

**TINGKAT AKTIVITAS JASMANI SISWA SMA/SMK BERDASARKAN  
SEKOLAH DI WILAYAH KECAMATAN WIROBRAJAN DAERAH  
ISTIMEWA YOGYAKARTA**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



**Disusun Oleh :  
Bayu Setiawan  
12601244081**

**PROGRAM STUDI  
PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2017**

## **PERSETUJUAN**

Skripsi dengan judul “Tingkat Aktivitas Jasmani Siswa SMA/SMK Berdasarkan Sekolah di Kecamatan Wirobrajan, Daerah Istimewa Yogyakarta” yang disusun oleh Bayu Setiawan, NIM 12601244081 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, Februari 2017

Pembimbing,

Fitria Dwi Andriyani, M.Or.  
NIP 19880510 20212 2 006

## **SURAT PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri.

Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli.

Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, Februari 2016

Yang menyatakan,

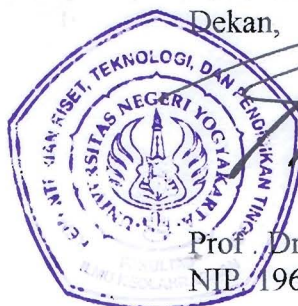
Bayu Setiawan  
NIM 12601244081

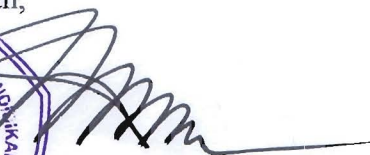
## PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Tingkat Aktivitas Jasmani Siswa SMA/SMK Berdasarkan Tipe Sekolah di Kecamatan Wirobrajan, Daerah Istimewa Yogyakarta” yang disusun oleh Bayu Setiawan, NIM 12601244081 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 14 Maret 2017 dan dinyatakan lulus.

| Nama                       | Jabatan            | Tanda tangan  | Tanggal      |
|----------------------------|--------------------|---|--------------|
| Fitria Dwi Andriyani, M.Or | Ketua/Penguji      |   | A - 4 - 2017 |
| Nur Rohmah Muktiani, M.Pd  | Sekretaris Penguji |   | 2 - 4 - 2017 |
| Prof. Dr. Wawan S Suherman | Penguji I (Utama)  |  | 2 - 4 - 2017 |

Yogyakarta, April 2017  
Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Dekan,



  
Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed  
NIP. 19640707 1988121 001

## **MOTTO**

1. Lakukanlah apa yang kamu cintai, konsistenlah dengan itu, maka kesuksesan akan menyertaimu (Bayu Setiawan).
2. Keadaanmu tidak selalu dalam keadaan baik, tetapi orang lain berhak menerima kamu dalam keadaan terbaik, berusaha memberikan yang terbaik pada orang lain, dan biarkan Allah menyelesaikan ketidakbaikan keadaanmu, menjadi baik (Bayu Setiawan).

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Hasil karya ini saya persembahkan kepada kedua orang tua saya, yaitu bapak Kusman dan Ibu Suwarsih yang senantiasa memberikan dukungan dan semangat kepada saya, tanpa kedua orang tua saya tidak bisa apa-apa.

# TINGKAT AKTIVITAS JASMANI SISWA SMA/SMK BERDASARKAN SEKOLAH DI WILAYAH KECAMATAN WIROBRAJAN DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA

Oleh:  
Bayu Setiawan  
12601244081

## ABSTRAK

Masalah dalam penelitian ini yaitu belum adanya data atau hasil penelitian mengenai seberapa besar tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas di wilayah Kecamatan Wirobrajan Daerah Istimewa Yogyakarta. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas di wilayah Kecamatan Wirobrajan Daerah Istimewa Yogyakarta.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan adalah metode survei. Populasi dari penelitian ini adalah siswa SMA di wilayah Kecamatan Wirobrajan Daerah Istimewa Yogyakarta yang berjumlah 1542 siswa. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Proportionate Stratified sampling*. Berdasarkan hal tersebut maka sampel yang dijadikan sampel yaitu siswa SMA N 1 Yogyakarta, SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta, SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta, SMA Bopkri 3 Yogyakarta dan SMK Pembangunan Yogyakarta sebanyak 188 siswa. Instrumen yang digunakan untuk mengambil data menggunakan kuesioner dari *Physical Activity Questionnaire for Adolescents* (PAQ-A) milik Kent C Kowalski et al (2004) yang sudah dimodifikasi.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas di Kecamatan Wirobrajan Daerah Istimewa Yogyakarta Sekolah Menengah Atas (Negeri) berkategori sangat rendah 11 orang (16,66%), rendah 23 orang (34,84%), sedang 32 orang (48,48%), tinggi 0 orang (0%), sangat tinggi 0 orang (0%). Sedangkan Sekolah Menengah Atas (Swasta) siswa berkategori sangat rendah 6 orang (4,16%), rendah 42 orang (29,16%), sedang 63 orang (43,75%), tinggi 3 orang (2,08%), sangat tinggi 0 orang (0%). Untuk siswa Sekolah Menengah Atas (Kejuruan) berkategori sangat rendah 1 orang (12,5%), rendah 7 orang (87,5%), sedang 0 orang (0%), tinggi 0 orang (0%), sangat tinggi 0 orang (0%).

*Kata Kunci: Aktivitas Jasmani, siswa SMA, PAQ-A, Wilayah Wirobrajan*

## KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulisan Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik dan lancar. Shalawat serta salam tidak lupa diucapkan kepada junjungan kita Nabi Besar Muhammad SAW.

Dalam kesempatan ini diucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan, dorongan, serta bimbingan selama ini, antara lain kepada:

1. Bapak Prof Dr. Rachmat Wahab, M.P.d, MA Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan dalam menempuh pendidikan di UNY.
2. Bapak Prof Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan pengarahan dan motivasi dalam mengenyam pendidikan di FIK.
3. Bapak Dr. Guntur, M.Pd Kajur Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberi kepercayaan dan kemudahan dalam penyusunan skripsi ini.
4. Ibu Fitria Dwi Andriyani M.Or dosen pembimbing yang telah bersedia membimbing saya dari awal skripsi hingga wisuda serta memberikan ilmu selama kuliah.
5. Bapak, ibu dosen, dan karyawan FIK UNY yang telah membantu terselesaikannya tugas akhir ini.

6. Kepala SMAN 1 Yogyakarta, SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta, SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta, SMA Bopkri 3 Yogyakarta, dan SMK Pembangunan Yogyakarta yang telah memberikan izin penelitian.
7. Seluruh siswa SMAN 1 Yogyakarta, SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta, SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta, SMA Bopkri 3 Yogyakarta, dan SMK Pembangunan Yogyakarta yang telah bersedia menjadi responden.
8. Teman-teman Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi angkatan tahun 2012 terutama kelas D, terima kasih atas bantuannya.
9. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu terselesaikannya skripsi ini.

Semoga amal dan kebaikan yang telah diberikan oleh semua pihak mendapatkan balasan yang berlimpah dari Allah SWT.

Sangat disadari bahwa di dalam penyusunan tugas akhir skripsi ini masih banyak kekurangan dan jauh dari kesempurnaan. Untuk itu, kritik dan saran yang sangat diharapkan. Semoga hasil dari penelitian ini dapat bermanfaat bagi para pembaca yang budiman.

Yogyakarta, April 2017

Penulis

## DAFTAR ISI

### Halaman

|  |      |
|--|------|
| <b>HALAMAN JUDUL</b>                                     |      |
| <b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....                         | i    |
| <b>SURAT PERNYATAAN</b> .....                            | ii   |
| <b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....                          | iii  |
| <b>MOTTO</b> .....                                       | iv   |
| <b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....                         | v    |
| <b>ABSTRAK</b> .....                                     | vi   |
| <b>KATA PENGANTAR</b> .....                              | vii  |
| <b>DAFTAR ISI</b> .....                                  | viii |
| <b>DAFTAR TABEL</b> .....                                | x    |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....                             | xi   |
| <b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....                           | 1    |
| A. Latar Belakang Masalah.....                           | 1    |
| B. Identifikasi Masalah.....                             | 4    |
| C. Batasan Masalah.....                                  | 4    |
| D. Rumusan Masalah.....                                  | 4    |
| E. Tujuan Penelitian.....                                | 5    |
| F. Manfaat Penelitian.....                               | 5    |
| <b>BAB II. KAJIAN PUSTAKA</b> .....                      | 7    |
| A. Kajian Pustaka.....                                   | 7    |
| B. Penelitian yang Relevan.....                          | 15   |
| C. Kerangka Berpikir.....                                | 17   |
| <b>BAB III. METODE PENELITIAN</b> .....                  | 19   |
| A. Desain Penelitian.....                                | 19   |
| B. Definisi Operasional Variabel.....                    | 19   |
| C. Populasi dan Sampel Penelitian.....                   | 19   |
| D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan data..... | 23   |
| E. Teknik Analisis Data.....                             | 25   |

|   |           |
|---|-----------|
| <b>BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b> | <b>27</b> |
| A. Deskripsi Hasil Penelitian.....                  | 27        |
| B. Pembahasan.....                                  | 55        |
| <b>BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>             | <b>58</b> |
| A. Kesimpulan.....                                  | 58        |
| B. Keterbatasan Dalam Penelitian.....               | 58        |
| C. Implikasi Hasil Penelitian.....                  | 59        |
| D. Saran-Saran.....                                 | 59        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>                          | <b>60</b> |
| <b>LAMPIRAN.....</b>                                | <b>62</b> |

## DAFTAR TABEL

|  | <b>halaman</b> |
|--|----------------|
| Tabel 1. Data sekolah SMA/MA/SMK di Kecamatan Wirobrajan.....  | 14             |
| Tabel 2. Tabel Data Siswa Keseluruhan.....   | 20             |
| Tabel 3. Data Perhitungan Sampel.....  | 22             |
| Tabel 4. Data Hasil Uji Validitas.....   | 24             |
| Tabel 5. Data Hasil Uji Reliabilitas Instrumen.....  | 25             |
| Tabel 6. Interval Nilai.....   | 26             |
| Tabel 7. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas di Kecamatan Wirobrajan Daerah Istimewa Yogyakarta berdasarkan tipe sekolah baik sekolah negeri, sekolah swasta, maupun sekolah kejuruan..... | 27             |
| Tabel 8. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas di Kecamatan Wirobrajan Daerah Istimewa Yogyakarta berdasarkan tipe sekolah baik sekolah negeri, sekolah swasta, maupun sekolah kejuruan..... | 27             |
| Tabel 9. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMAN 1 Yogyakarta kelas X.....  | 29             |
| Tabel 10. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMAN 1 Yogyakarta kelas X.....   | 29             |
| Tabel 11. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMAN 1 Yogyakarta kelas XI.....  | 30             |
| Tabel 12. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMAN 1 Yogyakarta kelas XI.....  | 31             |
| Tabel 13. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta kelas X.....   | 32             |
| Tabel 14. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta kelas X.....   | 33             |
| Tabel 15. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta kelas XI.....  | 34             |
| Tabel 16. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA  | 34             |

|           |   |    |
|-----------|---|----|
|           | Muhammadiyah 3 Yogyakarta kelas XI.....   |    |
| Tabel 17. | Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta kelas X.....                        | 35 |
| Tebel 18. | Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta kelas X.....                        | 36 |
| Tabel 19. | Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta kelas XI.....                       | 37 |
| Tebel 20. | Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta kelas XI.....                       | 38 |
| Tabel 21. | Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Bopkri 3 Yogyakarta kelas X.....                              | 39 |
| Tebel 22. | Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Bopkri 3 Yogyakarta kelas X.....                              | 40 |
| Tabel 23. | Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Bopkri 3 Yogyakarta kelas XI.....                             | 41 |
| Tebel 24. | Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Bopkri 3 Yogyakarta kelas XI.....                             | 41 |
| Tabel 25. | Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMK Pembangunan Yogyakarta kelas X.....                           | 43 |
| Tebel 26. | Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMK Pembangunan Yogyakarta kelas X.....                           | 43 |
| Tabel 27. | Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMK Pembangunan Yogyakarta kelas XI.....                          | 44 |
| Tebel 28. | Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMK Pembangunan Yogyakarta kelas XI.....                          | 44 |
| Tabel 29. | Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas (negeri) di Kecamatan Wirobrajan, Daerah Istimewa Yogyakarta..... | 45 |
| Tebel 30. | Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas (negeri) di Kecamatan Wirobrajan, Daerah Istimewa Yogyakarta..... | 46 |
| Tabel 31. | Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas (Swasta) di Kecamatan Wirobrajan, Daerah Istimewa Yogyakarta..... | 48 |

|           |   |    |
|-----------|---|----|
| Tabel 32. | Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas (Swasta) di Kecamatan Wirobrajan, Daerah Istimewa Yogyakarta.....   | 48 |
| Tabel 33. | Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas (Kejuruan) di Kecamatan Wirobrajan, Daerah Istimewa Yogyakarta..... | 49 |
| Tabel 34. | Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas (Kejuruan) di Kecamatan Wirobrajan, Daerah Istimewa Yogyakarta..... | 50 |
| Tabel 34. | Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas (Kejuruan) di Kecamatan Wirobrajan, Daerah Istimewa Yogyakarta..... | 50 |
| Tabel 35. | Tingkat aktivitas jasmani siswa SMA/SMK/MA di Kecamatan Wirobrajan, Daerah Istimewa Yogyakarta.....                       | 51 |

## DAFTAR GAMBAR

|            | <b>Halaman</b>   |
|------------|--|
| Gambar 1.  | Bagan Kerangka Berpikir ..... <b>18</b>  |
| Gambar 2.  | Histrogram Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas di Kecamatan Wirobrajan Daerah Istimewa Yogyakarta berdasarkan tipe sekolah baik sekolah negeri, sekolah swasta, maupun sekolah kejuruan..... <b>28</b> |
| Gambar 3.  | Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMAN 1 Yogyakarta kelas X..... <b>30</b>   |
| Gambar 4.  | Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMAN 1 Yogyakarta kelas XI..... <b>31</b>  |
| Gambar 5.  | Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta kelas X..... <b>33</b>   |
| Gambar 6.  | Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta kelas XI..... <b>35</b>  |
| Gambar 7.  | Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta kelas X..... <b>37</b>   |
| Gambar 8.  | Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta kelas XI..... <b>38</b>  |
| Gambar 9.  | Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Bopkri 3 Yogyakarta kelas ..... <b>40</b>  |
| Gambar 10. | Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Bopkri 3 Yogyakarta kelas XI..... <b>42</b>  |
| Gambar 11. | Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMK Pembangunan Yogyakarta kelas X..... <b>44</b>  |
| Gambar 12. | Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMK Pembangunan Yogyakarta kelas XI..... <b>45</b>   |
| Gambar 13. | Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas (Negeri) Di Wilayah Wirobrajan..... <b>47</b>  |
| Gambar 14. | Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas (Swasta) Di Wilayah Wirobrajan..... <b>49</b>  |

|            |   |           |
|------------|---|-----------|
| Gambar 15. | Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas (Kejuruan) Di Wilayah Wirobrajan..... | <b>50</b> |
| Gambar 16. | Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas Di Wilayah Wirobrajan.....            | <b>51</b> |

## DAFTAR LAMPIRAN

|   | <b>Halaman</b> |
|---|----------------|
| Lampiran 1. Lembar kuesioner aktivitas harian siswa .....                   | 61             |
| Lampiran 2. Hasil data uji validitas dan reliabilitas.....                  | 66             |
| Lampiran 3. Hasil data siswa keseluruhan .....                              | 68             |
| Lampiran 5. Surat ijin penelitian dari Dinas Perizinan Kota Yogyakarta .... | 72             |
| Lampiran 4. Surat ijin penelitian dari Bapeda DIY .....                     | 73             |
| Lampiran 5. Surat ijin Penelitian dari Pimpinan Muhammadiyah .....          | 74             |
| Lampiran 6. Surat ijin penelitian dari Dekan FIK UNY.....                   | 75             |
| Lampiran 7. Pengisian Kuesioner.....  | 76             |
| Lampiran 19. Dokumentasi.....   | 79             |

## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Kemajuan zaman seperti sekarang dan arus globalisasi sangatlah mempengaruhi kehidupan masyarakat di Indonesia maupun di negara-negara lainnya baik ditinjau dari teknologi, gaya hidup dan lain sebagainya. Era globalisasi membuat manusia dapat hidup serba praktis dan instan. Hampir semua peralatan yang diperlukan manusia saat ini dirancang otomatis. Oleh karenanya, kebanyakan pekerjaan dapat dilakukan dengan mudah tanpa harus mengeluarkan tenaga yang besar. Misalnya, bila ingin menuju suatu tempat manusia hanya perlu mengendarai mobil, sepeda motor dan alat transportasi. Contoh lainnya, ketika mencuci baju manusia lebih memilih untuk menggunakan mesin cuci. Secara kontras, pada zaman dahulu masyarakat cenderung beraktivitas jasmani lebih banyak. Hal ini terlihat dari kehidupan masyarakat zaman dahulu yang masih mengandalkan alat seadanya untuk melakukan suatu kegiatan. Sebagai contoh, pada zaman dahulu manusia lebih banyak berjalan kaki ataupun menaiki sepeda untuk menuju suatu tempat. Ketika mencuci baju, manusia menggunakan alat cuci seadanya bahkan menggunakan tangan. Selanjutnya pada zaman dahulu manusia masih menggunakan sapi atau kerbau untuk membajak sawah.

Kecenderungan masyarakat saat ini lebih banyak melakukan aktivitas yang minim gerak, misalnya lebih banyak menonton televisi

dan bermain permainan yang menggunakan komputer yang banyak menyita waktu seharian untuk duduk di depan komputer. Kegiatan tersebut mengakibatkan masyarakat kurang aktif dalam bergerak. Terlebih untuk remaja yang sedang dalam masa pertumbuhan yang bila keadaan ini berlangsung lama maka dapat memungkinkan terjadinya penurunan kesehatan dan munculnya berbagai penyakit akibat kurangnya aktivitas gerak tubuh.

Aktivitas gerak tubuh merupakan suatu dasar mencapai tingkat kebugaran jasmani. Baik dan buruknya tingkat kebugaran jasmani ditentukan dari aktif dan tidaknya seseorang. Semakin sering tubuh melakukan gerakan, tubuh akan terbiasa bekerja sesuai dengan fungsinya, sehingga dapat meningkatkan nilai kebugaran jasmani. Pada dasarnya aktivitas jasmani sangat bermanfaat bagi kesehatan karena merupakan salah satu tolak ukur untuk menilai derajat kesehatan, dan pada akhirnya diharapkan mampu menunjang prestasinya.

Selanjutnya, ketidakaktifan fisik adalah istilah untuk mengidentifikasi orang-orang dengan tingkat aktivitas fisik teratur yang rendah atau tidak sama sekali sehingga pembakaran energinya tidak lebih dari 1,5 kali pembakaran energi saat beristirahat (WHO, 2015). Akibat frekuensi gerak tubuh yang sangat rendah, kemungkinan akan semakin meningkat. Semakin banyak energi yang ditimbun dalam tubuh maka semakin tinggi resiko obesitas. Stres, emosi, dan malas adalah salah satu dampak buruk dari kurang gerak. Tubuh akan merasa mudah letih dan juga malas untuk bergerak jika sudah terbiasa kurang

gerak. Sensitivitas psikologis seperti mudah marah juga umum menjangkit orang yang kurang gerak. Perubahan budaya yang terjadi di dalam masyarakat tradisional, yakni perubahan dari masyarakat tertutup menjadi masyarakat yang lebih terbuka. Teknologi informasi yang semakin canggih seperti saat ini, sebagai masyarakat ditawarkan hiburan dan informasi yang semakin beragam.

Mengingat pentingnya tingkat aktivitas jasmani pada remaja di dunia, guna meningkatkan kesehatan serta mengurangi angka obesitas di Indonesia, perlu diadakan penelitian-penelitian tentang tingkat aktivitas jasmani, hubungan maupun perbedaannya. Penelitian semacam ini masih sangat perlu dilakukan di Indonesia mengingat luasnya wilayah Indonesia dengan aneka adat dan istiadat, kehidupan sehari-hari, kegiatan serta latar belakang pendidikan sehingga kemungkinan data yang akan dihasilkan akan bervariasi. Data-data yang bervariasi tersebut bisa dijadikan sebagai acuan untuk memperbaiki aktivitas-aktivitas jasmani yang belum terpenuhi.

