterampilan. Keberhasilan siswa dalam mencapai hasil belajar tentu berbeda-beda. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi tinggi rendahnya siswa dalam mencapai hasil belajar dikelompokkan menjadi dua yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah segala faktor yang berasal dari dalam diri siswa, diantaranya tingkat intelegensi, motivasi, minat, kebugaran jasmani dan sebagainya, sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar diri siswa, diantaranya lingkungan

keluarga, dukungan orang tua, lingkungan sosial, fasilitas belajar, proses pembelajaran yang menarik faktor ekonomi dan sebagainya.

Berdasarkan observasi yang dilakukan di SMP Negeri 2 Muara Tiga penuh pada semester 1 tahun ajaran 2024/2025 sebanyak 203 orang jumlah siswa SMP Negeri 2 Muara Tiga Penuh dari 9 kelas terdapat 115 orang siswa yang hasil belajarnya dibawah Kriteria Kelulusan Minimum (KKM) dimana 6 orang siswa dikatagorikan sangat rendah, 35 orang siswa dikategori rendah dan yang berada dikatagori sedang sebanyak 74 orang siswa, keadaan tersebut tentu menjadi tantangan bagi guru PJOK supaya hasil belajar siswa dapat lebih baik dari sebelumnya. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan acuan bagi guru serta pihak yang terlibat dalam proses pembelajaran PJOK dalam upaya memaksimalkan hasil belajar PJOK siswa untuk kedepannya.

Kualitas belajar mengajar lebih dipandang semata-mata dari peran dan posisi guru. Perlu disadari bahwa kualitas pembelajaran ditentukan banyak perihal guru adalah salah satunya. Perihal lain yang ikut berperan adalah tenaga masyarakat, lingkungan dan peserta didik serta orang tua. Hal tesebut perlu dipahami oleh masyarakat terutama orang tua dan guru untuk membantu proses pertumbuhan anak-anak, pembinaan, pelatih olahraga masyarakat untuk dapat membantu mencapai derajat sehat dan bugar serta mampu mengoptomalkan pengembangan prestasi peserta didik.

Orang tua dan lingkungan keluarga dapat mempengaruhi hasil belajar PJOK peserta didik. PJOK merupakan mata pelajaran yang sekaligus penunjang aktivitas fisik peserta didik, sering kali kurang mendapat perhatian dari orang tua, PJOK sampai sekarang masih dianggap hanya sebagai mata pelajaran yang tidak terlalu penting, padaha lebih dari itu, PJOK

selain memiliki peranan penting dalam peningkatan kemampuan kognitif, psikomotor maupun afektif peserta didik, PJOK juga memiliki fungsi dalam rangka tumbuh kembang anak serta pendukung aktivitas jasmani anak. Selain itu peranan orang tua dalam bentuk dukungan dan motivasi kepada peserta didik juga sangat penting. Dukungan orang tua berperan untuk mengarahkan dan memberikan motivasi kepada siswa sehingga siswa tetap termotivasi untuk mengikuti pembelajaran. Lingkungan keluarga memiliki peranan yang sangat diperlukan dalam perkembangan mental peserta didik. Bagaimana lingkungan keluarga berperan dalam membatasi dan mengarahkan setiap kegiatan yang dilakukan oleh siswa selama di rumah dan juga bagaimana orang tua dapat memberikan perhatian kepada anaknya. Selain itu lingkungan sosial, percaya diri, kompetensi guru dan ketersediaan sarana dan prasarana juga memiliki peranan yang cukup penting dalam menentukan hasil belajar PJOK.

Darling (dalam Thalib, 2010:69) menjelaskan peran orang tua terhadap perkembangan anak bahwa pengasuhan orang tua memberikan kontribusi utama terhadap sosialisasi anak, independensi, kematangan, kontrol diri, kemandirian, keingintahuan, persahabatan, orientasi berprestasi, dan nilai-nilai personal. Menurut Slameto (2010) Faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan orang tua yaitu: Cara orang tua mendidik, relasi antar anggota keluarga, suasana rumah, keadaan ekonomi keluarga, pengertian orang tua, latar belakang kebudayaan.