Adapun penelitian yang mengkaji mengenai tingkat aktivitas jasmani harian siswa sekolah dasar di Wilayah Urban Kecamatan Depok Kabupaten Sleman Propinsi DIY pernah dilakukan oleh Ratna Kurniawati (2016). Pada penelitian tersebut hasil yang diperoleh yaitu tingkat aktivitas jasmani siswa sekolah dasar di wilayah urban dalam kategori rendah karena siswa-siswi di wilayah tersebut tergolong memiliki pola hidup inaktif. Selanjutnya penelitian Agus Supriyanto (2016) tentang perbedaan aktivitas jasmani siswa putra dan putri di saat

istirahat sekolah di Wilayah Urban Kecamatan Depok Kabupaten Sleman Propinsi DIY, menunjukkan bahwa siswa putra lebih banyak bergerak dan lebih banyak melakukan aktivitas jasmani dibandingkan siswa putri yang cenderung lebih senang beraktivitas di dalam kelas.

Penelitian-penelitian tersebut telah menyediakan data tentang aktivitas jasmani siswa sekolah dasar. Namun, studi tentang aktivitas jasmani dalam lingkup yang lain masih jarang diteliti, apalagi yang mengkaji aktivitas jasmani berdasarkan sekolah baik sekolah negeri, sekolah swasta, maupun sekolah kejuruan. Oleh karena itu peneliti terdorong untuk menyelidiki kasus tersebut.

#### **A. IDENTIFIKASI MASALAH**

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

1. Meningkatnya perkembangan jaman dan teknologi meminimalisir lahan untuk beraktivitas jasmani.
2. Dampak perkembangan jaman dan kecanggihan teknologi mempengaruhi siswa di wilayah Wirobrajan kurang aktif dalam bergerak.
3. Dewasa ini pola hidup sedentari semakin merebak di kalangan remaja.
4. Belum diketahuinya tingkat aktivitas jasmani siswa SMA/SMK di Kecamatan Wirobrajan, Daerah Istimewa Yogyakarta berdasarkan sekolah baik sekolah negeri, sekolah swasta, maupun sekolah kejuruan.

## **B. BATASAN MASALAH**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas peneliti membatasi permasalahan mengenai belum diketahuinya “Tingkat aktivitas jasmani siswa SMA/SMK di Kecamatan Wirobrajan, Daerah Istimewa Yogyakarta berdasarkan sekolah baik sekolah negeri, sekolah swasta, maupun sekolah kejuruan”.

## **C. RUMUSAN MASALAH**

Sesuai dengan latar belakang masalah di atas, setelah mengidentifikasi masalah dan pembatasan masalah, maka dapat dirumuskan masalah pokok dalam penelitian ini sebagai berikut: “seberapa tinggi tingkat aktivitas jasmani siswa SMA/SMK di Kecamatan Wirobrajan, Daerah Istimewa Yogyakarta berdasarkan sekolah baik sekolah negeri, sekolah swasta, maupun sekolah kejuruan”?

## **D. TUJUAN PENELITIAN**

Tujuan yang ingin dicapai oleh peneliti adalah untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat aktivitas jasmani siswa SMA/SMK di Kecamatan Wirobrajan, Daerah Istimewa Yogyakarta berdasarkan sekolah baik sekolah negeri, sekolah swasta, maupun sekolah kejuruan.

## **E. MANFAAT PENELITIAN**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

### **1. Manfaat Teoritis**

- a. Agar dapat dijadikan sebagai bahan informasi serta kajian penelitian selanjutnya khususnya tentang aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas.

b. Sebagai bahan referensi dalam membahas aktivitas jasmani siswa SMA/SMK.

2. Manfaat Praktis

a. Dapat mengetahui aktivitas jasmani harian siswa Sekolah Menengah Atas sehingga para orang tua lebih memperhatikan pertumbuhan serta perkembangan anak yang semakin lama semakin bertumbuh menjadi dewasa agar menjadi penerus bangsa yang lebih baik.

b. Sebagai salah satu informasi bagi masyarakat tentang aktivitas jasmani siswa saat sekolah dan setelah pulang sekolah.

c. Memberikan masukan kepada orang tua agar memperhatikan aktivitas jasmani siswa setelah pulang sekolah dengan melakukan kontrol terhadap pola hidup siswa-siswi.

## **BAB II KAJIAN PUSTAKA**

### **A. Deskripsi Teori**

#### **1. Hakikat Aktivitas Jasmani**

##### **a. Pengertian aktivitas jasmani**

Aktivitas jasmani adalah setiap pergerakan tubuh akibat aktivitas otot-otot skelet yang mengakibatkan pengeluaran energi. Latihan yang terencana, terstruktur, dilakukan berulang-ulang termasuk olahraga merupakan bagian dari aktivitas jasmani. Aktivitas jasmani yang dilakukan terus menerus dapat mencegah resiko terjadinya penyakit tidak menular, seperti penyakit pembuluh darah, diabetes, kanker dan lainnya (Kristanti dkk., 2002: 25).

Terdapat beberapa pengertian mengenai aktivitas jasmani diantaranya menurut Almatsier (2003:5) yang menyatakan bahwa aktivitas jasmani ialah gerak yang dilakukan oleh otot tubuh dan sistem penunjangnya. Zourikian et al (2010:12-1) menyatakan bahwa aktivitas jasmani adalah aktivitas yang melibatkan aktivitas fisik dan gerak sukarela yang membakar kalori dan menyebabkan seseorang bekerja lebih keras daripada kondisi normal. Aktivitas jasmani adalah setiap gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka yang memerlukan pengeluaran energi. Aktivitas fisik yang tidak ada (kurangnya aktivitas fisik) merupakan faktor risiko independen untuk penyakit kronis, dan secara keseluruhan diperkirakan menyebabkan kematian secara global (WHO, 2010).

Selanjutnya WHO (2015) mendefinisikan aktivitas jasmani sebagai gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka yang memerlukan pengeluaran energi, termasuk kegiatan yang dilakukan ketika bekerja, bermain, melakukan pekerjaan rumah tangga, bepergian, dan terlibat dalam kegiatan rekreasi. Aktivitas jasmani tidak harus sama dengan "latihan", yang merupakan sub kategori dari aktivitas jasmani yang direncanakan, terstruktur, berulang-ulang, dan bertujuan untuk meningkatkan atau mempertahankan salah satu atau beberapa komponen kebugaran fisik. Kedua, aktivitas fisik dengan intensitas sedang dan kuat membawa manfaat kesehatan. Jadi aktivitas jasmani adalah setiap gerak tubuh yang menggunakan otot-otot serta penunjangnya yang membutuhkan pengeluaran energi.

Kesimpulannya, aktivitas jasmani adalah aktivitas fisik dan gerak sukarela yang membakar kalori, dihasilkan oleh otot-otot rangka dan menyebabkan seseorang bekerja lebih keras daripada kondisi normal, meliputi aktivitas jasmani, olahraga, permainan, dan aktivitas sehari-hari.

#### **b. Manfaat Aktivitas Jasmani**

Cara yang paling sederhana untuk meningkatkan kekebalan tubuh adalah dengan melakukan aktivitas atau olahraga serta istirahat secara teratur. Aktivitas jasmani ringan sekalipun, seperti aerobik selama 30 menit, mampu mengaktifkan kerja sel darah putih, yang merupakan komponen utama kekebalan tubuh pada

sirkulasi darah, idealnya melakukan aerobik selama 30 menit (Yulianto, 2012: 13).

Nurmalina (2011: 5) mengatakan bahwa remaja membutuhkan aktivitas jasmani karena ada keuntungan yaitu dalam waktu jangka panjang dalam tahun-tahun atau masa-masa pertumbuhan sehingga pertumbuhan mereka dapat menjadi optimal. Beberapa keuntungan menurut Nurmalina (2011: 5) untuk remaja dari aktif secara fisik antara lain:

- a) Membantu menjaga otot dan sendi tetap sehat.
- b) Membantu meningkatkan mood atau suasana hati.
- c) Membantu menurunkan kecemasan, stress dan depresi (faktor yang berkontribusi pada penambahan berat badan).
- d) Membantu untuk tidur yang lebih baik.
- e) Menurunkan resiko penyakit penyakit jantung, stroke, tekanan darah tinggi dan diabetes.
- f) Meningkatkan sirkulasi darah.
- g) Meningkatkan fungsi organ-organ vital seperti jantung dan paru-paru.
- h) Mengurangi kanker yang terkait dengan kelebihan berat badan.

WHO (2015) menjelaskan bahwa aktivitas fisik secara teratur dengan intensitas sedang, seperti jalan kaki, bersepeda, atau melakukan olahraga memiliki manfaat yang signifikan bagi kesehatan. Pada semua umur, manfaat dari aktif bergerak secara fisik lebih besar daripada potensi bahaya. Beberapa aktivitas fisik lebih baik daripada tidak melakukan. Bergerak aktif sepanjang hari dengan cara yang sederhana, orang dapat dengan mudah mencapai tingkat aktivitas yang direkomendasikan.

### c. Tingkatan Aktivitas Jasmani

Nurmalina, (2011: 7) aktivitas jasmani dapat digolongkan menjadi tiga tingkatan, aktivitas jasmani yang sesuai untuk remaja sebagai berikut:

- a) Kegiatan ringan: hanya memerlukan sedikit tenaga dan biasanya tidak menyebabkan perubahan dalam pernapasan atau ketahanan (*endurance*). Contoh : berjalan kaki, menyapu lantai, mencuci baju/piring, mencuci kendaraan, berdandan, duduk, les di sekolah, les di luar sekolah, mengasuh adik, nonton TV, aktivitas main *play station*, main komputer, belajar di rumah, nongkrong.
- b) Kegiatan sedang: membutuhkan tenaga intens atau terus menerus, gerakan otot yang berirama atau kelenturan (*flexibility*). Contoh: berlari kecil, tenis meja, berenang, bermain dengan hewan peliharaan, bersepeda, bermain musik, jalan cepat.
- c) Kegiatan berat: biasanya berhubungan dengan olahraga dan membutuhkan kekuatan (*strength*), membuat berkeringat. Contoh : berlari, bermain sepak bola, aerobik, bela diri ( misal karate, taekwondo, pencak silat ) dan outbond. Berdasarkan aktivitas fisik di atas, dapat disimpulkan faktor kurangnya aktivitas fisik anak penyebab dari obesitas. Lakukan minimal 30 menit olahraga sedang untuk kesehatan jantung, 60 menit untuk mencegah kenaikan berat badan dan 90 menit untuk menurunkan berat badan.

Tingkatan teratur dalam melakukan aktivitas fisik menurut

WHO (2015) :

(1) meningkatkan kebugaran otot dan kardiorespirasi, (2) meningkatkan kesehatan tulang dan fungsional, (3) mengurangi risiko hipertensi, penyakit jantung koroner, stroke, diabetes, kanker payudara dan usus dan depresi, mengurangi risiko jatuh serta pinggul atau patah tulang belakang, dan (4) merupakan dasar untuk keseimbangan energi dan kontrol berat badan.

**d) Faktor-faktor yang Mempengaruhi Aktivitas Jasmani**

Beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi aktivitas jasmani, menurut Karim (2002:14) sebagai berikut :

1. Umur

Aktivitas jasmani remaja sampai dewasa meningkat sampai mencapai maksimal pada usia 25-30 tahun, kemudian akan terjadi penurunan kapasitas fungsional dari seluruh tubuh, kira-kira sebesar 0,8-1% per tahun, tetapi bila rajin berolahraga penurunan ini dapat dikurangi sampai separuhnya.

2. Jenis kelamin

Sampai pubertas biasanya aktivitas fisik remaja laki-laki hampir sama dengan remaja perempuan, tapi setelah pubertas remaja laki-laki biasanya mempunyai nilai yang jauh lebih besar.

3. Pola makan

Makanan salah satu faktor yang mempengaruhi aktivitas, karena bila jumlah makanan dan porsi makanan

lebih banyak, maka tubuh akan merasa mudah lelah, dan tidak ingin melakukan kegiatan seperti olah raga atau menjalankan aktivitas lainnya. Kandungan dari makanan yang berlemak juga banyak mempengaruhi tubuh untuk melakukan aktivitas sehari-hari ataupun berolahraga, sebaiknya makanan yang akan di konsumsi dipertimbangkan kandungan gizinya agar tubuh tidak mengalami kelebihan energi namun tidak dapat dikeluarkan secara maksimal.

#### 4. Penyakit/ kelainan pada tubuh

Berpengaruh terhadap kapasitas jantung paru, postur tubuh, obesitas, hemoglobin/sel darah dan serat otot. Bila ada kelainan pada tubuh seperti di atas akan mempengaruhi aktivitas yang akan di lakukan. Seperti kekurangan sel darah merah, maka orang tersebut tidak di perbolehkan untuk melakukan olah raga yang berat. Obesitas juga menjadikan kesulitan dalam melakukan aktivitas jasmani.

## **2. Karakteristik Siswa Sekolah Menengah Atas**

Menurut Sukintaka (1992: 45-46) karakteristik anak SMA umur 16-18 tahun antara lain :

### a. Jasmani

1. Kekuatan otot dan daya tahan otot berkembang baik.

2. Senang pada ketrampilan yang baik, bahkan mengarah pada gerak akrobatik.
  3. Anak laki-laki keadaan jasmaninya sudah cukup matang.
  4. Anak perempuan posisi tubuhnya akan menjadi baik.
  5. Mampu menggunakan energi dengan baik.
  6. Mampu membangun kemauan dengan semangat mengagumkan.
- b. Psikis atau Mental
1. Banyak memikirkan dirinya sendiri.
  2. Mental menjadi stabil dan matang.
  3. Membutuhkan pengalaman dari segala segi.
  4. Sangat senang terhadap hal-hal yang ideal dan senang sekali bila memutuskan masalah-masalah sebagai berikut : a) Pendidikan, b) pekerjaan, c) perkawinan, d) pariwisata dan politik, dan e) kepercayaan.
- c. Sosial
1. Sadar dan peka terhadap lawan jenis.
  2. Lebih bebas.
  3. Berusaha lepas dari lindungan orang dewasa atau pendidik.
  4. Senang pada perkembangan sosial.
  5. Senang pada masalah kebebasan diri dan berpetualang.
  6. Sadar untuk berpenampilan dengan baik dan cara berpakaian rapi dan baik.
  7. Tidak senang dengan persyaratan-persyaratan yang ditentukan oleh kedua orang tua.

8. Pandangan kelompoknya sangat menentukan sikap pribadinya.

d. Perkembangan Motorik

Anak akan mencapai pertumbuhan dan perkembangan pada masa dewasanya, keadaan tubuhnya pun akan menjadi lebih kuat dan lebih baik, maka kemampuan motorik dan keadaan psikisnya juga telah siap menerima latihan-latihan peningkatan ketrampilan gerak menuju prestasi olahraga yang lebih. Untuk itu mereka telah siap dilatih secara intensif di luar jam pelajaran. Bentuk penyajian pembelajaran sebaiknya dalam bentuk latihan dan tugas.

**3. Profil Sekolah Menengah Atas di Kecamatan Wirobrajan**

Kabupaten kota Yogyakarta tepatnya kecamatan Wirobrajan tergolong dalam wilayah urban (perkotaan). Wilayah ini berada di kabupaten Yogyakarta. Banyak masyarakat yang berkerja sebagai pegawai kantor, PNS, maupun TNI/PORLI. Bahkan diwilayah tersebut jarang kita temui ladung yang luas maupun kebun yang sejuk, hanya gedung-gedung tinggi, rumah makan dan pertokoan yang akan dijumpai disana.

Kata 'kota' menunjukkan kata benda, sedangkan kata "perkotaan" (urban) mencerminkan sifat. Meskipun dua kata tersebut berbeda, kadang dipakai sebagai sinonim, misalnya dalam pengertian *city planning* dan *urban planning*. Dalam praktek, kata "kota" dalam *nistratif* (pemerintah kota), sedangkan kata "perkotaan" (urban) menunjukkan tempat kumpulan pemukiman

yang terkonsentrasi, relative padat dan memerlukan infrakstruktur yang lebih intensif daripada di pedesaan (Branch, 1985: 1).

Wilayah urban merupakan wilayah yang mempunyai kegiatan utama bukan dalam bidang sektor pertanian, yang dimana dalam susunan fungsi kawasan sebagai tempat permukiman perkotaan, pemusatan dan distribusi pelayanan jasa pemerintahan, pelayanan sosial, dan kegiatan ekonomi.

Berdasarkan hal tersebut di wilayah Wirobrajan terdapat beberapa sekolah, yaitu Sekolah Menengah Atas (Negeri), Sekolah Menengah Kejuruan, dan Sekolah Menengah Atas (Swasta)

Tabel. 1 Data sekolah SMA/MA/SMK di Kecamatan Wirobrajan

| Nama Satuan Pendidikan        | Alamat                           | Kecamatan  | Status |
|-------------------------------|----------------------------------|------------|--------|
| SMA N 1 YOGYAKARTA            | Jl. Hos Cokroaminoto 10          | Wirobrajan | NEGERI |
| SMA BOPKRI 3 YOGYAKARTA       | Jl. Kapten Tendean               | Wirobrajan | SWASTA |
| SMA MUHAMMADIYAH 3 YOGYAKARTA | Jl. Kapten Piere Tendean 58      | Wirobrajan | SWASTA |
| SMA MUHAMMADIYAH 7 YOGYAKARTA | Jl. Kapten Tendean 41 Yogyakarta | Wirobrajan | SWASTA |
| SMK PEMBANGUNAN YOGYAKARTA    | Jl. Patang puluhan. Yogyakarta   | Wirobrajan | SWASTA |

## B. Penelitian yang Relevan

1. Penelitian yang relevan dengan penelitian ini yaitu penelitian yang dilakukan oleh Ratna Kurniawati (2016) dengan judul “*Aktivitas Jasmani Siswa Sekolah Dasar Kelas V di Wilayah Urban Propinsi DIY*”. Hasil penelitiannya yaitu bahwa baik anak laki-laki maupun perempuan menghabiskan sebagian waktunya untuk bersosialisasi

dengan temannya dan dengan jenis permainan yang bervariasi jika ditinjau dari segi usia dan jenis kelamin. Kebanyakan anak perempuan menggunakan waktu istirahat dengan mengobrol dan bersosialisasi. Anak laki-laki yang lebih tua terlibat dalam aktivitas fisik dan kompetitif seperti olahraga dan dalam kelompok yang lebih besar. Anak yang lebih muda menggunakan waktu untuk berkejar-kejaran satu sama lain secara berkelompok dan dalam aktivitas informal. Anak perempuan lebih banyak berinteraksi dengan gurunya daripada anak laki-laki.

2. Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Agus Supriyanto (2016) dengan judul "*Perbedaan aktivitas Jasmani Siswa Putra dan Putri di Saat Istirahat Sekolah di Wilayah Urban Kecamatan Depok Kabupaten Sleman Propinsi DIY*". Hasil penelitiannya yaitu bahwa anak laki-laki dan perempuan masing-masing menggunakan waktu istirahatnya sebesar 78% dan 63% untuk aktivitas jasmani. Di luar sekolah, anak perempuan menggunakan 20% dan anak laki-laki menggunakan 25% waktunya untuk aktivitas jasmani. Anak laki-laki pada studi tersebut lebih aktif daripada anak perempuan. Peserta penelitian menghabiskan mayoritas waktunya terlibat dalam aktivitas jasmani.
3. Penelitian Sutri tahun (2011) yang berjudul "*Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kesehatan Jasmani Remaja Puasa*". Aktivitas fisik dinilai dengan menggunakan PAQ-A responden mengisi kuesioner berdasarkan aktivitas fisik yang dilakukan selama 7 hari terakhir ini sedangkan kesehatan jasmani diukur menggunakan TKJI. Populasi

dalam penelitian ini adalah remaja di Desa Kalisari Randublatung Blora. Dengan responden yang akan diteliti adalah 70 remaja yang memenuhi kriteria inklusi. Hasil penelitian: uji *Chi Square* menunjukkan hasil  $p=0,179 > 0$ , sedangkan nilai koefisien korelasinya sebesar yang berarti tidak ada hubungan aktivitas fisik dengan kesegaran jasmani pada remaja puasa.

4. Penelitian dari Stefanie Tarigan tahun (2010) yang berjudul “*Hubungan Kebiasaan Konsumsi Fast Food dan Aktivitas Fisik dengan Indeks Masa Tubuh pada Remaja di SMA Santo Thomas 1 Medan*”. Pada penelitian ini dilakukan pengambilan data dengan kuisioner yang terdiri dari *FFQ* dan *PAQ-A* untuk mengetahui kebiasaan konsumsi *fast food* dan aktivitas fisik dan dilakukan pengukuran tinggi badan dan berat badan untuk mengetahui indeks masa tubuh. Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 36,5% responden memiliki kebiasaan konsumsi fast food yang sering, 67,7% responden memiliki aktivitas fisik yang ringan, dan 32,2% responden memiliki indeks masa tubuh berlebih. Terdapat 17,1% responden dengan konsumsi *fast food* sering memiliki IMT berlebih, dan 26,2% responden memiliki IMT berlebih. Setelah dilakukan analisa regresi berganda diperoleh tidak adanya hubungan kebiasaan konsumsi *fast food* dengan indeks masa tubuh ( $p=0,073$ ) dan tidak adanya hubungan aktivitas fisik dengan IMT ( $p=0,549$ ).
5. Penelitian Desi Ardiyani (2016) dengan judul “*Hubungan Antara Tingkatan Aktivitas Jasmani dengan Kesegaran Jasmani Siswa Putri*

*Kelas VIII SMPN 3 Depok Yogyakarta Tahun Ajaran 2015/2016*”

dengan hasil sebagai berikut: hasil korelasi menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkatan aktivitas jasmani dengan kebugaran jasmani siswa putri dengan hasil analisis korelasi  $r_{x.y} = 0.359 > r_{table} = 0.2480$ . Hasil aktivitas jasmani yaitu : 0 siswa (0%) berkategori sangat tinggi, 0 siswa (0%) tinggi, 3 siswa (4,76) sedang, 42 siswa (66,67) rendah dan 18 siswa (28,57%) sangat rendah.

### **C. Kerangka Berpikir**

Dewasa ini, budaya hidup inaktif semakin merebak di kalangan masyarakat. Perkembangan jaman dan kecanggihan teknologi cenderung membuat masyarakat semakin minim dalam melakukan aktivitas jasmani. Misalnya, preferensi penggunaan sepeda motor dan mobil dari pada berjalan kaki untuk mencapai suatu tempat yang relatif tidak jauh. Kemudian, penggunaan *remote control* untuk mengubah *channel* televisi.

Aktivitas jasmani sangat penting bagi siswa sekolah dasar dalam masa pertumbuhannya. Anak pada usia 10 – 17 tahun memiliki perkembangan fisik, intelektual, sosial, dan bahasa yang cenderung meningkat. Pelaksanaan penjasorkes yang dilakukan selama 2 x 45 menit setiap minggu belum cukup untuk meningkatkan kondisi kebugaran jasmani siswa Sekolah Menengah Atas di wilayah urban Kecamatan Wirobrajan, karena kurikulum yang dipakai masih menggunakan KTSP. Tanpa tubuh yang seger maka siswa tidak mungkin bisa melakukan kegiatan dengan baik.

Masalah-masalah tersebut perlu ditanggulangi. Sekolah dan lingkungan tempat tinggal sebagai tempat belajar dimana anak banyak menghabiskan waktu berpotensi menjadi sarana untuk aktif beraktivitas jasmani. Terkait hal ini, belum diketahui data atau hasil penelitian mengenai tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas di wilayah urban Kecamatan Wirobrajan Daerah Istimewa Yogyakarta. Untuk mempermudah peneliti membuat bagan kerangka berpikir sebagai berikut :



Gambar.1 Bagan Kerangka Berpikir

## **BAB III METODE PENELITIAN**

### **A. Desain Penelitian**

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif dengan tujuan untuk mendeskripsikan tingkat aktivitas jasmani siswa SMA/SMK di Kecamatan Wirobrajan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah survey dengan teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner. Sugiyono (2007: 7) menyatakan bahwa penelitian survei adalah penelitian yang dilakukan pada populasi besar atau kecil, tetapi data yang dipelajari adalah data sampel yang diambil dari populasi.

### **B. Definisi Operasional Variabel Penelitian**

Variabel dalam penelitian ini adalah tingkat aktivitas jasmani siswa SMA/SMK di Kecamatan Wirobrajan. Tingkat aktivitas jasmani harian siswa dalam penelitian ini, adalah skor gambaran mengenai kegiatan siswa SMA/SMK di Kecamatan Wirobrajan baik di sekolah maupun di rumah yang diukur dengan menggunakan kuesioner dari *Physical Activity Questionnaire for Adolescents (PAQ-C)* milik Kent C Kowalski et al (2004) yang dimodifikasi.

### **C. Populasi dan Sampel Penelitian**

#### **a. Populasi**

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya, Sugiyono (2009 : 81). Populasi pada penelitian yaitu

siswa kelas X dan kelas XI SMA/SMK di wilayah urban yaitu Kecamatan Wirobrajan, Kabupaten Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta dengan jumlah 1542 siswa.

b. Sampel penelitian

Menurut Sugiyono (2008:116), sampel adalah sebagian dari karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Teknik sampling yang digunakan yaitu *Proportionate Stratified sampling*. Menurut Sugiyono (2008 : 218 ) *Proportionate Stratified sampling* digunakan bila populasi mempunyai anggota atau unsur yaitu tidak homogen dan berstatus secara proposional. Status yang dimaksudkan dalam penelitian ini yaitu kelas X dan XI. Berdasarkan hal tersebut yang dijadikan sampel yaitu siswa sekolah di SMA N 1 Yogyakarta, SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta, SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta, SMA Bopkri 3 Yogyakarta dan SMK Pembangunan Yogyakarta . Adapun data mengenai sekolah tersebut, sebagai berikut :

Tabel 2. Tabel Data Siswa Keseluruhan

| Nama sekolah                  | Jumlah siswa kelas X | Jumlah siswa kelas XI | Jumlah     |
|-------------------------------|----------------------|-----------------------|------------|
| SMA N 1 Yogyakarta            | 276 siswa            | 267 siswa             | 543 siswa  |
| SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta | 236 siswa            | 215 siswa             | 451 siswa  |
| SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta | 230 siswa            | 225 siswa             | 455 siswa  |
| SMA BOPKRI 3 Yogyakarta       | 10 siswa             | 12 siswa              | 22 siswa   |
| SMK Pembangunan Yogyakarta    | 35 siswa             | 36 siswa              | 71 siswa   |
| Jumlah                        | 787 siswa            | 755 siswa             | 1542 siswa |

Penghitungan masing-masing jumlah siswa menggunakan rumus dari Slovin dan presisi yang digunakan adalah 10 %. Adapun rumus tersebut adalah :

$$N = \frac{N}{N \cdot d^2 + 1}$$

N = jumlah populasi

n = jumlah sampel

d<sup>2</sup> = presisi

$$N = \frac{1542}{1542 \cdot 0,1 + 1} = \frac{1542}{16,42} = 93,90 \approx 94 \text{ siswa}$$

Jumlah anggota sampel bertingkat dilakukan dengan pengambilan sampel secara Propotional random sampling, yaitu menggunakan rumus alokasi propotional :

$$N_i = \frac{N_i}{N} \cdot n$$

Keterangan :

N<sub>i</sub> = jumlah sampel anggota menurut tingkatan

n = jumlah anggota sampel seluruhnya

N<sub>i</sub> = jumlah anggota populasi menurut tingkatan

N = jumlah populasi seluruhnya

Maka jumlah sampel berdasarkan tingkatan dan sekolah adalah :

Kelas X

$$\text{SMAN 1 Yogyakarta} : 276/787 \times 94 = 32,96 \approx 33$$

$$\text{SMA Muh 7 Yogyakarta} : 236/787 \times 94 = 28,18 \approx 28$$

SMA Muh 3 Yogyakarta :  $230/787 \times 94 = 27,47 \gg 27$

SMA Bopkri 3 :  $10/787 \times 94 = 1,19 \gg 2$

SMK Pembangunan :  $35/787 \times 94 = 4,18 \gg 4$

#### Kelas XI

SMAN 1 Yogyakarta :  $267/755 \times 94 = 33,24 \gg 33$

SMA Muh 7 Yogyakarta :  $215/755 \times 94 = 26,76 \gg 27$

SMA Muh 3 Yogyakarta :  $225/755 \times 94 = 28,01 \gg 28$

SMA Bopkri 3 :  $12/755 \times 94 = 1,49 \gg 2$

SMK Pembangunan :  $35/755 \times 94 = 4,48 \gg 4$

Tabel 3. Data Perhitungan Sampel

| Nama sekolah                  | Jumlah siswa kelas X | Sampel   | Jumlah siswa kelas XI | Sampel   |
|-------------------------------|----------------------|----------|-----------------------|----------|
| SMA N 1 Yogyakarta            | 276 siswa            | 33 siswa | 267 siswa             | 33 siswa |
| SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta | 236 siswa            | 28 siswa | 215 siswa             | 27 siswa |
| SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta | 230 siswa            | 27 siswa | 225 siswa             | 28 siswa |
| SMA BOPKRI 3 Yogyakarta       | 10 siswa             | 2 siswa  | 12 siswa              | 2 siswa  |
| SMK Koeprasi Yogyakarta       | 35 siswa             | 4 siswa  | 36 siswa              | 4 siswa  |
| Jumlah                        | 787 siswa            | 94 siswa | 755 siswa             | 94 siswa |

Untuk penentuan kelas yang akan dipilih yaitu menggunakan *Random sampling*. Menurut Sugiyono (2008: 218) *Random Sampling* yaitu suatu cara pengambilan sampel dimana tiap unsur membentuk populasi diberi kesempatan yang sama untuk terpilih menjadi sampel. Pengambilan sampel kelas ini dengan cara diundi. Dari hasil perhitungan tersebut, maka yang dijadikan sampel dalam penelitian ini adalah untuk kelas X sebanyak 94 siswa dan kelas XI sebanyak 94. Jadi total keseluruhan adalah 188 siswa.

## **D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data**

### **a. Instrumen**

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuesioner dari *Physical Activity Questionnaire Adolescents* (PAQ-A) milik Kent C Kowalski et al (2004) yang sudah dimodifikasi dalam bahasa Inggris menjadi bahasa Indonesia. Menurut Mardalis (2009: 67) angket adalah teknik pengumpulan data melalui formulir-formulir yang berisi pertanyaan-pertanyaan yang diajukan secara tertulis pada seseorang atau sekumpulan orang untuk mendapatkan jawaban atau tanggapan dan informasi yang diperlukan oleh peneliti. Angket dalam penelitian ini terdiri dari variabel yang dijabarkan melalui indikator, sub indikator, pernyataan. Butir-butir pernyataan ini adalah gambaran aktivitas jasmani peserta didik.

#### **1. Uji Coba Instrumen**

Uji coba dimaksudkan mendapat instrumen yang benar-benar *valid* (sahih) dan *reliable* (andal). Uji coba instrumen dilakukan pada *sample* yang memiliki karakteristik yang hampir sama dengan kondisi *sample* yang sesungguhnya.

##### **1) Uji Validitas**

Penyimpulan hasil analisis validitas atau kesahihan instrument dilakukan dengan membandingkan antara  $r$  hitung dengan  $r$  tabel. Butir dikatakan valid apabila  $r$  hitung  $>$   $r$  tabel.

Uji validitas dalam uji coba ini dibantu dengan SPSS.16

Tabel 4. Data Hasil Uji Validitas

| No soal | R Hitung | Syarat | Keterangan      |
|---------|----------|--------|-----------------|
| 1       | 0.612    | >361   | Item soal valid |
| 2       | 0.484    | >361   | Item soal valid |
| 3       | 0.509    | >361   | Item soal valid |
| 4       | 0.598    | >361   | Item soal valid |
| 5       | 0.893    | >361   | Item soal valid |
| 6       | 0.834    | >361   | Item soal valid |
| 7       | 0.877    | >361   | Item soal valid |
| 8       | 0.786    | >361   | Item soal valid |
| 9       | 0.844    | >361   | Item soal valid |

## 2) Uji Reliabilitas

Instrumen dikatakan reliabel apabila instrument tersebut mampu mengungkapkan data yang bisa dipercaya dan sesuai dengan kenyataan yang sebenarnya. Perhitungan reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach* dengan bantuan SPSS.1. Indikator pengukuran reliabilitas menurut Uma Sekaran (2000: 312), yang membagi tingkatan reliabilitas dengan kriteria sebagai berikut: Jika alpha atau r hitung:

- 1) 0,8-1,0 = Reliabilitas baik
- 2) 0,6-0,799 = Reliabilitas diterima
- 3) Kurang dari 0,6 = Reliabilitas kurang baik

Tabel 5. Data Hasil Uji Reliabilitas Instrumen

| K  | Hasil uji | Syarat | Keterangan |
|----|-----------|--------|------------|
| 29 | 0.894     | >0.600 | Baik       |

## b. Teknik Pengumpulan Data

Langkah yang dilakukan untuk mengumpulkan data jenis aktivitas dan data aktivitas jasmani setelah pulang sekolah dilakukan dengan cara :

- a) Siswa diberi penjelasan di kelasnya mengenai tata cara pengisian kuesioner.
- b) Kuesioner dibagikan kepada siswa dilanjutkan dengan memandu setiap pertanyaan kepada siswa sampai siswa mengerti apa yang diharapkan dari pertanyaan yang diajukan.
- c) Setelah siswa selesai mengisi kuesioner, langsung dikumpulkan kembali.
- d) Ketika pengisian peneliti selalu menegaskan bahwa penelitian ini bukan tes jadi tidak berpengaruh terhadap nilai sehingga siswa diharapkan mengisi jawaban dengan sejujur-jujurnya.

## E. Teknik Analisis Data

Teknik analisis untuk memberikan nilai yaitu :

1. Soal nomor 1 (aktivitas waktu luang). Ambillah rata-rata dari semua aktivitas (“tidak melakukan” mendapat skor 1, “7 kali atau lebih” mendapat skor 5) pada daftar aktivitas untuk memperoleh skor rata-rata untuk soal nomor 1.
2. Soal nomor 2 sampai 8 (aktivitas yang paling sesuai saat pelajaran PJOK, saat istirahat, segera setelah sekolah, sore hari, hari minggu). Aktivitas jasmani paling rendah mendapat skor 1 dan aktivitas jasmani paling tinggi mendapat skor 5.

3. Soal nomor 9. Ambillah rata-rata dari semua hari dalam 1 minggu (“tidak melakukan” mendapat nilai 1, “sangat sering” mendapat nilai 5) untuk memperoleh skor rata-rata.
4. Hasil rata-rata dari soal nomor 1-9 kemudian dimasukkan dalam 5 kategori yaitu:

Tabel 6. Interval Nilai Kuesioner

|   |               |
|---|---------------|
| 1 | Sangat rendah |
| 2 | Rendah        |
| 3 | Sedang        |
| 4 | Tinggi        |
| 5 | Sangat tinggi |

Untuk memudahkan penilaian, dibuatlah tabel nilai sebagai berikut :

|             |               |
|-------------|---------------|
| 0 - 1,50    | Sangat rendah |
| 1,51 - 2,50 | Rendah        |
| 2,51 - 3,50 | Sedang        |
| 3,51 - 4,50 | Tinggi        |
| 4,51 - 5    | Sangat tinggi |

Sedangkan teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah persentase dengan langkah-langkah sebagai berikut:

Menggunakan rumus sebagai berikut menurut Sugiyono (1997:21)

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

Keterangan :  
P : Persentase  
F : Frekuensi  
N : Jumlah sampel

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Deskripsi Hasil Penelitian

##### 1. Hasil Data Keseluruhan

- a. Tingkat Aktivitas Jasmani Siswa Sekolah Menengah Atas di Kecamatan Wirobrajan Daerah Istimewa Yogyakarta.

Penghitungan data yang mendeskripsikan tingkat aktivitas jasmani siswa SMA/SMK secara keseluruhan dengan jumlah sampel  $N=188$  secara keseluruhan sebagai berikut :

Tabel 7. Tingkat aktivitas jasmani siswa SMA/SMK di Kecamatan Wirobrajan Daerah Istimewa Yogyakarta

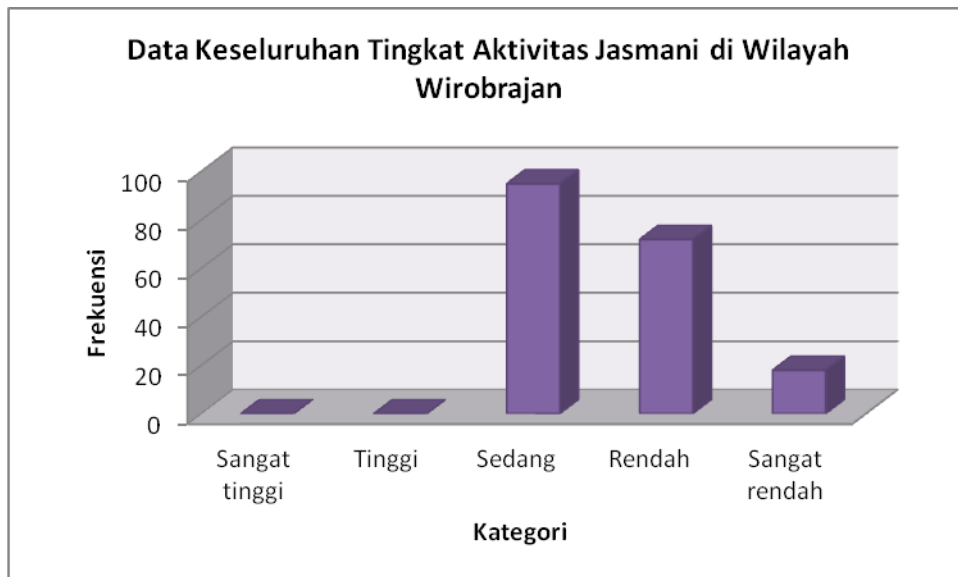
| Deskriptif     |          |
|----------------|----------|
| Nilai maksimum | 3.88     |
| Nilai minimum  | 1.10     |
| Rerata         | 2.49     |
| SD             | 0.609537 |

Dari analisis deskriptif di atas dapat diketahui bahwa nilai maksimal keseluruhan sebesar 3.88. sedangkan untuk nilai minimal sebesar 1.10. Untuk rerata sebesar 2.49 serta standar deviasi (SD) 0.60. Dari hasil deskriptif data yang sudah terkumpul kemudian dikonversikan ke dalam tabel penilaian dan didapat hasil sebagai berikut:

Tabel 8. Tingkat aktivitas jasmani siswa SMA/SMK di Kecamatan Wirobrajan Daerah Istimewa Yogyakarta

| Interval  | Kriteria      | Frekuensi | Persentase |
|-----------|---------------|-----------|------------|
| 4,51-5    | Sangat tinggi | 0         | 0%         |
| 3.51-4.50 | Tinggi        | 0         | 0%         |
| 2,51-3.50 | Sedang        | 95        | 50,53%     |
| 1,51-2,50 | Rendah        | 72        | 38,29%     |
| 0-1,50    | Sangat rendah | 18        | 9,57%      |
| Total     |               | 188       | 100%       |

Berdasarkan data di atas siswa berkategori sangat rendah 18 orang (9,57%), rendah 72 orang (38,29%), sedang 95 orang (50,53%), tinggi 0 orang (0%), sangat tinggi 0 orang (0%). Untuk mempermudah dalam memahami distribusi frekuensi yang telah ditampilkan, maka akan disajikan juga dalam bentuk histogram sebagai berikut :



Gambar 2. Histogram Tingkat aktivitas jasmani siswa SMA/SMK di Kecamatan Wirobrajan Daerah Istimewa Yogyakarta

## 2. Hasil Data SMAN 1 Yogyakarta

- a. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMAN 1 Yogyakarta kelas X

Penghitungan data yang mendeskripsikan tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMAN 1 Yogyakarta dengan jumlah sampel  $N=33$  secara keseluruhan sebagai berikut :