Willis (2011:174) menyatakan minat orang tua terhadap pendidikan sangat penting, jika minat orangtua untuk menyekolahkan anak sangat besar, maka kemungkinan anaknya akan sekolah tinggi. Dukungan orang tua sangat mempengaruhi dalam mewujudkan cita-cita anak, karena pada umumnya siswa masih tergantung pada kedua orang tua, baik itu dukungan

moril maupun materil. Orang tua merupakan penanggung jawab utama dalam pendidikan anaknya. Dimanapun anak tersebut menjalani pendidikan, baik formal maupun non formal orang tua tetap berperan dalam menentukan masa depan anak-anaknya. Sumber utama semangat dan kemauan anak untuk melakukan apapun baik dilingkungan sekolah maupun diluar jam sekolah.

Selain itu, Graha (2007:15) menjelaskan Orang tua bertanggung jawab terhadap keberhasilan pendidikan anak karena: (1) anak adalah anugerah Tuhan kepada orang tua, (2) anak mendapatkan pendidikan pertama kali dari orang tua, dan (3) orang tua adalah yang paling mengetahui karakter anaknya. Jadi, orang tua sangat berperan dalam keberhasilan pendidikan siswa, karena pendidikan pertama kali didapatkan dari orang tua, dengan demikian, orang tua berpengaruh pada pendidikan anak-anak mereka dengan memberikan dukungan yang menurut orang tua cocok untuk keberhasilan anak-anaknya.

Menurut Hamdu dan Agustina (2011:82) salah satu faktor yang mempengaruhi prestasi siswa adalah motivasi, dengan adanya motivasi siswa akan belajar lebih keras, ulet, tekun dan memiliki konsentrasi penuh dalam proses pembelajaran. Motivasi dan persepsi orang tua terhadap anak mengenai mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) yang disampaikan orang tua kepada anaknya akan melekat dipikiran sehingga memungkinkan anak tersebut memiliki persepsi tentang pentingnya pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK).

Peran orang tua tidak berhenti sampai disitu, selaku orang tua juga harus memperhatikan makanan dan asupan yang dikonsumsi anak. Menurut Soekanto (2004 :23) Bentuk peran dan dukungan orangtua yang bersifat materil terutama pada pemenuhan kebutuhan anak yang berupa pemenuhan kebutuhan gizi dan sarana

prasarana yang memadai. Pemenuhan kebutuhan gizi setiap anak tentu berbeda-beda untuk dikonsumsi sebelum beraktivitas. Untuk itu makanan yang dikonsumsi setiap hari hendaknya makanan yang tinggi karbohidrat untuk memberi bahan bakar dan mengisi kembali otot setelah beraktivitas sehari-hari.

tidaklah harus berupa lapangan yang luas atau tidak harus lintasan lari yang sebenarnya. Apabila kondisi sarana dan prasarana pendidikan jasmani kurang baik, maka akan banyak kendala yang akan dihadapi oleh guru pendidikan jasmani, seperti siswa kurang bersemangat beraktivitas untuk melakukan kegiatan olahraga, pengambilan data kurang objektif dan guru akan terhambat dalam menyampaikan materi pendidikan jasmani.

Menurut E. Mulyasa (2004:49) sarana olahraga adalah segala sesuatu yang dapat dipakai sebagai alat dalam pelaksanaan kegiatan pendidikan jasmani dan olahraga, baik yang digunakan secara langsung maupun tidak langsung untuk menunjang proses belajar mengajar.