Tabel 9. Tingkat aktivitas jasmani siswa SMAN 1 Yogyakarta kelas X

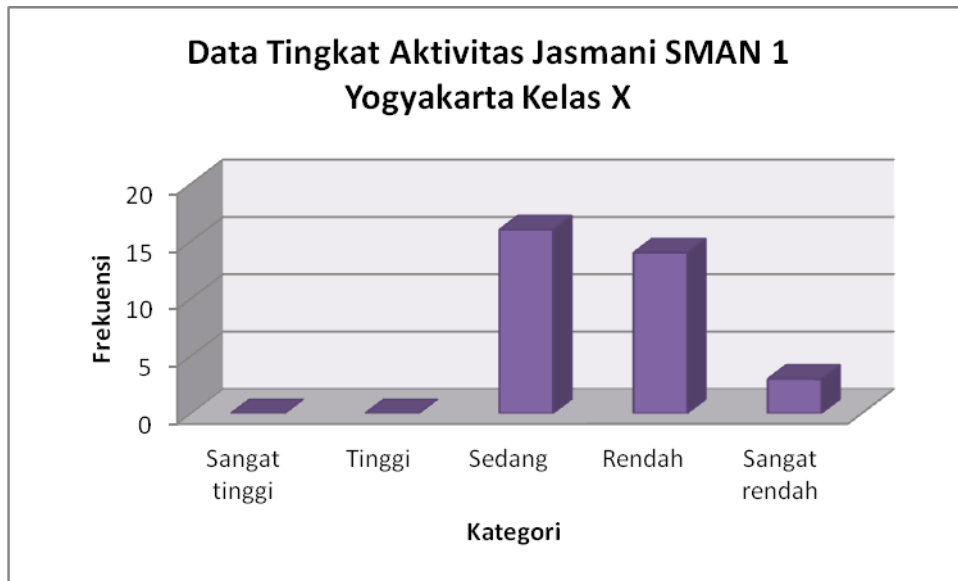
| Deskriptif     |             |
|----------------|-------------|
| Nilai maksimum | 3.29        |
| Nilai minimum  | 1.40        |
| Rerata         | 2.47        |
| SD             | 0.535627867 |

Dari analisis deskriptif di atas dapat diketahui bahwa nilai maksimal untuk kelas X sebesar 3.29. sedangkan untuk nilai minimal sebesar 1.40. untuk rerata sebesar 2.47 serta standar deviasi (SD) 0.53. Dari hasil deskriptif data yang sudah terkumpul kemudian dikonversikan ke dalam tabel penilaian dan didapat hasil sebagai berikut:

Tabel 10. Tingkat aktivitas jasmani siswa SMAN 1 Yogyakarta kelas X

| Interval  | Kriteria      | Frekuensi | Persentase |
|-----------|---------------|-----------|------------|
| 4,51-5    | Sangat tinggi | 0         | 0%         |
| 3.51-4.50 | Tinggi        | 0         | 0%         |
| 2,51-3.50 | Sedang        | 16        | 48,48%     |
| 1,51-2,50 | Rendah        | 14        | 42,42%     |
| 0-1,50    | Sangat rendah | 3         | 9,09%      |
| Total     |               | 33        | 100%       |

Berdasarkan data di atas siswa berkategori sangat rendah 3 orang (9,09%), rendah 14 orang (42,42%), sedang 16 orang (48,48%), tinggi 0 orang (0%), sangat tinggi 0 orang (0%). Untuk mempermudah dalam memahami distribusi frekuensi yang telah ditampilkan, maka akan disajikan juga dalam bentuk histogram sebagai berikut :



Gambar 3. Tingkat aktivitas jasmani siswa SMAN 1 Yogyakarta kelas X

- b. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMAN 1 Yogyakarta kelas XI

Penghitungan data yang mendeskripsikan tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMAN 1 Yogyakarta dengan jumlah sampel  $N=33$  secara keseluruhan sebagai berikut :

Tabel 11. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMAN 1 Yogyakarta kelas XI

| Deskriptif     |            |
|----------------|------------|
| Nilai maksimum | 3.20       |
| Nilai minimum  | 1.10       |
| Rerata         | 2.31       |
| SD             | 0.67133211 |

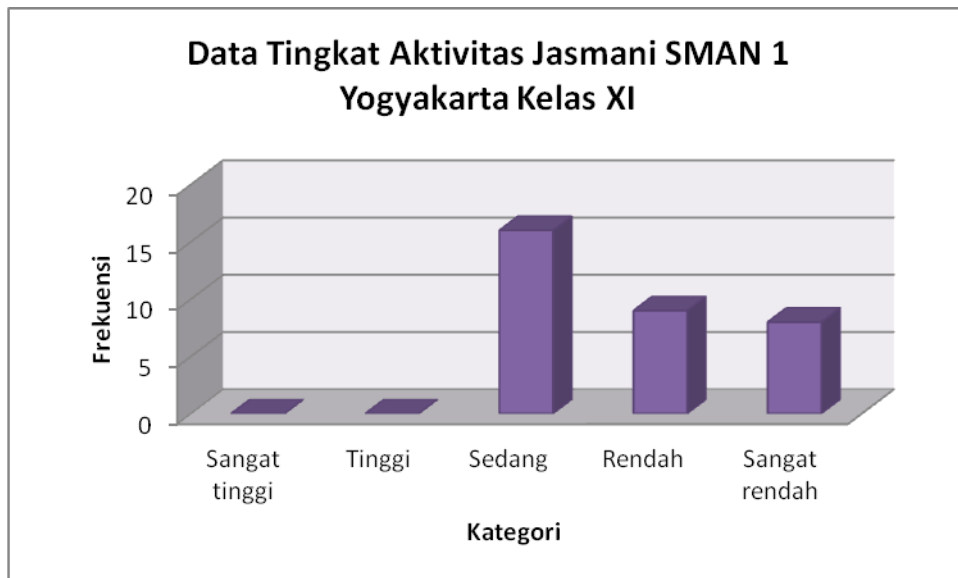
Dari analisis deskriptif di atas dapat diketahui bahwa nilai maksimal untuk kelas XI sebesar 3.20. sedangkan untuk nilai minimal sebesar 1.10. untuk rerata sebesar 2.31 serta standar deviasi (SD) 0.67. Dari hasil

deskriptif data yang sudah terkumpul kemudian dikonversikan ke dalam tabel penilaian dan didapat hasil sebagai berikut:

Tabel 12. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMAN 1 Yogyakarta kelas XI

| Interval  | Kriteria      | Frekuensi | Persentase |
|-----------|---------------|-----------|------------|
| 4,51-5    | Sangat tinggi | 0         | 0%         |
| 3,51-4,50 | Tinggi        | 0         | 0%         |
| 2,51-3,50 | Sedang        | 16        | 48,48%     |
| 1,51-2,50 | Rendah        | 9         | 27,27%     |
| 0-1,50    | Sangat rendah | 8         | 24,24%     |
| Total     |               | 33        | 100%       |

Berdasarkan data di atas siswa berkategori sangat rendah 8 orang (24,24%), rendah 9 orang (27,27%), sedang 16 orang (48,48%), tinggi 0 orang (0%), sangat tinggi 0 orang (0%). Untuk mempermudah dalam memahami distribusi frekuensi yang telah ditampilkan, maka akan disajikan juga dalam bentuk histogram sebagai berikut :



Gambar 4. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMAN 1 Yogyakarta kelas XI

### 3. Data SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta

- a. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta kelas X

Penghitungan data yang mendeskripsikan tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta dengan jumlah sampel  $N=28$  secara keseluruhan sebagai berikut :

Tabel 13. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta kelas X

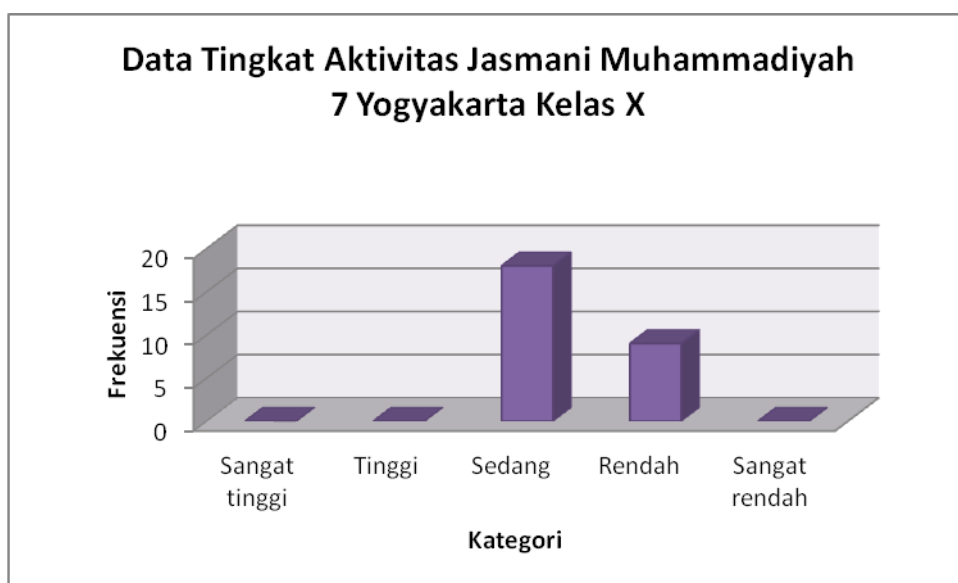
| Deskriptif     |            |
|----------------|------------|
| Nilai maksimum | 3.19       |
| Nilai minimum  | 2.00       |
| Rerata         | 2.68       |
| SD             | 0.40814747 |

Dari analisis deskriptif di atas dapat diketahui bahwa nilai maksimal untuk kelas X sebesar 3.19. sedangkan untuk nilai minimal sebesar 2.00. untuk rerata sebesar 2.68 serta standar deviasi (SD) 0.41. Dari hasil deskriptif data yang sudah terkumpul kemudian dikonversikan ke dalam tabel penilaian dan didapat hasil sebagai berikut:

Tabel 14. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta kelas X

| Interval  | Kriteria      | Frekuensi | Persentase |
|-----------|---------------|-----------|------------|
| 4,51-5    | Sangat tinggi | 0         | 0%         |
| 3.51-4.50 | Tinggi        | 0         | 0%         |
| 2,51-3.50 | Sedang        | 18        | 64,28%     |
| 1,51-2,50 | Rendah        | 9         | 32,14%     |
| 0-1,50    | Sangat rendah | 0         | 0%         |
| Total     |               | 28        | 100%       |

Berdasarkan data di atas siswa berkategori sangat rendah 0 orang (0%), rendah 9 orang (32,14%), sedang 18 orang (64,28%), tinggi 0 orang (0%), sangat tinggi 0 orang (0%). Untuk mempermudah dalam memahami distribusi frekuensi yang telah ditampilkan, maka akan disajikan juga dalam bentuk histogram sebagai berikut :



Gambar 5. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta kelas X

b. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta kelas XI

Penghitungan data yang mendeskripsikan tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta dengan jumlah sampel  $N=27$  secara keseluruhan sebagai berikut :

Tabel 15. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta kelas XI

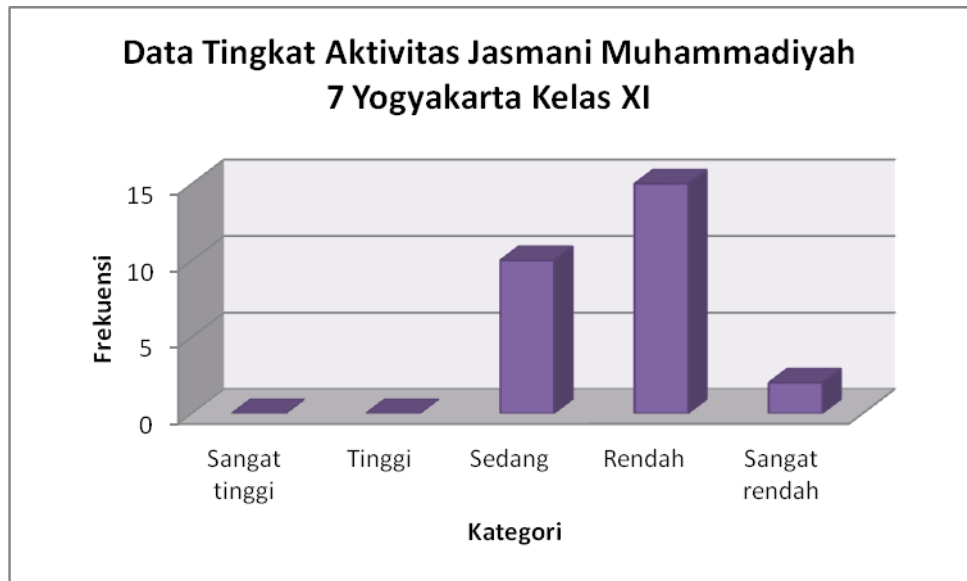
| Deskriptif     |            |
|----------------|------------|
| Nilai maksimum | 3.19       |
| Nilai minimum  | 2.00       |
| Rerata         | 2.68       |
| SD             | 0.40814747 |

Dari analisis deskriptif di atas dapat diketahui bahwa nilai maksimal untuk kelas XI sebesar 3.19. sedangkan untuk nilai minimal sebesar 2.00. untuk rerata sebesar 2.68 serta standar deviasi (SD) 0.41. Dari hasil deskriptif data yang sudah terkumpul kemudian dikonversikan ke dalam tabel penilaian dan didapat hasil sebagai berikut:

Tabel 16. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta kelas XI

| Interval  | Kriteria      | Frekuensi | Persentase |
|-----------|---------------|-----------|------------|
| 4,51-5    | Sangat tinggi | 0         | 0%         |
| 3.51-4.50 | Tinggi        | 0         | 0%         |
| 2,51-3.50 | Sedang        | 10        | 37,03%     |
| 1,51-2,50 | Rendah        | 15        | 55,55%     |
| 0-1,50    | Sangat rendah | 2         | 7,40%      |
| Total     |               | 27        | 100%       |

Berdasarkan data di atas siswa berkategori sangat rendah 2 orang (7,40%), rendah 15 orang (55,55%), sedang 10 orang (37,03%), tinggi 0 orang (0%), sangat tinggi 0 orang (0%). Untuk mempermudah dalam memahami distribusi frekuensi yang telah ditampilkan, maka akan disajikan juga dalam bentuk histogram sebagai berikut :



Gambar 6. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta kelas XI

#### 4. Data SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta

- a. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta kelas X

Penghitungan data yang mendeskripsikan tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta dengan jumlah sampel  $N=28$  secara keseluruhan sebagai berikut :

Tabel 17. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta kelas X

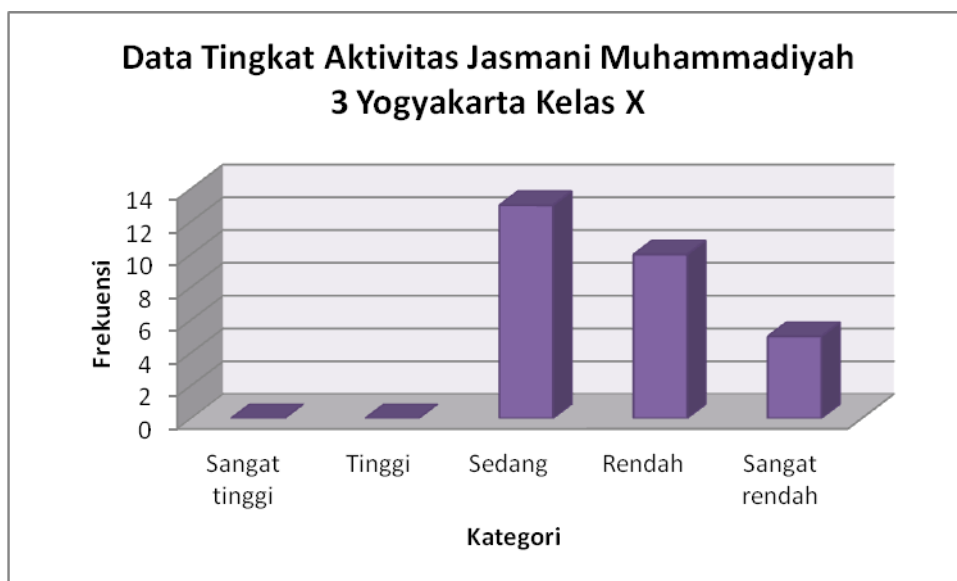
| Deskriptif     |         |
|----------------|---------|
| Nilai maksimum | 3.20    |
| Nilai minimum  | 1.10    |
| Rerata         | 2.27    |
| SD             | 0.63216 |

Dari analisis deskriptif di atas dapat diketahui bahwa nilai maksimal untuk kelas X sebesar 3.20. sedangkan untuk nilai minimal sebesar 1.10. untuk rerata sebesar 2.27 serta standar deviasi (SD) 0.63. Dari hasil deskriptif data yang sudah terkumpul kemudian dikonversikan ke dalam tabel penilaian dan didapat hasil sebagai berikut:

Tabel 18. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta kelas X

| Interval  | Kriteria      | Frekuensi | Persentase |
|-----------|---------------|-----------|------------|
| 4,51-5    | Sangat tinggi | 0         | 0%         |
| 3.51-4.50 | Tinggi        | 0         | 0%         |
| 2,51-3.50 | Sedang        | 13        | 46,42%     |
| 1,51-2,50 | Rendah        | 10        | 35,71%     |
| 0-1,50    | Sangat rendah | 5         | 17,85%     |
| Total     |               | 28        | 100%       |

Berdasarkan data di atas siswa berkategori sangat rendah 5 orang (17,85%), rendah 10 orang (35,71%), sedang 13 orang (46,42%), tinggi 0 orang (0%), sangat tinggi 0 orang (0%). Untuk mempermudah dalam memahami distribusi frekuensi yang telah ditampilkan, maka akan disajikan juga dalam bentuk histrogram sebagai berikut :



Gambar 7. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta kelas X

b. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta kelas XI

Penghitungan data yang mendeskripsikan tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta dengan jumlah sampel  $N=27$  secara keseluruhan sebagai berikut :

Tabel 19. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta kelas XI

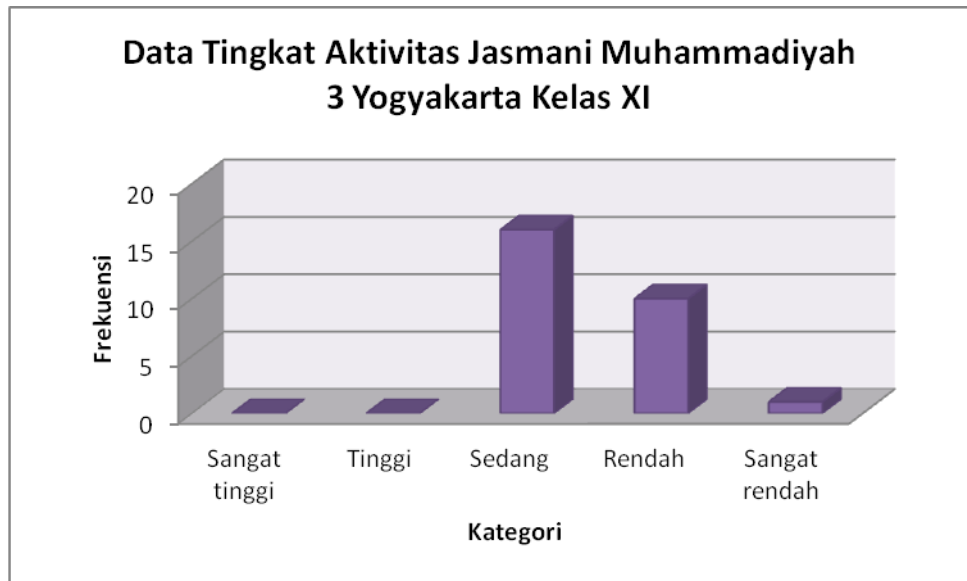
| Deskriptif     |          |
|----------------|----------|
| Nilai maksimum | 3.49     |
| Nilai minimum  | 1.46     |
| Rerata         | 2.67     |
| SD             | 0.582081 |

Dari analisis deskriptif di atas dapat diketahui bahwa nilai maksimal untuk kelas XI sebesar 3.49. sedangkan untuk nilai minimal sebesar 1.46. untuk rerata sebesar 2.67 serta standar deviasi (SD) 0.58. Dari hasil deskriptif data yang sudah terkumpul kemudian dikonversikan ke dalam tabel penilaian dan didapat hasil sebagai berikut:

Tabel 20. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta kelas XI

| Interval  | Kriteria      | Frekuensi | Persentase |
|-----------|---------------|-----------|------------|
| 4,51-5    | Sangat tinggi | 0         | 0%         |
| 3.51-4.50 | Tinggi        | 0         | 0%         |
| 2,51-3.50 | Sedang        | 16        | 59,25%     |
| 1,51-2,50 | Rendah        | 10        | 37,04%     |
| 0-1,50    | Sangat rendah | 1         | 3,70%      |
| Total     |               | 27        | 100%       |

Berdasarkan data di atas siswa berkategori sangat rendah 1 orang (3,70%), rendah 10 orang (37,04%), sedang 16 orang (59,25%), tinggi 0 orang (0%), sangat tinggi 0 orang (0%). Untuk mempermudah dalam memahami distribusi frekuensi yang telah ditampilkan, maka akan disajikan juga dalam bentuk histrogram sebagai berikut :



Gambar 8. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta kelas XI

## 5. Data SMA Bopkri 3 Yogyakarta

- a. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Bopkri 3 Yogyakarta kelas X

Penghitungan data yang mendeskripsikan tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Bopkri 3 Yogyakarta dengan jumlah sampel  $N=2$  secara keseluruhan sebagai berikut :

Tabel 21. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Bopkri 3 Yogyakarta kelas X

| Deskriptif     |          |
|----------------|----------|
| Nilai maksimum | 2.53     |
| Nilai minimum  | 2.08     |
| Rerata         | 2.30     |
| SD             | 0.321004 |

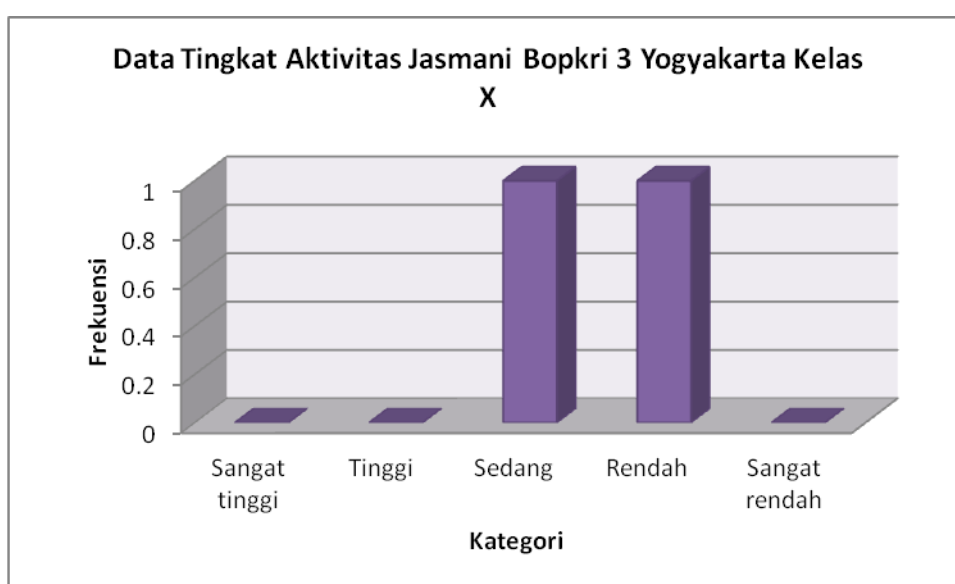
Dari analisis deskriptif di atas dapat diketahui bahwa nilai maksimal untuk kelas X sebesar 2.53. sedangkan untuk nilai

minimal sebesar 2.08. untuk rerata sebesar 2.30 serta standar deviasi (SD) 0.32. Dari hasil deskriptif data yang sudah terkumpul kemudian dikonversikan ke dalam tabel penilaian dan didapat hasil sebagai berikut:

Tabel 22. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Bopkri 3 Yogyakarta kelas X

| Interval  | Kriteria      | Frekuensi | Persentase |
|-----------|---------------|-----------|------------|
| 4,51-5    | Sangat tinggi | 0         | 0%         |
| 3.51-4.50 | Tinggi        | 0         | 0%         |
| 2,51-3.50 | Sedang        | 1         | 50%        |
| 1,51-2,50 | Rendah        | 1         | 50%        |
| 0-1,50    | Sangat rendah | 0         | 0%         |
| Total     |               | 2         | 100%       |

Berdasarkan data di atas siswa berkategori sangat rendah 0 orang (0%), rendah 1 orang (50%), sedang 1 orang (50%), tinggi 0 orang (0%), sangat tinggi 0 orang (0%). Untuk mempermudah dalam memahami distribusi frekuensi yang telah ditampilkan, maka akan disajikan juga dalam bentuk histrogram sebagai berikut :



Gambar 9. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Bopkri 3 Yogyakarta kelas X

a. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Bopkri 3 Yogyakarta kelas XI

Penghitungan data yang mendeskripsikan tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Bopkri 3 Yogyakarta dengan jumlah sampel  $N=2$  secara keseluruhan sebagai berikut :

Tabel 23. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Bopkri 3 Yogyakarta kelas XI

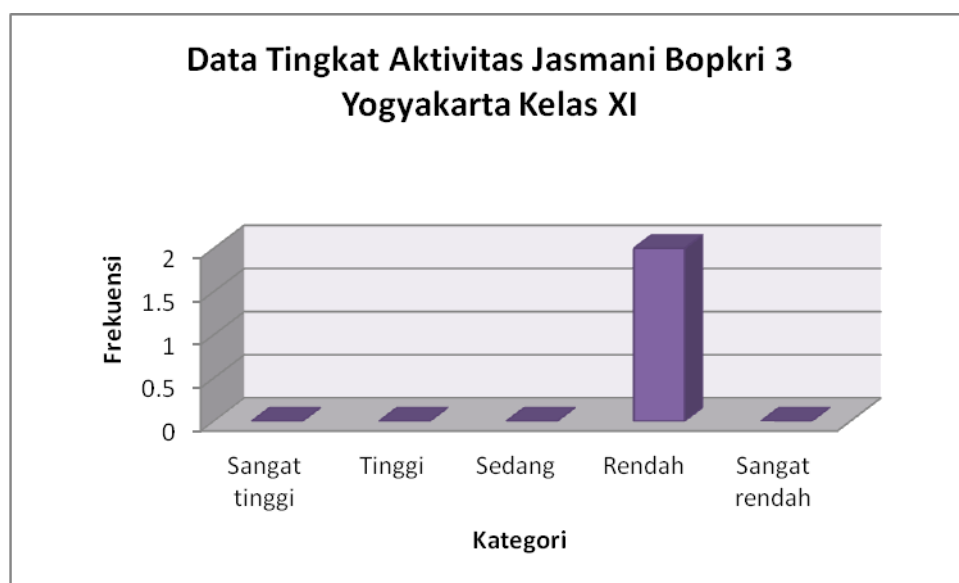
| Deskriptif     |          |
|----------------|----------|
| Nilai maksimum | 1.85     |
| Nilai minimum  | 1.63     |
| Rerata         | 1.74     |
| SD             | 0.150276 |

Dari analisis deskriptif di atas dapat diketahui bahwa nilai maksimal untuk kelas XI sebesar 1.85. sedangkan untuk nilai minimal sebesar 1.63, untuk rerata sebesar 1,74 serta standar deviasi (SD) 0.15. Dari hasil deskriptif data yang sudah terkumpul kemudian dikonversikan ke dalam tabel penilaian dan didapat hasil sebagai berikut:

Tebel 24. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Bopkri 3 Yogyakarta kelas XI

| Interval  | Kriteria      | Frekuensi | Persentase |
|-----------|---------------|-----------|------------|
| 4,51-5    | Sangat tinggi | 0         | 0%         |
| 3.51-4.50 | Tinggi        | 0         | 0%         |
| 2,51-3.50 | Sedang        | 0         | 0%         |
| 1,51-2,50 | Rendah        | 2         | 100%       |
| 0-1,50    | Sangat rendah | 0         | 0%         |
| Total     |               | 2         | 100%       |

Berdasarkan data di atas siswa berkategori sangat rendah 0 orang (0%), rendah 2 orang (100%), sedang 0 orang (0%), tinggi 0 orang (0%), sangat tinggi 0 orang (0%). Untuk mempermudah dalam memahami distribusi frekuensi yang telah ditampilkan, maka akan disajikan juga dalam bentuk histrogram sebagai berikut :



Gambar 10. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMA Bopkri 3 Yogyakarta kelas XI

## 6. Data SMK Pembangunan Yogyakarta

- a. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMK Pembangunan Yogyakarta kelas X

Penghitungan data yang mendeskripsikan tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMK Pembangunan Yogyakarta dengan jumlah sampel  $N=4$  secara keseluruhan sebagai berikut :

Tabel 25. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMK Pembangunan Yogyakarta kelas X

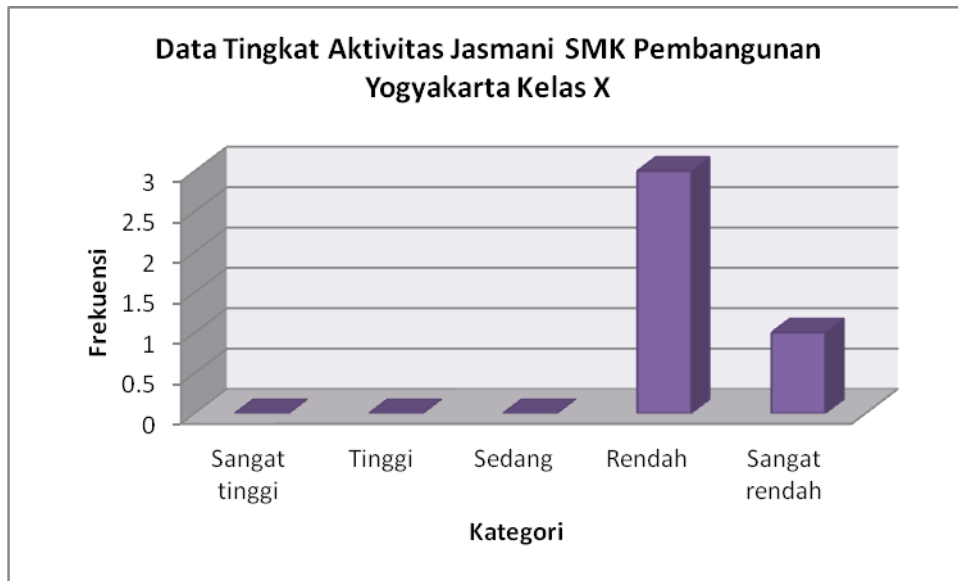
| Deskriptif     |         |
|----------------|---------|
| Nilai maksimum | 2.27    |
| Nilai minimum  | 1.37    |
| Rerata         | 1.82    |
| SD             | 0.63808 |

Dari analisis deskriptif di atas dapat diketahui bahwa nilai maksimal untuk kelas X sebesar 2.27. sedangkan untuk nilai minimal sebesar 1.37. untuk rerata sebesar 1.82 serta standar deviasi (SD) 0.63. Dari hasil deskriptif data yang sudah terkumpul kemudian dikonversikan ke dalam tabel penilaian dan didapat hasil sebagai berikut:

Tabel 26. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMK Pembangunan Yogyakarta kelas X

| Interval  | Kriteria      | Frekuensi | Persentase |
|-----------|---------------|-----------|------------|
| 4,51-5    | Sangat tinggi | 0         | 0%         |
| 3.51-4.50 | Tinggi        | 0         | 0%         |
| 2,51-3.50 | Sedang        | 0         | 0%         |
| 1,51-2,50 | Rendah        | 3         | 75%        |
| 0-1,50    | Sangat rendah | 1         | 25%        |
| Total     |               | 4         | 100%       |

Berdasarkan data di atas siswa berkategori sangat rendah 1 orang (25%), rendah 3 orang (75%), sedang 0 orang (0%), tinggi 0 orang (0%), sangat tinggi 0 orang (0%). Untuk mempermudah dalam memahami distribusi frekuensi yang telah ditampilkan, maka akan disajikan juga dalam bentuk histogram sebagai berikut :



Gambar 11. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMK Pembangunan Yogyakarta kelas X

**b.** Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMK Pembangunan Yogyakarta kelas XI

Penghitungan data yang mendeskripsikan tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMK Pembangunan Yogyakarta dengan jumlah sampel  $N=4$  secara keseluruhan sebagai berikut :

Tabel 27. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMK Pembangunan Yogyakarta kelas XI

| Deskriptif     |          |
|----------------|----------|
| Nilai maksimum | 2.05     |
| Nilai minimum  | 1.68     |
| Rerata         | 1.86     |
| SD             | 0.265009 |

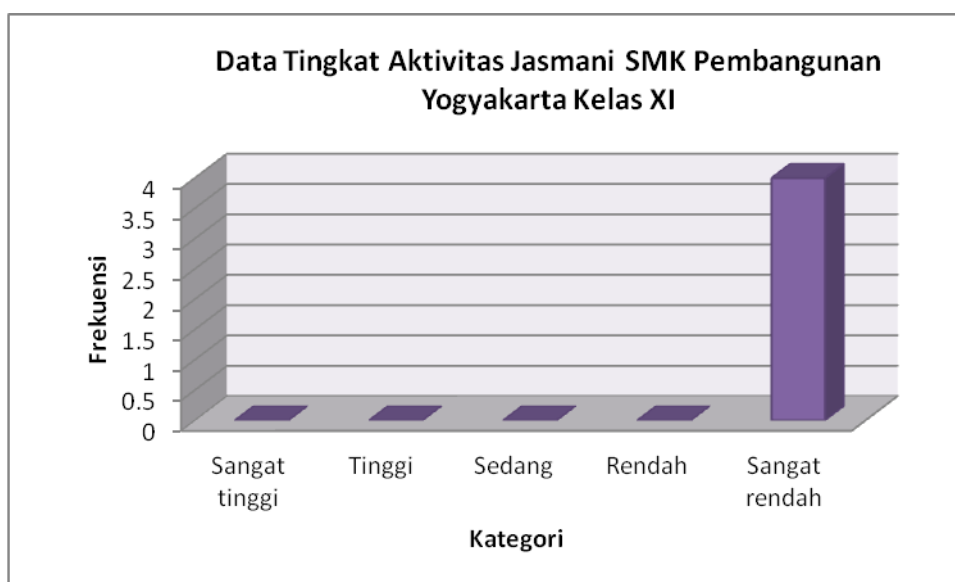
Dari analisis deskriptif di atas dapat diketahui bahwa nilai maksimal untuk kelas XI sebesar 2.05. sedangkan untuk nilai minimal sebesar 1.68. untuk rerata sebesar 1.65 serta standar deviasi

(SD) 0.26. Dari hasil deskriptif data yang sudah terkumpul kemudian dikonversikan ke dalam tabel penilaian dan didapat hasil sebagai berikut:

Tabel 28. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMK Pembangunan Yogyakarta kelas XI

| Interval  | Kriteria      | Frekuensi | Persentase |
|-----------|---------------|-----------|------------|
| 4,51-5    | Sangat tinggi | 0         | 0%         |
| 3.51-4.50 | Tinggi        | 0         | 0%         |
| 2,51-3.50 | Sedang        | 0         | 0%         |
| 1,51-2,50 | Rendah        | 0         | 0%         |
| 0-1,50    | Sangat rendah | 4         | 100%       |
| Total     |               | 4         | 100%       |

Berdasarkan data di atas siswa berkategori sangat rendah 4 orang (100%), rendah 0 orang (0%), sedang 0 orang (0%), tinggi 0 orang (0%), sangat tinggi 0 orang (0%). Untuk mempermudah dalam memahami distribusi frekuensi yang telah ditampilkan, maka akan disajikan juga dalam bentuk histogram sebagai berikut :



Gambar 12. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas SMK Pembangunan Yogyakarta kelas XI

## 7. Hasil Data Tingkat Aktivitas Jasmani Sekolah Negeri di Wilayah Wirobrajan

Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas (Negeri) yaitu SMAN 1 Yogyakarta. Penghitungan data yang mendeskripsikan tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas dengan jumlah sampel  $N=66$  secara keseluruhan sebagai berikut :

Tabel 29. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas (negeri) di Kecamatan Wirobrajan, Daerah Istimewa Yogyakarta

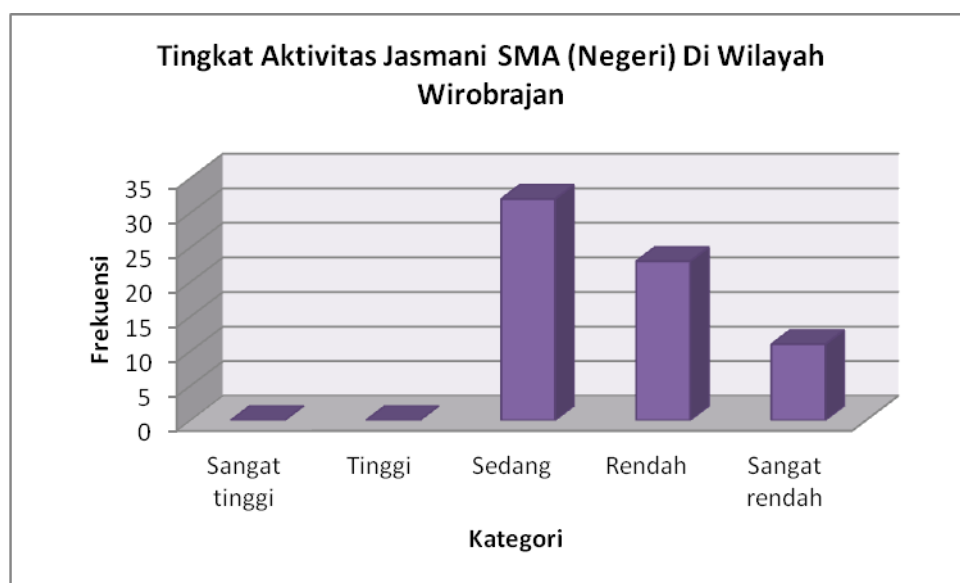
| Deskriptif     |        |
|----------------|--------|
| Nilai maksimum | 3.29   |
| Nilai minimum  | 1.10   |
| Rerata         | 2.39   |
| SD             | 0.6078 |

Dari analisis deskriptif di atas dapat diketahui bahwa nilai maksimal untuk sekolah negeri sebesar 3.29. Sedangkan untuk nilai minimal sebesar 1.10. untuk rerata sebesar 2.39 serta standar deviasi (SD) 0.61. Dari hasil deskriptif data yang sudah terkumpul kemudian dikonversikan ke dalam tabel penilaian dan didapat hasil sebagai berikut:

Tebel 30. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas (negeri) di Kecamatan Wirobrajan, Daerah Istimewa Yogyakarta

| Interval  | Kriteria      | Frekuensi | Persentase |
|-----------|---------------|-----------|------------|
| 4,51-5    | Sangat tinggi | 0         | 0%         |
| 3.51-4.50 | Tinggi        | 0         | 0%         |
| 2,51-3.50 | Sedang        | 32        | 48,48%     |
| 1,51-2,50 | Rendah        | 23        | 34,84%     |
| 0-1,50    | Sangat rendah | 11        | 16,66%     |
| Total     |               | 66        | 100%       |

Berdasarkan data di atas siswa berkategori sangat rendah 11 orang (16,66%), rendah 23 orang (34,84%), sedang 32 orang (48,48%), tinggi 0 orang (0%), sangat tinggi 0 orang (0%). Untuk mempermudah dalam memahami distribusi frekuensi yang telah ditampilkan, maka akan disajikan juga dalam bentuk histogram sebagai berikut :



Gambar 13. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas (Negeri) Di Wilayah Wirobrajan

## 8. Hasil Data Tingkat Aktivitas Jasmani Sekolah Swasta di Wilayah Wirobrajan

Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas (Swasta) yaitu SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta, SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta dan SMA Bopkri 3 Yogyakarta. Penghitungan data yang mendeskripsikan tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas dengan jumlah sampel  $N=144$  secara keseluruhan sebagai berikut :

Tabel 31. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas (Swasta) di Kecamatan Wirobrajan, Daerah Istimewa Yogyakarta

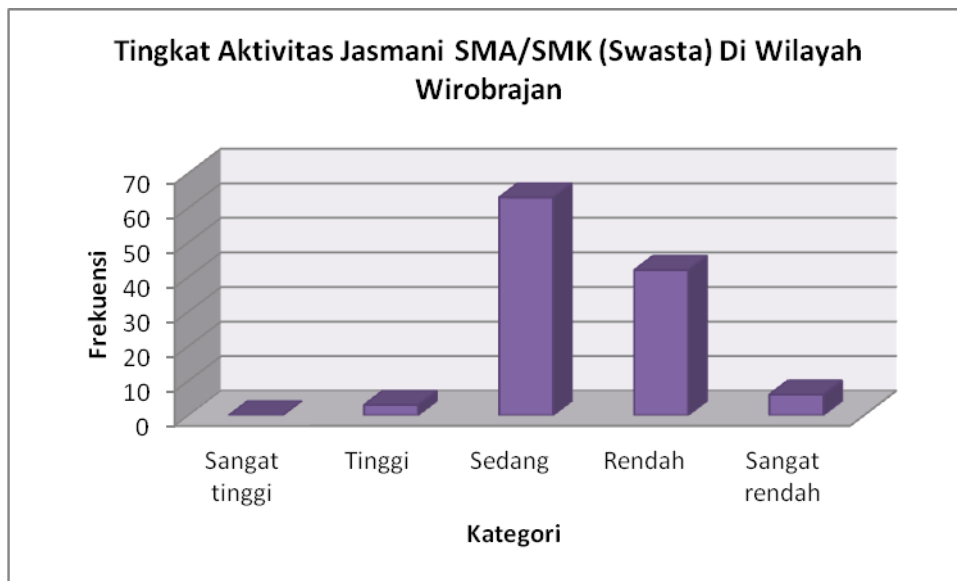
| Deskriptif     |          |
|----------------|----------|
| Nilai maksimum | 3.88     |
| Nilai minimum  | 1.10     |
| Rerata         | 2.59     |
| SD             | 0.588447 |