Sarana dan prasarana olahraga memiliki fungsi vital dalam menunjang keberhasilan proses pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Sarana mencakup alat-alat yang digunakan secara langsung oleh peserta didik, seperti bola, raket, matras, dan sejenisnya, yang berfungsi untuk membantu siswa dalam melakukan aktivitas fisik secara optimal. Sementara itu, prasarana mencakup fasilitas pendukung seperti lapangan olahraga, ruang ganti, dan aula, yang berperan sebagai tempat berlangsungnya kegiatan pembelajaran. Ketersediaan sarana dan prasarana yang memadai tidak hanya mendukung kelancaran proses belajar mengajar, tetapi juga berfungsi sebagai pemicu semangat dan partisipasi aktif siswa, sehingga dapat meningkatkan efektivitas pembelajaran serta membantu

siswa mencapai kompetensi yang diharapkan dalam aspek kebugaran jasmani dan keterampilan gerak.

Berdasarkan uraian permasalahan tersebut di atas maka peneliti perlu melakukan penelitian yang berjudul “Dampak Sarana Prasarana Olahraga terhadap Kualitas Pembelajaran PJOK pada SMA Negeri 1 Glumpang Tiga”.

Teori

Keberadaan seseorang dalam kehidupan bermasyarakat tidak terlepas dari status dan juga peran. Secara umum, peranan sosial berarti suatu perbuatan seseorang dengan cara tertentu dalam usaha menjalankan hak dan kewajibannya sesuai dengan status yang dimilikinya (Abdulsyani, 2012: 94). Peran merupakan aspek dinamis dari kedudukan (status), apabila seseorang melaksanakan hak dan kewajibannya sesuai dengan kedudukannya, maka seseorang tersebut menjalankan suatu peran (Soekanto, 2006: 212).

UUD nomor 23 tahun 2002 Tentang Perlindungan Anak menyatakan :

Orang tua adalah ayah dan atau ibu kandung, atau ayah dan atau ibu tiri, atau ayah dan atau ibu angkat. Orang tua adalah ayah dan atau ibu seorang anak, baik melalui hubungan biologis maupun sosial. Umumnya orang tua memiliki peranan yang sangat penting dalam membesarkan anak, dan panggilan ibu ayah dapat diberikan untuk perempuan atau pria yang bukan orang tua kandung (biologis) dari seseorang yang mengisi peranan ini.

Contohnya adalah pada orang tua angkat (karena adopsi) atau ibu tiri (istri ayah biologis anak) dan ayah tiri (suami

ibu biologis anak). Orang tua merupakan setiap orang yang bertanggung jawab dalam suatu keluarga atau tugas rumah tangga yang dalam kehidupan sehari-hari disebut sebagai bapak dan ibu. Orang tua sendiri merupakan orang dewasa yang membawa anak ke dewasa, terutama dalam masa perkembangan. Tugas orang tua melengkapi dan mempersiapkan anak menuju ke kedewasaan dengan memberikan bimbingan dan pengarahan yang dapat membantu anak dalam menjalani kehidupan. Memberikan bimbingan dan pengarahan pada anak akan berbeda pada masing-masing orang tua karena setiap keluarga memiliki kondisi-kondisi tertentu yang berbeda corak dan sifatnya antara keluarga yang satu dengan keluarga yang lain.

Menurut Djamarah (2004: 27) orang tua dan anak adalah satu ikatan dalam jiwa. Keterpisahan raga, jiwa mereka bersatu dalam ikatan keabadian. Orang tua adalah orang yang pertama kali dikenal anak, dimata anak orang tua adalah sosok yang luar biasa, serba hebat dan serba tahu, anak akan selalu mencontoh apa yang dibuat oleh orang tuanya. Orang tua harus bertanggung jawab pula atas segala yang menyangkut kebutuhan lahir dan batin dari seseorang anak. Seseorang anak terlahir atas cinta dari kedua orang tua yang diwujudkan dalam perkawinan, perkawinan adalah bersatunya seorang pria dan wanita sebagai suami istri yang membentuk sebuah keluarga. Orang tua akan mendukung terjadinya keutuhan keluarga di kemudian hari. Kedua orang tua tidak saling memahami, berarti keduanya tidak ada ketergantungan emosi yang nantinya akan dapat dicurahkan kepada anaknya.