Dari analisis deskriptif di atas dapat diketahui bahwa nilai maksimal untuk sekolah swasta sebesar 3.88. Sedangkan untuk nilai minimal sebesar 1.10. untuk rerata sebesar 2.59 serta standar deviasi (SD) 0.58. Dari hasil deskriptif data yang sudah terkumpul kemudian dikonversikan ke dalam tabel penilaian dan didapat hasil sebagai berikut:

Tabel 32. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas (Swasta) di Kecamatan Wirobrajan, Daerah Istimewa Yogyakarta

| Interval  | Kriteria      | Frekuensi | Persentase |
|-----------|---------------|-----------|------------|
| 4,51-5    | Sangat tinggi | 0         | 0%         |
| 3,51-4,50 | Tinggi        | 3         | 2,08%      |
| 2,51-3,50 | Sedang        | 63        | 43,75%     |
| 1,51-2,50 | Rendah        | 42        | 29,16%     |
| 0-1,50    | Sangat rendah | 6         | 4,16%      |
| Total     |               | 144       | 100%       |

Berdasarkan data di atas siswa berkategori sangat rendah 6 orang (4,16%), rendah 42 orang (29,16%), sedang 63 orang (43,75%), tinggi 3 orang (2,08%), sangat tinggi 0 orang (0%). Untuk mempermudah dalam memahami distribusi frekuensi yang telah ditampilkan, maka akan disajikan juga dalam bentuk histogram sebagai berikut :



Gambar 14. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas (Swasta) Di Wilayah Wirobrajan

## 9. Hasil Data Tingkat Aktivitas Jasmani Sekolah Kejuruan di Wilayah Wirobrajan

Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas (Kejuruan) yaitu SMK Pembangunan Yogyakarta. Penghitungan data yang mendeskripsikan tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas dengan jumlah sampel  $N=8$  secara keseluruhan sebagai berikut :

Tabel 33. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas (Kejuruan) di Kecamatan Wirobrajan, Daerah Istimewa Yogyakarta

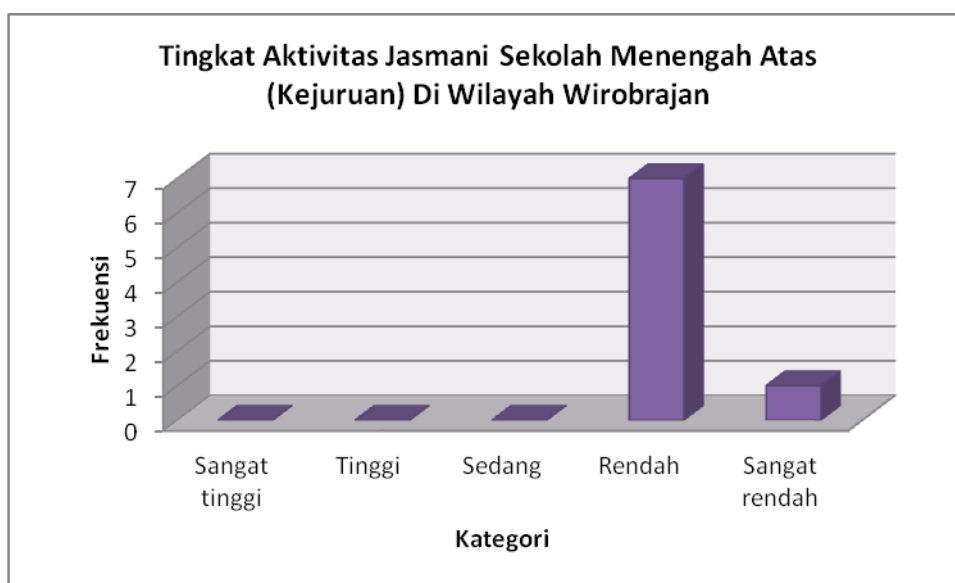
| Deskriptif     |         |
|----------------|---------|
| Nilai maksimum | 2.27    |
| Nilai minimum  | 1.10    |
| Rerata         | 1.83    |
| SD             | 0.41109 |

Dari analisis deskriptif di atas dapat diketahui bahwa nilai maksimal untuk sekolah swasta sebesar 2.27. Sedangkan untuk nilai minimal sebesar 1.10. untuk rerata sebesar 1.83 serta standar deviasi (SD) 0.41. Dari hasil deskriptif data yang sudah terkumpul kemudian dikonversikan ke dalam tabel penilaian dan didapat hasil sebagai berikut:

Tabel 34. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas (Kejuruan) di Kecamatan Wirobrajan, Daerah Istimewa Yogyakarta

| Interval  | Kriteria      | Frekuensi | Persentase |
|-----------|---------------|-----------|------------|
| 4,51-5    | Sangat tinggi | 0         | 0%         |
| 3.51-4.50 | Tinggi        | 0         | 0%         |
| 2,51-3.50 | Sedang        | 0         | 0%         |
| 1,51-2,50 | Rendah        | 7         | 87,5%      |
| 0-1,50    | Sangat rendah | 1         | 12,5%      |
| Total     |               | 8         | 100%       |

Berdasarkan data di atas siswa berkategori sangat rendah 1 orang (12,5%), rendah 7 orang (87,5%), sedang 0 orang (0%), tinggi 0 orang (0%), sangat tinggi 0 orang (0%). Untuk mempermudah dalam memahami distribusi frekuensi yang telah ditampilkan, maka akan disajikan juga dalam bentuk histrogram sebagai berikut :



Gambar 15. Tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas (Kejuruan) Di Wilayah Wirobrajan

#### 10. Deskripsi Data Umum Sekolah Negeri, Swasta dan Kejuruan

Tabel 35. Tingkat aktivitas jasmani siswa SMA/SMK/MA di Kecamatan Wirobrajan, Daerah Istimewa Yogyakarta

| Interval  | Kriteria      | Negeri |            | Swasta |            | Kejuruan |            |
|-----------|---------------|--------|------------|--------|------------|----------|------------|
|           |               | Jml    | Persentase | Jml    | Persentase | Jml      | Persentase |
| 4,51-5    | Sangat tinggi | 0      | 0%         | 0      | 0%         | 0        | 0%         |
| 3,51-4,50 | Tinggi        | 0      | 0%         | 3      | 2,08%      | 0        | 0%         |
| 2,51-3,50 | Sedang        | 32     | 48,48%     | 63     | 43,75%     | 0        | 0%         |
| 1,51-2,50 | Rendah        | 23     | 34,84%     | 42     | 29,16%     | 7        | 87,5%      |
| 0-1,50    | Sangat rendah | 11     | 16,66%     | 6      | 4,16%      | 1        | 12,5%      |
| Total     |               | 66     | 100%       | 144    | 100%       | 8        | 100%       |

Berdasarkan data di atas untuk siswa Sekolah Menengah Atas (Negeri) berkategori sangat rendah 11 orang (16,66%), rendah 23 orang (34,84%), sedang 32 orang (48,48%), tinggi 0 orang (0%), sangat tinggi 0 orang (0%). Sedangkan Sekolah Menengah Atas (Swasta) siswa berkategori sangat rendah 6 orang (4,16%), rendah 42 orang (29,16%), sedang 63 orang (43,75%), tinggi 3 orang (2,08%),

sangat tinggi 0 orang (0%). Untuk siswa Sekolah Menengah Atas (Kejuruan) berkategori sangat rendah 1 orang (12,5%), rendah 7 orang (87,5%), sedang 0 orang (0%), tinggi 0 orang (0%), sangat tinggi 0 orang (0%).

## **B. Pembahasan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas di Kecamatan Wirobrajan Daerah Istimewa Yogyakarta Sekolah Menengah Atas (Negeri) berkategori sangat rendah 11 orang, rendah 23 orang, sedang 32 orang, tinggi 0 orang, sangat tinggi 0 orang. Dalam kategori Sekolah Menengah Atas (Negeri) yaitu SMAN 1 Yogyakarta. SMAN 1 Yogyakarta termasuk sekolah unggulan di wilayah Yogyakarta. Siswa-siswi berlomba-lomba untuk meraih keinginan masuk di sekolah tersebut. Hal ini terjadi karena sekolah tersebut memiliki letak sekolah yang strategis, selain letak yang strategis sekolah tersebut merupakan sekolah yang memiliki julukan SMA Teladan Yogyakarta.

Sedangkan Sekolah Menengah Atas (Swasta) siswa berkategori sangat rendah 6 orang, rendah 42 orang, sedang 63 orang, tinggi 3 orang, sangat tinggi 0 orang. Dalam kategori ini ada 3 sekolah Swasta yaitu SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta, SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta, dan SMA Bopkri 3 Yogyakarta. Sekolah swasta ini terletak hampir berdekatan kira-kira berjarak 200m. Ketiga sekolah tersebut memiliki daya tarik tersendiri. Jumlah siswa yang masuk juga

relative sangat banyak. Hal ini terjadi karena sekolah swasta tersebut tidak kalah dengan sekolah Negeri yang ada. Sekolah-sekolah tersebut mampu bersaing di dunia pendidikan. Sekolah swasta ini memiliki tempat yang sangat berdekatan dengan pertokoan, klinik maupun distro.

Untuk siswa Sekolah Menengah Atas (Kejuruan) berkategori sangat rendah 1 orang, rendah 7 orang, sedang 0 orang, tinggi 0 orang, sangat tinggi 0 orang. Terdapat satu sekolah Kejuruan yang menjadi sampel yaitu SMK Pembangunan. Di sekolah tersebut tidak memiliki siswa yang banyak, akan tetapi sekolah tersebut sangat dekat dengan pertokoan, distro maupun hotel yang begitu banyak. Hal ini mengakibatkan anak-anak tersebut melakukan aktivitas jasmani di sekolah minim. Siswa cenderung bermain *gadget* nya daripada beraktivitas jasmani seperti bermain sepakbola, basket dll. Hal tersebut dilakukan hanya pada saat pelajaran pendidikan jasmani.

Dari data tersebut dapat dilihat bahwa siswa siswi di Wilayah Wirobrajan masih tergolong dalam kategori sedang dalam beraktivitas jasmani. Hal tersebut disebabkan oleh beberapa alasan, salah satunya adalah teknologi yang semakin hari semakin canggih sehingga mempermudah siswa dalam melakukan berbagai hal secara instan. Selain teknologi yang semakin canggih faktor yang kedua yaitu lahan di Wilayah Wirobrajan yang semakin padat dengan pembangunan gedung, seperti : segala toko pakaian, rumah makan, rumah sakit serta hotel-hotel yang baru dibangun. Semakin sempitnya lahan terbuka di wilayah

Wirobrajan mengakibatkan masyarakat yang tinggal di wilayah tersebut kurang dalam beraktivitas jasmani.

Dari data kelima sekolah yang sudah diteliti, aktivitas jasmani yang paling bagus adalah sekolah Negeri yaitu SMAN 1 Yogyakarta dan sekolah Swasta yaitu SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta dan SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta. Siswa sekolah Negeri dan Swasta memiliki waktu yang lebih banyak untuk beraktivitas jasmani dibandingkan dengan siswa Kejuruan. Di sekolah negeri maupun swasta, siswa tidak terbebani dengan praktek atau praktikum. Dari hasil survey setelah siswa selesai kegiatan belajar di sekolah, siswa mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di sekolah ataupun mengikuti club di luar sekolah. Hal ini dilakukan untuk mengisi waktu luang yang siswa miliki untuk beraktivitas jasmani. Berbeda dengan siswa-siswi yang sekolah di sekolah Kejuruan, waktu siswa dihabiskan di lingkungan sekolah sejak pagi hingga sore hari. Ketika siswa pulang siswa sudah merasa lelah untuk beraktivitas jasmani. Aktivitas jasmani yang siswa lakukan untuk siswa putra terlihat pada jam istirahat sekolah, siswa bermain sepakbola dan bermain bolabasket. Sedangkan untuk siswa putri pada saat istirahat siswa hanya duduk dan bermain *gadget*.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, tingkat aktivitas jasmani siswa Sekolah Menengah Atas di Kecamatan Wirobrajan Daerah Istimewa Yogyakarta Sekolah Menengah Atas (Negeri) berkategori sangat rendah 11 orang (16,66%), rendah 23 orang (34,84%), sedang 32 orang (48,48%), tinggi 0 orang (0%), sangat tinggi 0 orang (0%). Sedangkan Sekolah Menengah Atas (Swasta) siswa berkategori sangat rendah 6 orang (4,16%), rendah 42 orang (29,16%), sedang 63 orang (43,75%), tinggi 3 orang (2,08%), sangat tinggi 0 orang (0%). Untuk siswa Sekolah Menengah Atas (Kejuruan) berkategori sangat rendah 1 orang (12,5%), rendah 7 orang (87,5%), sedang 0 orang (0%), tinggi 0 orang (0%), sangat tinggi 0 orang (0%).

#### **B. Keterbatasan dalam Penelitian**

Penelitian telah dilakukan dengan baik namun masih terdapat beberapa kekurangan dan kelemahan. Kekurangan dan kelemahan yang ada dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain :

1. Masih terbatasnya sampel yang digunakan.
2. Peneliti sudah menjelaskan kepada siswa untuk menjawab semua pertanyaan dengan jujur tanpa harus mencontek temannya, tetapi masih terdapat siswa yang mencontek jawaban dari temannya.

3. Masih kurangnya pemahaman siswa tentang aktivitas jasmani sehingga siswa kurang bersungguh-sungguh dalam mengisi lembar kuesioner. Meskipun peneliti sudah memberikan motivasi.

### **C. Implikasi Hasil Penelitian**

1. Dengan adanya penelitian ini mendorong siswa untuk bergerak aktif.
2. Timbulnya inisiatif dari pihak sekolah maupun dari guru pendidikan jasmani untuk meningkatkan aktivitas jasmani pada saat istirahat sekolah maupun pada saat pembelajaran dengan tujuan mengurangi obesitas.

### **D. Saran**

1. Sampel dapat ditambah sehingga hasil dapat lebih optimal.
2. Pengawasan serta pendampingan peneliti sangat membantu dalam proses pengisian lembar kuesioner.
3. Pemberian penjelasan mengenai pentingnya aktivitas jasmani kepada siswa sangatlah penting guna kelancaran dalam pengisian lembar kuesioner, sehingga siswa bersungguh-sungguh dalam menjawab.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agus Supriyanto,(2016). *Perbedaan Aktivitas Jasmani Siswa Putra dan Putri di saat istirahat sekolah di Wilayah Urban Kecamatan Depok Kabupaten Sleman Propinsi DIY*. Skripsi. FIK, Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Negeri Yogyakarta
- Almatsier. (2003). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. PT. Gramedia Pustaka Umum. Jakarta
- Desi Ardiyani. (2016). *Hubungan Antara Tingkatan Aktivitas Jasmani dengan Kesegaran Jasmani Siswa Putri Kelas VIII SMPN 3 Depok Tahun Ajaran 2015/2016*. Skripsi. FIK, Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Negeri Yogyakarta
- Karim, Faizati. (2002). *Panduan Kesehatan Olahraga Bagi Petugas Kesehatan*. Jakarta: Tim Departemen Kesehatan
- Kristianti et al.(2002). *Physical Education Methods for Elementary Teachers*. USA: Human Kinetics
- Kraft, Robert E. (1989).Children at Play: Behavior of Children at Recess. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 60, 4, ProQuest pg. 21.
- Nurmalina, (2011). *Pencegahan dan Manajemen Obesitas*. Bandung:Elex
- Ratna Kurniawati, (2016). *Aktivitas Jasmani Siswa Sekolah Dasar Kelas V di Wilayah Urban Propinsi DIY*. Skripsi. FIK, Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Negeri Yogyakarta
- Sugiyono.(2007). *Stastistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta
- \_\_\_\_\_.(2008). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- \_\_\_\_\_.(2009). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sukintaka. (1992) *Perkembangan Peserta Didik*. Yogyakarta: UNY Press
- Sumantri, dkk. (2005). *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Universitas Terbuka

- Sumosardjuno Sadoso. (1996). *Sehat dan Bugar*. PT. Gramedia Pustaka Utama. Jakarta .
- Sutri.(2011). *Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kesegaran Jasmani Remaja Puasa*. UNS
- WHO.(2010).*Physical activity factsheet*. <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs385/en/>.Diakses pada 12 Oktober 2016.
- WHO.(2015). *Physical activity factsheet*. <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs385/en/>.Diakses pada 12 Oktober 2016
- Yusuf Syamsu.(2004). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Zourikian, N., Jarock C., & Mulder K. (2010). *Physical Activiy, Exercise and Sport. In the All About Hemophilia: A Guide for Families, Second Edition*. Canadian Hemophilia Society: Montreal.

Lampiran 1. Kuesioner PAQ-A

**KUESIONER AKTIVITAS JASMANI**

Nama :  
 Jenis Kelamin : Laki-laki / Perempuan  
 Pekerjaan Ayah :  
 Pekerjaan Ibu :  
 Usia :  
 Kelas :

Kami ingin mengetahui level aktivitas jasmanimu dalam **7 hari terakhir**(1 minggu terakhir). Ini mencakup olahraga atau senam yang membuatmu berkeringat atau membuat kakimu capek, atau permainan yang membuatmu bernafas lebih keras/sering, seperti bermain kejar-kejaran, lompat tali, berlari, memanjat, dan lain-lain.

**INGATLAH:**

1. Tidak ada jawaban benar dan jawaban salah – ini bukanlah tes dan tidak akan mempengaruhi nilaimu di sekolah.
2. Tolong jawab semua pertanyaan secara **jujur** dan **akurat** sesuai yang kamu lakukan – hal ini sangat penting.

---

1. Aktivitas jasmani di waktu luang: Apakah anda melakukan aktivitas-aktivitas jasmani berikut dalam 7 hari terakhir (minggu lalu)? Jika iya, berapa kali? (silanglah hanya 1 kali pada tiap baris)

| Aktivitas/Frekuensi        | Tidak melakukan | 1-2 kali | 3-4 kali | 5-6 kali | 7 kali/ lebih |
|----------------------------|-----------------|----------|----------|----------|---------------|
| 1.Lompat tali              |                 |          |          |          |               |
| 2.Sepatu roda              |                 |          |          |          |               |
| 3.Kejar-kejaran            |                 |          |          |          |               |
| 4. Berjalan untuk Olahraga |                 |          |          |          |               |
| 5. Bersepeda               |                 |          |          |          |               |
| 6.Jogging/berlari          |                 |          |          |          |               |
| 7.Berenang                 |                 |          |          |          |               |
| 8.Baseball, softball       |                 |          |          |          |               |
| 9.Senam                    |                 |          |          |          |               |
| 10.Sepakbola               |                 |          |          |          |               |
| 11.Badminton               |                 |          |          |          |               |
| 12.Tenis                   |                 |          |          |          |               |
| 13.Skateboard              |                 |          |          |          |               |
| 14.Hoki                    |                 |          |          |          |               |
| 15.Kasti                   |                 |          |          |          |               |
| 16.Bolavoli                |                 |          |          |          |               |
| 17.Bolabasket              |                 |          |          |          |               |
| 18.Memanjat                |                 |          |          |          |               |

|                     |  |  |  |  |  |
|---------------------|--|--|--|--|--|
| Lainnya (sebutkan): |  |  |  |  |  |
|                     |  |  |  |  |  |
|                     |  |  |  |  |  |

2. Pada 7 hari terakhir, selama pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), seberapa sering anda sangat aktif (bermain dengan keras, berlari, melompat, melempar)? (bulatilah salah satu)

- Saya tidak ikut pelajaran PJOK.....
- Hampir tidak pernah.....
- Kadang-kadang.....
- Agak sering.....
- Selalu .....

3. Dalam 7 hari terakhir, apayang paling sering anda lakukan saat istirahat sekolah pertama?(bulatilah salah satu)

- Duduk-duduk (mengobrol,membaca, mengerjakan tugas sekolah).....
- Berdiri atau berjalan berkeliling.....
- Sedikit berlari atau bermain aktif.....
- Agak sering berlari atau bermain aktif.....
- Selalu berlari atau bermain aktif .....

4. Dalam 7 hari terakhir, apa yang paling sering anda lakukan saat istirahat sekolah kedua?(bulatilah salah satu)

- Duduk-duduk (mengobrol,membaca, mengerjakan tugas sekolah).....
- Berdiri atau berjalan berkeliling.....
- Sedikit berlari atau bermain aktif.....
- Agak sering berlari atau bermain aktif.....
- Selalu berlari atau bermain aktif .....

5. Dalam 7 hari terakhir **segera setelah pulang sekolah**, berapa kali anda melakukan olahraga, senam, *dance*, atau bermain dimana anda sangat aktif ? (bulatilah salah satu)

- Tidak pernah.....
- 1 kali .....
- 2 atau 3 kali.....
- 4 kali.....
- 5 kali.....

6. Dalam 7 hari terakhir **saat sore hari**, berapa kali anda melakukan olahraga, senam, *dance*, atau bermain dimana anda sangat aktif ? (bulatilah salah satu)

- Tidak pernah.....

- 1 kali .....
- 2 atau 3 kali.....
- 4 atau 5 kali.....
- 6 atau 7 kali.....

7. Pada hari Minggu kemarin, berapa kali anda melakukan olahraga, senam, *dance*, atau bermain dimana anda sangat aktif ? (bulatilah salah satu)

- Tidak pernah.....
- 1 kali .....
- 2 - 3 kali.....
- 4 – 5 kali.....
- 6 kali atau lebih.....

8. Di antara pernyataan-pernyataan berikut,yang mana yang paling sesuai/cocok dengan anda dalam 7 hari terakhir? Bacalah kelima pernyataan sebelum memutuskan 1 jawaban yang paling sesuai dengan anda.

- A. Semua atau hampir semua dari waktu luang saya gunakan untuk melakukan hal-hal yang memerlukan **sedikit** usaha fisik.....
- B. Saya kadang-kadang (1-2 kali minggu lalu) melakukan aktivitas fisik di waktu luang (misal, berolahraga, berlari, berenang, bersepeda, senam).....
- C. Saya sering (3-4 kali minggu lalu) melakukan aktivitas fisik di waktu luang.....
- D. Saya agak sering (5-6 kali minggu lalu) melakukan aktivitas fisik di waktu luang...
- E. Saya sangat sering (7 kali atau lebih minggu lalu) melakukan aktivitas fisik di waktu luang .....

9. Silanglah seberapa sering anda melakukan aktivitas jasmani (misal berolahraga, bersenam, bersepeda, atau aktivitas jasmani lainnya) untuk tiap hari pada minggu lalu.

| Hari/Frekuensi | Tidak melakukan | Sedikit | Agak banyak | Sering | Sangat sering |
|----------------|-----------------|---------|-------------|--------|---------------|
| Senin          |                 |         |             |        |               |
| Selasa         |                 |         |             |        |               |
| Rabu           |                 |         |             |        |               |
| Kamis          |                 |         |             |        |               |
| Jumat          |                 |         |             |        |               |
| Sabtu          |                 |         |             |        |               |
| Minggu         |                 |         |             |        |               |

**Physical Activity Questionnaire (High School)**

Name: \_\_\_\_\_

Age: \_\_\_\_\_

Sex: M \_\_\_\_\_ F \_\_\_\_\_

Grade: \_\_\_\_\_

Teacher: \_\_\_\_\_

We are trying to find out about your level of physical activity from **the last 7 days** (in the last week). This includes sports or dance that make you sweat or make your legs feel tired, or games that make you breathe hard, like tag, skipping, running, climbing, and others.

**Remember:**

- 3. There are no right and wrong answers — this is not a test.
- 4. Please answer all the questions as honestly and accurately as you can — this is very important.

1. Physical activity in your spare time: Have you done any of the following activities in the past 7 days (last week)? If yes, how many times? (Mark only one circle per row.)

|                            | No                    | 1-2                   | 3-4                   | 5-6                   | 7 times<br>or more    |
|----------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Skipping .....             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Rowing/canoeing .....      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| In-line skating .....      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Tag .....                  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Walking for exercise ..... | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Bicycling .....            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Jogging or running .....   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Aerobics .....             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Swimming .....             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Baseball, softball .....   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Dance .....                | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Football .....             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Badminton .....            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Skateboarding .....        | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Soccer .....               | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Street hockey .....        | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Volleyball .....           | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Floor hockey .....         | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Basketball .....           | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ice skating .....          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Cross-country skiing ..... | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ice hockey/ringette .....  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Other:                     |                       |                       |                       |                       |                       |
| .....                      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| .....                      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

2. In the last 7 days, during your physical education (PE) classes, how often were you very active (playing hard, running, jumping, throwing)? (Check one only.)

- I don't do PE .....
- Hardly ever .....
- Sometimes .....
- Quite often .....
- Always .....

3. In the last 7 days, what did you normally do *at lunch* (besides eating lunch)? (Check one only.)

- Sat down (talking, reading, doing schoolwork).....
- Stood around or walked around .....
- Ran or played a little bit .....
- Ran around and played quite a bit .....
- Ran and played hard most of the time .....

4. In the last 7 days, on how many days *right after school*, did you do sports, dance, or play games in which you were very active? (Check one only.)

- None .....
- 1 time last week .....
- 2 or 3 times last week .....
- 4 times last week .....
- 5 times last week .....

5. In the last 7 days, on how many *evenings* did you do sports, dance, or play games in which you were very active? (Check one only.)

- None .....
- 1 time last week .....
- 2 or 3 times last week .....
- 4 or 5 last week .....
- 6 or 7 times last week .....

6. *On the last weekend*, how many times did you do sports, dance, or play games in which you were very active? (Check one only.)

- None .....
- 1 time .....
- 2 — 3 times .....
- 4 — 5 times .....
- 6 or more times .....

7. Which *one* of the following describes you best for the last 7 days? Read *all five* statements before deciding on the *one* answer that describes you.

- F. All or most of my free time was spent doing things that involve little physical effort .....
- G. I sometimes (1 — 2 times last week) did physical things in my free time (e.g. played sports, went running, swimming, bike riding, did aerobics) .....
- H. I often (3 — 4 times last week) did physical things in my free time .....
- I. I quite often (5 — 6 times last week) did physical things in my free time .....
- J. I very often (7 or more times last week) did physical things in my free time .....

8. Mark how often you did physical activity (like playing sports, games, doing dance, or any other physical activity) for each day last week.

|                 | None                  | Little bit            | Medium                | Often                 | Very often            |
|-----------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Monday .....    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Tuesday .....   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Wednesday ..... | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Thursday .....  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Friday .....    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Saturday .....  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Sunday .....    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

9. Were you sick last week, or did anything prevent you from doing your normal physical activities? (Check one.)

- Yes .....
- No .....

If Yes, what prevented you? \_\_\_\_\_

Lampiran 2. Hasil data uji validitas dan reliabilitas

Correlations

|       |                     | item1  | item2 | item3  | item4  | item5  | item6  | item7  | item8  | item9  | skortotal |
|-------|---------------------|--------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|-----------|
| item1 | Pearson Correlation | 1      | .280  | .350   | .497** | .417*  | .367*  | .564** | .287   | .536** | .612**    |
|       | Sig. (2-tailed)     |        | .134  | .058   | .005   | .022   | .046   | .001   | .124   | .002   | .000      |
|       | N                   | 30     | 30    | 30     | 30     | 30     | 30     | 30     | 30     | 30     | 30        |
| item2 | Pearson Correlation | .280   | 1     | .248   | -.046  | .387*  | .387*  | .274   | .322   | .485** | .484**    |
|       | Sig. (2-tailed)     | .134   |       | .186   | .810   | .035   | .035   | .144   | .083   | .007   | .007      |
|       | N                   | 30     | 30    | 30     | 30     | 30     | 30     | 30     | 30     | 30     | 30        |
| item3 | Pearson Correlation | .350   | .248  | 1      | .493** | .267   | .094   | .316   | .181   | .472** | .509**    |
|       | Sig. (2-tailed)     | .058   | .186  |        | .006   | .153   | .622   | .089   | .338   | .008   | .004      |
|       | N                   | 30     | 30    | 30     | 30     | 30     | 30     | 30     | 30     | 30     | 30        |
| item4 | Pearson Correlation | .497** | -.046 | .493** | 1      | .450*  | .298   | .463*  | .314   | .513** | .598**    |
|       | Sig. (2-tailed)     | .005   | .810  | .006   |        | .013   | .110   | .010   | .091   | .004   | .000      |
|       | N                   | 30     | 30    | 30     | 30     | 30     | 30     | 30     | 30     | 30     | 30        |
| item5 | Pearson Correlation | .417*  | .387* | .267   | .450*  | 1      | .890** | .777** | .698** | .679** | .893**    |
|       | Sig. (2-tailed)     | .022   | .035  | .153   | .013   |        | .000   | .000   | .000   | .000   | .000      |
|       | N                   | 30     | 30    | 30     | 30     | 30     | 30     | 30     | 30     | 30     | 30        |
| item6 | Pearson Correlation | .367*  | .387* | .094   | .298   | .890** | 1      | .815** | .742** | .570** | .834**    |
|       | Sig. (2-tailed)     | .046   | .035  | .622   | .110   | .000   |        | .000   | .000   | .001   | .000      |
|       | N                   | 30     | 30    | 30     | 30     | 30     | 30     | 30     | 30     | 30     | 30        |
| item7 | Pearson Correlation | .564** | .274  | .316   | .463*  | .777** | .815** | 1      | .697** | .708** | .877**    |
|       | Sig. (2-tailed)     | .001   | .144  | .089   | .010   | .000   | .000   |        | .000   | .000   | .000      |
|       | N                   | 30     | 30    | 30     | 30     | 30     | 30     | 30     | 30     | 30     | 30        |
| item8 | Pearson Correlation | .287   | .322  | .181   | .314   | .698** | .742** | .697** | 1      | .623** | .786**    |
|       | Sig. (2-tailed)     | .124   | .083  | .338   | .091   | .000   | .000   | .000   |        | .000   | .000      |
|       | N                   | 30     | 30    | 30     | 30     | 30     | 30     | 30     | 30     | 30     | 30        |

|           |                     |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |
|-----------|---------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| item9     | Pearson Correlation | .536** | .485** | .472** | .513** | .679** | .570** | .708** | .623** | 1      | .844** |
|           | Sig. (2-tailed)     | .002   | .007   | .008   | .004   | .000   | .001   | .000   | .000   |        | .000   |
|           | N                   | 30     | 30     | 30     | 30     | 30     | 30     | 30     | 30     | 30     | 30     |
| skortotal | Pearson Correlation | .612** | .484** | .509** | .598** | .893** | .834** | .877** | .786** | .844** | 1      |
|           | Sig. (2-tailed)     | .000   | .007   | .004   | .000   | .000   | .000   | .000   | .000   | .000   |        |
|           | N                   | 30     | 30     | 30     | 30     | 30     | 30     | 30     | 30     | 30     | 30     |

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Lampiran 3. Hasil data siswa keseluruhan

| No | Nama       | Butir Tes Kuisoner |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |      |        |              |              |              |              |              |  |  |
|----|------------|--------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|------|--------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--|--|
|    |            | soal nomor 1       |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |      |        |              |              |              |              |              |  |  |
|    |            | a                  | b | c | d | e | f | g | h | i | j | k | l | m | n | o | p | q | r    | Rerata | soal nomor 2 | soal nomor 3 | soal nomor 4 | soal nomor 5 | soal nomor 6 |  |  |
| 1  | ridwan     | 1                  | 2 | 4 | 4 | 4 | 1 | 1 | 2 | 5 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 | 1    | 2,06   | 5            | 4            | 4            | 3            | 4            |  |  |
| 2  | dozy       | 1                  | 1 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 1 | 2 | 5 | 2 | 1 | 1 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2,33 | 2      | 3            | 3            | 3            | 3            | 4            |  |  |
| 3  | zaky       | 1                  | 1 | 1 | 3 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1,22 | 5      | 2            | 2            | 1            | 3            |              |  |  |
| 4  | raka       | 1                  | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1,44 | 1      | 1            | 1            | 1            | 1            | 1            |  |  |
| 5  | radiya     | 1                  | 1 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 1 | 1 | 4 | 3 | 1 | 1 | 1 | 2 | 5 | 1 | 2,17 | 5      | 4            | 4            | 3            | 2            |              |  |  |
| 6  | migel      | 1                  | 1 | 3 | 5 | 3 | 4 | 1 | 1 | 3 | 1 | 2 | 5 | 2 | 1 | 1 | 2 | 3 | 2,22 | 5      | 2            | 3            | 5            | 2            |              |  |  |
| 7  | dewan      | 1                  | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1,11 | 3      | 2            | 1            | 1            | 1            |              |  |  |
| 8  | aldi       | 1                  | 1 | 1 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1,61 | 5      | 2            | 2            | 5            | 1            |              |  |  |
| 9  | harris     | 1                  | 1 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1,61 | 2      | 1            | 1            | 1            | 1            |              |  |  |
| 10 | delta      | 1                  | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1,39 | 4      | 3            | 3            | 3            | 5            |              |  |  |
| 11 | lutfi      | 1                  | 1 | 4 | 5 | 2 | 5 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1,83 | 5      | 1            | 3            | 5            | 4            |              |  |  |
| 12 | risky      | 1                  | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1,33 | 4      | 4            | 4            | 3            | 3            |              |  |  |
| 13 | ryan       | 1                  | 1 | 3 | 5 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1,61 | 3      | 1            | 3            | 1            | 1            |              |  |  |
| 14 | daniel     | 1                  | 1 | 1 | 1 | 3 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1,22 | 5      | 2            | 2            | 1            | 3            |              |  |  |
| 15 | yoan       | 1                  | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1,44 | 1      | 1            | 1            | 1            | 1            |              |  |  |
| 16 | anggun     | 1                  | 1 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 1 | 1 | 4 | 3 | 1 | 1 | 1 | 2 | 5 | 1 | 2,17 | 5      | 4            | 4            | 3            | 2            |              |  |  |
| 17 | tiara      | 1                  | 1 | 3 | 5 | 3 | 4 | 1 | 1 | 3 | 1 | 2 | 5 | 2 | 1 | 1 | 2 | 3 | 2,22 | 5      | 2            | 3            | 5            | 2            |              |  |  |
| 18 | arifah     | 1                  | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1,22 | 5      | 2            | 2            | 1            | 1            |              |  |  |
| 19 | reza       | 1                  | 1 | 1 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1,61 | 5      | 2            | 2            | 5            | 1            |              |  |  |
| 20 | serli      | 1                  | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 | 1 | 2 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1,61 | 2      | 1            | 1            | 1            | 1            |              |  |  |
| 21 | romi       | 1                  | 2 | 4 | 4 | 4 | 1 | 1 | 2 | 5 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 2,06 | 5      | 4            | 4            | 3            | 4            |              |  |  |
| 22 | sinta      | 1                  | 1 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 1 | 2 | 5 | 2 | 1 | 1 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2,33 | 2      | 3            | 3            | 3            | 4            |              |  |  |
| 23 | arnil      | 1                  | 1 | 1 | 1 | 3 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1,22 | 5      | 2            | 2            | 1            | 3            |              |  |  |
| 24 | dede       | 1                  | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1,44 | 1      | 1            | 1            | 1            | 1            |              |  |  |
| 25 | rizal      | 1                  | 1 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 1 | 1 | 4 | 3 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 5 | 2,17 | 5      | 4            | 4            | 3            | 2            |              |  |  |
| 26 | fatur      | 1                  | 1 | 3 | 5 | 3 | 4 | 1 | 1 | 3 | 1 | 2 | 5 | 2 | 1 | 1 | 2 | 3 | 2,22 | 5      | 2            | 3            | 5            | 2            |              |  |  |
| 27 | atuf       | 1                  | 3 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 | 3 | 4 | 1 | 1 | 2,83 | 5      | 3            | 1            | 3            | 3            |              |  |  |
| 28 | fuad       | 1                  | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 4 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 3 | 2 | 1 | 1,72 | 4      | 4            | 3            | 2            | 2            |              |  |  |
| 29 | desi       | 1                  | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1,78 | 5      | 3            | 1            | 1            | 5            |              |  |  |
| 30 | rofi       | 1                  | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1,94 | 1      | 5            | 5            | 2            | 2            |              |  |  |
| 31 | arinda     | 1                  | 1 | 4 | 3 | 3 | 5 | 4 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 1 | 4    | 2,56   | 5            | 3            | 3            | 3            |              |  |  |
| 32 | annisa     | 1                  | 3 | 2 | 2 | 5 | 5 | 2 | 5 | 5 | 2 | 4 | 4 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2,61 | 4      | 3            | 1            | 3            | 3            |              |  |  |
| 33 | torik      | 1                  | 3 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 3 | 4 | 1 | 1 | 2,83 | 5      | 3            | 1            | 3            | 3            |              |  |  |
| 34 | febri      | 1                  | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1,2  | 5      | 1            | 1            | 3            | 3            |              |  |  |
| 35 | jati       | 1                  | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1,2  | 5      | 1            | 1            | 3            | 3            |              |  |  |
| 36 | liham      | 1                  | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1,2  | 5      | 1            | 1            | 4            | 4            |              |  |  |
| 37 | yosa       | 1                  | 1 | 2 | 1 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1,9  | 5      | 1            | 1            | 5            | 5            |              |  |  |
| 38 | rizki      | 1                  | 1 | 1 | 5 | 3 | 5 | 1 | 3 | 1 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 1 | 5 | 1 | 2,2  | 5      | 3            | 1            | 1            | 3            |              |  |  |
| 39 | restu      | 1                  | 1 | 2 | 5 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1,6  | 4      | 3            | 1            | 5            | 3            |              |  |  |
| 40 | nanda      | 1                  | 1 | 1 | 5 | 5 | 5 | 1 | 1 | 2 | 5 | 5 | 1 | 1 | 1 | 5 | 5 | 1 | 2,8  | 5      | 3            | 1            | 5            | 5            |              |  |  |
| 41 | ardiansyah | 1                  | 1 | 2 | 3 | 3 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | 1,7  | 5      | 3            | 1            | 5            | 4            |              |  |  |
| 42 | wahyu      | 1                  | 3 | 2 | 2 | 5 | 2 | 1 | 1 | 2 | 5 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2,0  | 5      | 1            | 1            | 5            | 4            |              |  |  |
| 43 | dhanu      | 1                  | 2 | 2 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 2 | 1,6  | 3      | 3            | 4            | 2            | 3            |              |  |  |
| 44 | galih      | 1                  | 1 | 5 | 5 | 5 | 5 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2,6  | 5      | 3            | 3            | 4            | 4            |              |  |  |
| 45 | feri       | 1                  | 1 | 1 | 5 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1,4  | 5      | 1            | 1            | 3            | 1            |              |  |  |
| 46 | krisna     | 1                  | 1 | 2 | 2 | 2 | 5 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 5 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1,8  | 5      | 3            | 3            | 5            | 5            |              |  |  |