Pengertian Orang Tua

Manusia adalah makhluk individu dan sosial. Manusia memang bisa bersifat individual tetapi manusia hidup tidak akan terlepas dari orang lain. Manusia pertama hidup di dalam lingkungan keluarga dan

interaksi pertama dilakukan dengan orang tua yang telah mengandung, melahirkan, dan merawat serta membimbing dan mendidiknya. Dalam keluarga yang mendapat sorotan pertama adalah orangtua. Peran orangtua sangatlah besar dan sentral bagi anak-anaknya.

Orang tua adalah ayah dan ibu kandung (Salim & Yenny, 1991: 1061). Orang tua adalah sosok yang luar biasa, serba hebat, dan serba tahu. Orang tua harus bertanggung jawab penuh terhadap anak-anaknya mulai dari mengasuh, membesarkan serta bertanggungjawab pula terhadap kebutuhan lahir dan batin seorang anak. Kebutuhan itu dapat berupa perhatian dari orang tua, baik berupa kasih sayang secara langsung maupun dalam bentuk perhatian yang lainnya. Dalam hal ini, yang dimaksud dengan orang tua bukan hanya sebatas orang tua kandung tetapi juga merupakan orang tua asuh yang merawat, memberi perhatian, dan bertanggung jawab terhadap anak tersebut.

Orangtua menurut 'Ayuna (2017: 7) adalah orangtua dewasa yang turut bertanggung jawab terhadap kelangsungan hidup anak, yang termasuk dalam pengertian ini adalah ayah dan ibu, kakek, nenek, paman, bibi, kakak atau wali. Orangtua di dalam keluarga adalah sosok pemimpin yang mengatur pola komunikasi dan tingkah laku anggota keluarganya. Seorang anak biasanya menjadi target utama dari orangtua untuk mendapatkan kasih sayang yang penuh. Apalagi dalam upaya mendidik dan membimbing anak untuk menjadi orang yang diinginkan oleh orangtua. Hal ini dikarenakan sosok orangtua harus bisa menjadi seorang teladan untuk dapat ditiru oleh anak.

Segala upaya harus dilakukan oleh orangtua agar anak mampu mengembangkan kemampuan, keterampilan dan kepribadiannya. Bimbingan orangtua dari segi mental, psikologi, jasmani dan rohani anak akan

membantu perkembangan anak secara menyeluruh. Apalagi seorang anak yang masih menggantungkan diri pada orangtua. Dalam sebuah masalah pun anak harus mendapat bimbingan dari orangtua agar mampu mengatur emosinya yang masih labil. Peran orangtua akan jelas dirasakan oleh seorang anak dalam kehidupan berkeluarga. Karena keluarga adalah tempat untuk mengemukakan keluh kesah dan kesulitan yang dialami oleh anak.

Peranan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah peranan orang tua sebagai bagian dari lembaga keluarga yang berfungsi membimbing dan membina anak. Dalam konteks ini, peranan orang tua lebih dimaknai sebagai peranan keluarga. Peran orangtua terhadap anak di dalam keluarga adalah sebagai motivator, fasilitator dan mediator. Sebagai motivator, orangtua harus senantiasa memberikan motivasi/dorongan terhadap anaknya untuk berbuat kebajikan dan meninggalkan larangan Tuhan. Ilmu pengetahuan sebagai fasilitator, orangtua harus memberikan fasilitas, pemenuhan kebutuhan keluarga/anak berupa sandang pangan dan papan, termasuk kebutuhan pendidikan.”

Peranan keluarga di sini antara lain: keluarga merupakan tempat bimbingan yang pertama dan yang utama dari orangtuanya dalam hal membentuk kepribadian anak. Anak-anak bukan saja memerlukan pemenuhan kebutuhan material, tetapi juga kasih sayang, perhatian, dorongan dan kehadiran orangtua di sisinya. Maka dapat disimpulkan bahwa, peranan orangtua merupakan fungsi sosial yang dilakukan orang tua (Ibu//Bapak) dalam keluarga atau rumah tangga dengan melakukan pengawasan dan bimbingan terhadap anak-anaknya.

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Menurut Sugiyono (2007: 147), penelitian deskriptif digunakan untuk

mendesripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei. Menurut Arikunto (2006: 152) survei adalah salah satu pendekatan penelitian yang pada umumnya digunakan untuk pengumpulan data yang luas dan banyak. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan instrumen yang berupa angket tertutup.

3.1 Populasi dan Sampel

Menurut Arikunto (2006: 173) “populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Sesuai dengan pendapat tersebut, yang menjadi populasi dalam penelitian adalah seluruh orangtua/wali dari siswa SMP Negeri 2 Muara Tiga yang berjumlah 203 orang. Sugiyono (2007: 81) menyatakan sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Adapun yang menjadi sampel dalam penelitian ini diambil 10 % dari total populasi dengan memperhatikan strata atau kelas populasi Siswa SMP Negeri 2 Muara Tiga yang berjumlah 203 orang. Hal ini didasarkan atas pendapat Suharsimi Arikunto (2006 : 107) bahwa : “ apabila subjeknya besar, maka dapat diambil antara 10-15 % atau 20-25 % “. Teknik penarikan sampel dilakukan dengan stratified random sampling, pada penelitian ini diambil 10% dari jumlah populasi. Maka jumlah sampel dalam penelitian ini berjumlah 20 orang.

3.2 Instrumen Penelitian

Menurut Arikunto (2006: 192), “Instrumen pengumpulan data adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatannya mengumpulkan agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah olehnya”. Instrumen atau alat yang digunakan dalam penelitian ini berupa angket tertutup. Menurut Arikunto (2006: 168), angket tertutup adalah angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa sehingga responden tinggal

memberikan tanda *check list* (✓) pada kolom atau tempat yang sesuai, dengan angket langsung menggunakan skala bertingkat. Skala bertingkat terdapat empat pilihan jawaban yaitu, Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS).

Hasil Peneitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran orang tua dalam mendukung peningkatan kemampuan fisik anak melalui aktivitas pembelajaran PJOK di SMP Negeri 2 Muara Tiga Tahun Ajaran 2024/2025. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran angket tertutup kepada 20 orang tua siswa yang dipilih berdasarkan teknik *stratified random sampling*.

Instrumen yang digunakan adalah angket tertutup berisi 35 butir pernyataan berbasis skala Likert dengan empat alternatif jawaban. Data yang diperoleh kemudian dianalisis secara deskriptif kuantitatif menggunakan statistik sederhana seperti persentase, nilai rata-rata (mean), standar deviasi, dan kategori Penilaian Acuan Norma (PAN) menurut Azwar (2016).

Berdasarkan hasil penyebaran angket yang dilakukan terhadap 20 responden yang merupakan orang tua siswa SMP Negeri 2 Muara Tiga, diperoleh data skor total masing-masing responden. Skor ini merupakan hasil penjumlahan dari 35 item pernyataan pada angket dengan skala Likert 4 poin. Nilai maksimum yang mungkin diperoleh adalah 140 (jika semua butir diberi nilai 4), sedangkan nilai minimum adalah 35 (jika semua butir diberi nilai 1).

Berdasarkan hasil penyebaran angket kepada 20 responden, diperoleh data skor total 2065 yang kemudian dihitung nilai rata-rata (mean) dan standar deviasinya.

1. Hitung Rata-rata (Mean)

$$X = \frac{\sum X}{N}$$

$$X = \frac{2065}{20} = 103,25$$

2. Hitung Standar Deviasi

$$SD = \sqrt{\frac{\sum (X - \bar{X})^2}{N}}$$

$$SD = \sqrt{\frac{1913,75}{20}}$$

$$= \sqrt{95,6875}$$

$$= 9,78$$

Pengkategorian pengaruh sarana dan prasarana terhadap kualitas pembelajaran PJOK di SMA Negeri 1 Glumpang Tiga dilakukan menggunakan pendekatan **Penilaian Acuan Norma (PAN)** sebagaimana dikemukakan oleh Azwar (2016). Kriteria kategorinya ditentukan berdasarkan nilai rata-rata (mean) dan simpangan baku (standar deviasi) sebagai berikut:

1. $X > M + 1,5S \rightarrow$ Sangat Tinggi
2. $M + 0,5S < X \leq M + 1,5S \rightarrow$ Tinggi
3. $M - 0,5S < X \leq M + 0,5S \rightarrow$ Cukup
4. $M - 1,5S < X \leq M - 0,5S \rightarrow$ Rendah
5. $X \leq M - 1,5S \rightarrow$ Sangat Rendah

Dengan nilai Mean (M) = 103,25 dan Standar Deviasi (S) = 9,78 maka:

1. $M + 1,5S = 103,25 + (1,5 \times 9,78) = 117,92$
2. $M + 0,5S = 103,25 + (0,5 \times 9,78) = 108,14$
3. $M - 0,5S = 103,25 - (0,5 \times 9,78) = 98,36$
4. $M - 1,5S = 103,25 - (1,5 \times 9,78) = 88,58$

Dengan demikian, interval kategori tingkat pengaruh sarana dan prasarana terhadap kualitas pembelajaran PJOK di SMA Negeri 1 Glumpang Tiga dapat ditetapkan sebagai berikut:

Tabel 4.2 Interval Kategori

No	Interval Skor	Kategori
1	$X > 117,92$	Sangat Baik

2	$108,14 < X \leq 117,92$	Baik
3	$98,36 < X \leq 108,14$	Cukup
4	$88,58 < X \leq 98,36$	Kurang
5	$X \leq 88,58$	Sangat Kurang

Kategori ini digunakan untuk menginterpretasikan **peran orang tua dalam mendukung peningkatan kemampuan fisik anak** melalui aktivitas pembelajaran PJOK di SMP Negeri 2 Muara Tiga berdasarkan **skor total angket** yang diperoleh masing-masing responden. Pengelompokan skor ke dalam kategori dilakukan dengan menggunakan pendekatan **Penilaian Acuan Norma (PAN)** berdasarkan nilai rata-rata dan standar deviasi.

Selanjutnya, data akan dikelompokkan ke dalam **kategori penilaian** (Sangat Baik, Baik, Cukup, Kurang, dan Sangat Kurang), dan dihitung **persentase** dari jumlah responden dalam tiap kategori dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Persentase

F = Frekuensi responden pada kategori tertentu

N = Jumlah seluruh responden (dalam penelitian ini, N = 20)

Rumus ini digunakan untuk mengetahui **persentase jumlah responden** dalam setiap kategori, sehingga dapat ditarik kesimpulan mengenai tingkat peran orang tua berdasarkan data angket yang telah dikumpulkan.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan sebelumnya, menunjukkan bahwa peran orang tua dalam mendukung peningkatan kemampuan fisik anak melalui aktivitas pembelajaran PJOK di SMP Negeri 2 Muara Tiga sebagian besar berada dalam kategori “Cukup”, yaitu sebanyak 10 responden (50%). Selain itu, terdapat 4 responden (20%) yang berada dalam kategori “Baik”, 5 responden (25%) dalam kategori “Kurang”, dan 1 responden (5%) yang termasuk dalam kategori “Sangat Kurang”. Tidak ada responden yang mencapai kategori “Sangat Baik”.

Temuan ini menunjukkan bahwa peran orang tua sudah berada pada tingkat yang relatif memadai, namun belum optimal. Kategori “Cukup” menggambarkan bahwa sebagian besar orang tua telah memberikan bentuk dukungan kepada anak-anaknya, seperti perhatian terhadap kebutuhan jasmani, pemenuhan gizi, penyediaan sarana latihan, serta keterlibatan dalam aktivitas pembelajaran PJOK. Namun demikian, masih ada sebagian orang tua yang belum maksimal dalam menjalankan perannya, terlihat dari adanya responden yang termasuk dalam kategori “Kurang” dan “Sangat Kurang”.

Peran orang tua yang optimal sangat penting dalam mendukung perkembangan fisik dan keterampilan anak. Dukungan yang diberikan tidak hanya dalam bentuk materi, tetapi juga mencakup motivasi, perhatian, dan pembiasaan pola hidup sehat. Sebagaimana dikemukakan oleh Graha (2007), keterlibatan orang tua dalam kehidupan anak dapat meningkatkan keberhasilan belajar, termasuk dalam bidang pendidikan jasmani dan olahraga.

Kondisi ini menjadi refleksi bagi pihak sekolah, khususnya guru PJOK, untuk lebih intensif menjalin kerja sama dengan orang tua, misalnya melalui kegiatan pertemuan wali kelas, penyuluhan pentingnya kebugaran jasmani, atau

pelibatan orang tua dalam program olahraga sekolah. Dengan demikian, orang tua dapat memiliki pemahaman yang lebih baik dan dapat mendukung proses pembelajaran PJOK secara aktif dan berkelanjutan.

Selain itu, dukungan yang kuat dari keluarga akan memberikan pengaruh positif terhadap motivasi siswa dalam mengikuti pelajaran PJOK, memperkuat aspek psikomotorik, serta membentuk kebiasaan hidup sehat yang akan berguna dalam jangka panjang.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini memberikan gambaran bahwa peran orang tua masih perlu ditingkatkan agar proses pembelajaran PJOK dapat berjalan lebih optimal. Strategi peningkatan peran orang tua dapat difokuskan pada penyuluhan gizi, dukungan sarana olahraga di rumah, serta pembentukan budaya aktivitas fisik yang positif di lingkungan keluarga.

Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan dan dianalisis, dapat disimpulkan bahwa peran orang tua dalam mendukung peningkatan kemampuan fisik anak melalui aktivitas pembelajaran PJOK di SMP Negeri 2 Muara Tiga tergolong dalam kategori cukup. Hal ini terbukti dari hasil angket yang menunjukkan bahwa 50% responden berada dalam kategori Cukup, 20% dalam kategori Baik, 25% dalam kategori Kurang, dan 5% dalam kategori Sangat Kurang, serta tidak ada responden yang termasuk dalam kategori Sangat Baik.

Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar orang tua telah memberikan dukungan yang bersifat moderat terhadap kegiatan fisik anak, seperti memperhatikan asupan gizi, menyediakan sarana olahraga, serta memberikan motivasi dan perhatian

terhadap aktivitas PJOK anak. Namun, dukungan tersebut belum menyeluruh atau optimal, sebab masih terdapat responden yang perannya tergolong rendah.

Secara umum, dapat disimpulkan bahwa sinergi antara keluarga dan sekolah dalam pembelajaran PJOK sangat penting, dan diperlukan langkah-langkah peningkatan agar peran orang tua bisa lebih maksimal dalam menunjang perkembangan kemampuan fisik siswa.

Saran

Berdasarkan hasil dan kesimpulan penelitian ini, maka penulis memberikan beberapa saran sebagai berikut:

5.2.1 Untuk Orang Tua

Diharapkan agar lebih meningkatkan keterlibatan dalam mendukung aktivitas pembelajaran PJOK anak, baik melalui penyediaan fasilitas olahraga, dukungan moral, maupun pengawasan terhadap kebiasaan hidup sehat anak di rumah.

5.2.2 Untuk Sekolah dan Guru PJOK

Sebaiknya menjalin komunikasi yang lebih aktif dengan orang tua melalui kegiatan sosialisasi, seminar, atau program pembinaan orang tua guna menumbuhkan kesadaran akan pentingnya peran keluarga dalam keberhasilan pembelajaran PJOK.

5.2.3 Untuk Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai dasar atau referensi dalam melakukan penelitian lanjutan yang lebih mendalam, misalnya dengan pendekatan campuran (kuantitatif-kualitatif), atau memperluas populasi dan variabel yang diteliti agar mendapatkan hasil yang lebih komprehensif.

Daftar Pustaka

- Abdulsyani. (2012). *Sosiologi: Skematika, Teori, dan Terapan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2010). *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Asrori, M. (2009). *Psikologi Pembelajaran*. Bandung: Wacana Prima.
- Azwar, S. (2016). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Departemen Pendidikan Nasional. (2005). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Djamarah, S. B. (2004). *Pola Asuh Orang Tua dan Pengaruhnya terhadap Prestasi Belajar Anak*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Graha, C. (2007). *Keberhasilan Anak di Tangan Orang Tua*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Hamdu, G., & Agustina. (2011). Pengaruh Motivasi Belajar Siswa terhadap Prestasi Belajar IPA di Sekolah Dasar. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 12(1).
- Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis dalam Olahraga*. Jakarta: Depdikbud.
- Irianto, D. (2002). *Pedoman Pembinaan Prestasi Olahraga*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Irianto, D. (2006). *Gizi untuk Olahragawan*. Yogyakarta: Andi.
- Jalaludin. (1996). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- KONI. (2000). *Sistem Keolahragaan Nasional*. Jakarta: KONI Pusat.
- Mahardika, N. A., Jusuf, J. B., & Priyambada, G. (2018). Dukungan Orang Tua terhadap Motivasi Berprestasi Siswa Skoi Kalimantan Timur dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 14(2). ISSN: 0216-1699, E-ISSN: 2581-2300.
- Nancy, C. (2001). *Sports Nutrition Guidebook*. USA: Human Kinetics.
- Nasution, S. (2002). *Berbagai Pendekatan dalam Proses Belajar dan Mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Salim, H. S., & Yenny. (1991). *Peranan Orang Tua dalam Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Saputra, P. E. (2021). *Pengaruh Pembelajaran Daring, Dukungan Orang Tua dan Motivasi Belajar terhadap Hasil Belajar PJOK pada Masa Pandemi COVID-19 di SDN 22 Ujung Gurun Padang*. Tesis. Universitas Negeri Padang.
- Sarwono, S. W. (2016). *Psikologi Remaja*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Slameto. (2010). *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Soekanto, S. (2004). *Sosiologi Keluarga*. Jakarta: Rineka Cipta.

- Soekanto, S. (2006). *Sosiologi: Suatu Pengantar*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Soepartono, A. (2009). *Sarana dan Prasarana Olahraga*. Yogyakarta: UNY Press.
- Soeryabrata, S. (1997). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: PT Gramedia.
- Sugiyono. (2007). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sudjana. (2005). *Metoda Statistika*. Bandung: Tarsito.
- Sukintaka, A. (2000). *Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta: Depdikbud.
- Suryobroto, A. S. (2004). *Peningkatan Kemampuan Manajemen Guru Pendidikan Jasmani*. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 1(1).
- Supriyanto. (2007). *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Thalib, S. B. (2010). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Tolada, T. (2012). *Hubungan Keterlibatan Orangtua dengan Prestasi Belajar Anak Usia Sekolah di SD IT Permata Hati Banjarnegara*. Skripsi. Universitas Indonesia. (Diakses dari <http://lib.ui.ac.id>).
- Verawati. (2017). *Peran Orang Tua dalam Mengembangkan Bakat Anak*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Wawan S. Suherman. (2004). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Bandung: FPOK UPI.
- Willis, S. (2011). *Konseling Individual: Teori dan Praktek*. Bandung: Alfabeta.
- Prestasi*, 2(1), 17–25.
- Soemanto, W. (2007). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Bina Aksara.
- Subroto, T. (2008). *Permainan Besar: Bola Voli dan Sepak Bola*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Sudjana, N. (2005). *Metode Statistika*. Bandung: Tarsito.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.
- Suhadi & Sujarwo. (2009). *Volleyball for All*. Yogyakarta: UNY Press.
- Suryabrata, S. (2002). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Wahyudin. (2006). *Evaluasi Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta.
- Widoyoko, E. P. (2016). *Teknik Penyusunan Instrumen Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.