|    |                  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |      |     |   |   |   |   |   |   |
|----|------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|------|-----|---|---|---|---|---|---|
| 47 | dimas            | 1 | 1 | 2 | 5 | 5 | 1 | 1 | 2 | 3 | 1 | 5 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1    | 2,1 | 5 | 3 | 1 | 1 | 3 | 3 |
| 48 | febri            | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 5 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1    | 1,7 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 |
| 49 | anggota          | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1    | 1,3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 5 | 3 |
| 50 | sewa             | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1,5  | 4   | 4 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 |
| 51 | akbar            | 1 | 1 | 1 | 5 | 5 | 5 | 3 | 2 | 2 | 3 | 5 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1    | 2,4 | 3 | 4 | 4 | 1 | 1 | 1 |
| 52 | pauji            | 1 | 1 | 1 | 5 | 5 | 5 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1,9  | 5   | 1 | 3 | 3 | 5 | 4 |   |
| 53 | irvan            | 1 | 1 | 2 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 1 | 5 | 5 | 5 | 5 | 1 | 1 | 3,7  | 5   | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 |   |
| 54 | lisa             | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1,4  | 5   | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 |   |
| 55 | arif             | 1 | 1 | 1 | 5 | 5 | 5 | 2 | 1 | 2 | 5 | 1 | 1 | 1 | 4 | 1 | 5 | 1 | 2,4  | 4   | 2 | 2 | 3 | 4 | 1 |   |
| 56 | jalu             | 1 | 1 | 2 | 4 | 5 | 5 | 4 | 3 | 5 | 5 | 4 | 1 | 3 | 1 | 3 | 2 | 1 | 2,8  | 4   | 4 | 4 | 1 | 3 | 3 |   |
| 57 | efrin            | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 5 | 1 | 1 | 2 | 4 | 5 | 2,0  | 5   | 5 | 1 | 3 | 5 | 5 |   |
| 58 | afriti           | 1 | 3 | 2 | 3 | 5 | 5 | 3 | 3 | 1 | 4 | 4 | 1 | 3 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2,7  | 4   | 5 | 3 | 4 | 4 | 3 |   |
| 59 | nur              | 1 | 2 | 1 | 5 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 5 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1,9  | 5   | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 |   |
| 60 | rivaldo          | 1 | 3 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1,5  | 3   | 3 | 3 | 4 | 1 | 1 |   |
| 61 | muklis           | 1 | 1 | 1 | 5 | 3 | 5 | 2 | 2 | 2 | 1 | 5 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2,1  | 5   | 1 | 1 | 4 | 1 | 3 |   |
| 62 | afika            | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1,61 | 5   | 1 | 3 | 3 | 2 | 2 |   |
| 63 | gani             | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 2 | 4 | 2 | 3 | 1 | 1,83 | 5   | 5 | 1 | 1 | 3 | 2 |   |
| 64 | afran            | 1 | 1 | 4 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 3 | 5 | 2 | 5 | 1 | 4 | 1 | 1 | 1 | 2,61 | 3   | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 |   |
| 65 | malvero          | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 2 | 4 | 2 | 3 | 1 | 1,83 | 5   | 5 | 1 | 3 | 1 | 2 |   |
| 66 | tata             | 1 | 1 | 4 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 3 | 5 | 2 | 5 | 1 | 4 | 1 | 1 | 1 | 2,61 | 3   | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 |   |
| 67 | ceta             | 1 | 3 | 5 | 5 | 5 | 4 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 1 | 3 | 2 | 1 | 1 | 2,50 | 5   | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |   |
| 68 | damuja           | 1 | 1 | 4 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 3 | 5 | 2 | 5 | 1 | 4 | 1 | 1 | 1 | 2,61 | 3   | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |   |
| 69 | anaf             | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 2 | 4 | 2 | 3 | 1 | 1,83 | 5   | 5 | 1 | 1 | 3 | 2 |   |
| 70 | sauki            | 1 | 1 | 5 | 5 | 5 | 5 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2,17 | 5   | 1 | 1 | 3 | 3 | 3 |   |
| 71 | linggar          | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1,61 | 3   | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 |   |
| 72 | satria           | 2 | 1 | 1 | 2 | 3 | 5 | 1 | 1 | 2 | 5 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1,78 | 5   | 1 | 1 | 5 | 2 | 2 |   |
| 73 | aditya           | 1 | 1 | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 4 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1,44 | 3   | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 |   |
| 74 | yudanta          | 3 | 1 | 4 | 5 | 5 | 3 | 2 | 2 | 5 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2,44 | 4   | 2 | 2 | 3 | 5 | 3 |   |
| 75 | farid            | 2 | 1 | 5 | 5 | 5 | 1 | 1 | 2 | 3 | 1 | 5 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2,33 | 5   | 3 | 1 | 1 | 3 | 3 |   |
| 76 | rasya            | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 5 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1,72 | 3   | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 |   |
| 77 | eza              | 1 | 1 | 5 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1,56 | 4   | 4 | 3 | 2 | 5 | 3 |   |
| 78 | elvinda          | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1,56 | 4   | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 |   |
| 79 | agus             | 1 | 1 | 4 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 3 | 5 | 2 | 5 | 1 | 4 | 1 | 1 | 1 | 2,61 | 3   | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 |   |
| 80 | zanuar           | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 2 | 4 | 2 | 3 | 1 | 1,83 | 5   | 5 | 1 | 3 | 3 | 2 |   |
| 81 | zia              | 1 | 1 | 4 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 3 | 5 | 2 | 5 | 1 | 4 | 1 | 1 | 1 | 2,61 | 3   | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 |   |
| 82 | gabril           | 1 | 3 | 5 | 5 | 5 | 4 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 1 | 3 | 2 | 1 | 1 | 2,50 | 5   | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |   |
| 83 | irza             | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1,39 | 3   | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |   |
| 84 | dimas            | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 4 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1,78 | 4   | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |   |
| 85 | titra            | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1,28 | 4   | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 |   |
| 86 | gulang           | 1 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1,56 | 4   | 1 | 2 | 4 | 4 | 4 |   |
| 87 | ridwan           | 1 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1,61 | 4   | 1 | 1 | 1 | 3 | 3 |   |
| 88 | yoga             | 2 | 1 | 2 | 3 | 4 | 2 | 1 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 5 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2,06 | 5   | 2 | 3 | 3 | 5 | 4 |   |
| 89 | saitva           | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1,17 | 3   | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 |   |
| 90 | deva             | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1,22 | 2   | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |   |
| 91 | adella           | 5 | 2 | 5 | 5 | 3 | 1 | 3 | 3 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 2,50 | 1   | 1 | 1 | 3 | 3 | 3 |   |
| 92 | zaki             | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 1 | 1 | 4 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1,78 | 3   | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 |   |
| 93 | Yoga permatasari | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 1,33 | 3   | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 |   |
| 94 | anggota gusa     | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1,28 | 3   | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |   |

|   |   |   |   |   |   |   |   |      |       |       |     |       |      |               |        |
|---|---|---|---|---|---|---|---|------|-------|-------|-----|-------|------|---------------|--------|
| 3 | 5 | 1 | 4 | 1 | 1 | 4 | 1 | 4    | 1     | 4     | 2,3 | 1     | 28,4 | 2,84          | sedang |
| 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 2 | 2 | 1 | 2    | 2     | 2,3   | 1   | 26,0  | 2,60 | sedang        |        |
| 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 5 | 4 | 5    | 3,9   | 3,12  | 1   | 31,2  | 3,12 | sedang        |        |
| 2 | 1 | 4 | 4 | 4 | 1 | 2 | 1 | 2,4  | 1,79  | 1,79  | 1   | 17,9  | 1,79 | rendah        |        |
| 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 1 | 3 | 5 | 3,4  | 23,8  | 2,38  | 1   | 23,8  | 2,38 | rendah        |        |
| 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2,6  | 26,5  | 2,65  | 1   | 26,5  | 2,65 | sedang        |        |
| 4 | 2 | 1 | 4 | 1 | 1 | 4 | 1 | 4    | 2,3   | 31,0  | 1   | 31,0  | 3,10 | sedang        |        |
| 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1,7  | 20,2  | 2,02  | 1   | 20,2  | 2,02 | rendah        |        |
| 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2,1  | 19,5  | 1,95  | 1   | 19,5  | 1,95 | rendah        |        |
| 3 | 4 | 3 | 4 | 5 | 3 | 4 | 2 | 5    | 3,7   | 32,5  | 1   | 32,5  | 3,25 | sedang        |        |
| 5 | 5 | 4 | 1 | 5 | 3 | 5 | 5 | 4,0  | 36,0  | 3,60  | 1   | 36,0  | 3,60 | tinggi        |        |
| 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 5    | 3,3   | 32,0  | 1   | 32,0  | 3,20 | sedang        |        |
| 3 | 2 | 3 | 5 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5    | 3,6   | 28,5  | 1   | 28,5  | 2,85 | sedang        |        |
| 3 | 1 | 2 | 4 | 2 | 3 | 2 | 4 | 5    | 3,1   | 22,6  | 1   | 22,6  | 2,26 | rendah        |        |
| 5 | 3 | 4 | 4 | 1 | 4 | 2 | 1 | 4    | 2,9   | 29,0  | 1   | 29,0  | 2,90 | sedang        |        |
| 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 4 | 2 | 4 | 4    | 3,14  | 23,75 | 1   | 23,75 | 2,64 | sedang        |        |
| 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 5 | 3 | 4 | 5    | 3,71  | 28,55 | 1   | 28,55 | 3,17 | sedang        |        |
| 3 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 1 | 1 | 5    | 2,14  | 19,75 | 1   | 19,75 | 2,19 | rendah        |        |
| 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 5 | 3 | 4 | 5    | 3,71  | 28,55 | 1   | 28,55 | 3,17 | sedang        |        |
| 4 | 4 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3    | 2,57  | 26,74 | 1   | 26,74 | 2,97 | sedang        |        |
| 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2,43 | 21,04 | 2,34  | 1   | 21,04 | 2,34 | rendah        |        |
| 2 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2    | 4     | 3,71  | 1   | 27,49 | 3,05 | sedang        |        |
| 3 | 2 | 3 | 5 | 2 | 2 | 1 | 4 | 2    | 2,71  | 21,16 | 1   | 21,16 | 2,35 | rendah        |        |
| 3 | 3 | 1 | 3 | 1 | 2 | 4 | 4 | 5    | 2,86  | 29,30 | 1   | 29,30 | 3,26 | sedang        |        |
| 3 | 5 | 1 | 4 | 1 | 1 | 4 | 1 | 4    | 2,29  | 28,62 | 1   | 28,62 | 3,18 | sedang        |        |
| 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 2 | 2 | 1 | 2    | 2,29  | 26,01 | 1   | 26,01 | 2,89 | sedang        |        |
| 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 5 | 4 | 5    | 3,86  | 31,41 | 1   | 31,41 | 3,49 | sedang        |        |
| 2 | 1 | 4 | 4 | 4 | 1 | 2 | 1 | 1    | 2,43  | 17,98 | 1   | 17,98 | 2,00 | rendah        |        |
| 3 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 1 | 1 | 5    | 2,14  | 19,75 | 1   | 19,75 | 2,19 | rendah        |        |
| 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 5 | 3 | 4 | 5    | 3,71  | 28,55 | 1   | 28,55 | 3,17 | sedang        |        |
| 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3    | 3,29  | 19,75 | 1   | 19,75 | 2,19 | rendah        |        |
| 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 2    | 1,71  | 28,79 | 1   | 28,79 | 3,20 | sedang        |        |
| 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2    | 1,71  | 13,10 | 1   | 13,10 | 1,46 | sangat rendah |        |
| 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2    | 1,71  | 14,49 | 1   | 14,49 | 1,61 | rendah        |        |
| 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4    | 2,00  | 17,28 | 1   | 17,28 | 1,92 | rendah        |        |
| 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1    | 2,43  | 25,98 | 1   | 25,98 | 2,89 | sedang        |        |
| 3 | 2 | 1 | 1 | 3 | 4 | 5 | 3 | 5    | 3,14  | 22,75 | 1   | 22,75 | 2,53 | sedang        |        |
| 3 | 3 | 1 | 4 | 2 | 2 | 5 | 4 | 5    | 3,29  | 31,34 | 1   | 31,34 | 3,48 | sedang        |        |
| 2 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2    | 1,29  | 18,45 | 1   | 18,45 | 2,05 | rendah        |        |
| 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 4 | 1 | 1 | 4    | 1,86  | 15,08 | 1   | 15,08 | 1,68 | rendah        |        |
| 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4    | 1,43  | 17,93 | 1   | 17,93 | 1,99 | rendah        |        |
| 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3    | 2,57  | 18,35 | 1   | 18,35 | 2,04 | rendah        |        |
| 2 | 3 | 1 | 1 | 1 | 4 | 4 | 1 | 1    | 4     | 16,62 | 1   | 16,62 | 1,85 | rendah        |        |
| 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1    | 1,43  | 14,71 | 1   | 14,71 | 1,63 | rendah        |        |

Lampiran 4. Surat ijin penelitian dari Dinas Perizinan Kota Yogyakarta

operator1@yahoo.com

**PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA**  
**SEKRETARIAT DAERAH**  
Kompleks Kepatihan, Danurejan, Telepon (0274) 562811 - 562814 (Hunting)  
YOGYAKARTA 55213

---

**SURAT KETERANGAN / IJIN**  
070/REG/W/131/12/2016

Membaca Surat : **DEKAN FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN** Nomor : **459/UN.34.16/PP/2016**  
Tanggal : **6 DESEMBER 2016** Perihal : **IJIN PENELITIAN/RISET**


Mengingat : 1. Peraturan Pemerintah Nomor 41 Tahun 2006, tentang Perizinan bagi Perguruan Tinggi Asing, Lembaga Penelitian dan Pengembangan Asing, Badan Usaha Asing dan Orang Asing dalam melakukan Kegiatan Penelitian dan Pengembangan di Indonesia;  
2. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 20 Tahun 2011, tentang Pedoman Penelitian dan Pengembangan di Lingkungan Kementerian Dalam Negeri dan Pemerintah Daerah;  
3. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 37 Tahun 2008, tentang Rincian Tugas dan Fungsi Satuan Organisasi di Lingkungan Sekretariat Daerah dan Sekretariat Dewan Perwakilan Rakyat Daerah.  
4. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 18 Tahun 2009 tentang Pedoman Pelayanan Perizinan, Rekomendasi Pelaksanaan Survei, Penelitian, Pendataan, Pengembangan, Pengkajian, dan Studi Lapangan di Daerah Istimewa Yogyakarta.

**DIJIJINKAN** untuk melakukan kegiatan survei/penelitian/pendataan/pengembangan/pengkajian/studi lapangan kepada:  
Nama : **BAYU SETIAWAN** NIP/NIM : **12601244081**  
Alamat : **FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN , PJKR, UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
Judul : **TINGKAT AKTIVITAS JASMANI SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS PROVINSI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA BERDASAR TIPE SEKOLAH**  
Lokasi : **DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA DAN OLAHRAGA DIY**  
Waktu : **8 DESEMBER 2016 s/d 8 MARET 2017**

**Dengan Ketentuan**

1. Menyerahkan surat keterangan/ijin survei/penelitian/pendataan/pengembangan/pengkajian/studi lapangan \*) dari Pemerintah Daerah DIY kepada Bupati/Walikota melalui institusi yang berwenang mengeluarkan ijin dimaksud;
2. Menyerahkan soft copy hasil penelitiannya baik kepada Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta melalui Biro Administrasi Pembangunan Setda DIY dalam compact disk (CD) maupun mengunggah (upload) melalui website [adbang.jogjaprov.go.id](http://adbang.jogjaprov.go.id) dan menunjukkan cetakan asli yang sudah disahkan dan dibubuhi cap institusi;
3. Ijin ini hanya dipergunakan untuk keperluan ilmiah, dan pemegang ijin wajib mentaati ketentuan yang berlaku di lokasi kegiatan;
4. Ijin penelitian dapat diperpanjang maksimal 2 (dua) kali dengan menunjukkan surat ini kembali sebelum berakhir waktunya setelah mengajukan perpanjangan melalui website [adbang.jogjaprov.go.id](http://adbang.jogjaprov.go.id);
5. Ijin yang diberikan dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila pemegang ijin ini tidak memenuhi ketentuan yang berlaku.


Dikeluarkan di Yogyakarta  
Pada tanggal **8 DESEMBER 2016**  
A.n Sekretaris Daerah  
Asisten Perekonomian dan Pembangunan  
Ub.  
Kepala Biro Administrasi Pembangunan

  
Drs. Tri Mulyono, MM  
188903 1 006

**Tembusan :**

1. GUBERNUR DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA (SEBAGAI LAPORAN)
2. WALIKOTA YOGYAKARTA C.Q DINAS PERIJINAN KOTA YOGYAKARTA
3. DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA DAN OLAHRAGA DIY
4. DEKAN FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN , UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
5. YANG BERSANGKUTAN

Lampiran 5. Surat izin penelitian dari Bapeda DIY

**PEMERINTAHAN KOTA YOGYAKARTA**  
**DINAS PERIZINAN**  
Jl. Kenari No. 56 Yogyakarta 55165 Telepon 514448, 515865, 515865, 515866, 562682  
Fax (0274) 555241  
E-MAIL : perizinan@jogjakota.go.id  
HOTLINE SMS : 081227625000 HOT LINE EMAIL : upik@jogjakota.go.id  
WEBSITE : www.perizinan.jogjakota.go.id

---

**SURAT IZIN**

NOMOR : 070/4103  
8271/34

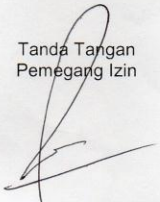
Membaca Surat : Dari Surat izin/ Rekomendasi dari Gubernur Kepala Daerah Istimewa Yogyakarta  
Nomor : 070/REG/v/131/12/2016 Tanggal : 8 Desember 2016


Mengingat : 1. Peraturan Gubernur Daerah istimewa Yogyakarta Nomor : 18 Tahun 2009 tentang Pedoman Pelayanan Perizinan, Rekomendasi Pelaksanaan Survei, Penelitian, Pendataan, Pengembangan, Pengkajian dan Studi Lapangan di Daerah Istimewa Yogyakarta.  
2. Peraturan Daerah Kota Yogyakarta Nomor 10 Tahun 2008 tentang Pembentukan, Susunan, Kedudukan dan Tugas Pokok Dinas Daerah;  
3. Peraturan Walikota Yogyakarta Nomor 29 Tahun 2007 tentang Pemberian Izin Penelitian, Praktek Kerja Lapangan dan Kuliah Kerja Nyata di Wilayah Kota Yogyakarta;  
4. Peraturan Walikota Yogyakarta Nomor 85 Tahun 2008 tentang Fungsi, Rincian Tugas Dinas Perizinan Kota Yogyakarta;  
5. Peraturan Walikota Yogyakarta Nomor 14 Tahun 2016 tentang Penyelenggaraan Perizinan pada Pemerintah Kota Yogyakarta;

Dijinkan Kepada : Nama : BAYU SETIAWAN  
No. Mhs/ NIM : 12601244081  
Pekerjaan : Mahasiswa Fak. Ilmu Keolahragaan - UNY  
Alamat : Jl. Colombo No. 1, Yogyakarta  
Penanggungjawab : Fitria Dwi Andriyani, M. Or  
Keperluan : Melakukan Penelitian dengan judul Proposal : TINGKAT AKTIVITAS JASMANI SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS DI PROPINSI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA BERDASARKAN TIPE SEKOLAH

Lokasi/Responden : Kota Yogyakarta  
Waktu : 8 Desember 2016 s/d 8 Maret 2017  
Lampiran : Proposal dan Daftar Pertanyaan  
Dengan Ketentuan : 1. Wajib Memberikan Laporan hasil Penelitian berupa CD kepada Walikota Yogyakarta (Cq. Dinas Perizinan Kota Yogyakarta)  
2. Wajib Menjaga Tata tertib dan menaati ketentuan-ketentuan yang berlaku setempat  
3. Izin ini tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kesetabilan pemerintahan dan hanya diperlukan untuk keperluan ilmiah  
4. Surat izin ini sewaktu-waktu dapat dibatalkan apabila tidak dipenuhinya ketentuan-ketentuan tersebut diatas

Kemudian diharap para Pejabat Pemerintahan setempat dapat memberikan bantuan seperlunya

Tanda Tangan Pemegang Izin  
  
BAYU SETIAWAN

Dikeluarkan di : Yogyakarta  
Pada Tanggal : 15 Desember 2016  
An. Kepala Dinas Perizinan  
Sekretaris  
  
Dra. CHRISTY DEWI AYANI, MM  
NIP. 196304081996032019

Tembusan Kepada :  
Yth 1. Walikota Yogyakarta (sebagai laporan)  
2. Ka. Biro Administrasi Pembangunan Setda DIY  
3. Ka. Dinas Pendidikan Kota Yogyakarta  
4. Kepala SMA Negeri 1 Yogyakarta  
5. Kepala SMA BOPKRI 3 Yogyakarta  
6. Yhs

Lampiran 6. Surat ijin Penelitian dari Pimpinan Muhammadiyah



**MAJELIS PENDIDIKAN DASAR DAN MENENGAH  
PIMPINAN DAERAH MUHAMMADIYAH KOTA YOGYAKARTA**  
Jalan Sultan Agung 14, Telepon (0274)375917, Faks. (0274) 411947, Yogyakarta 55151  
e-mail: dikdasmenpdm\_yk@yahoo.com

**IZIN PENELITIAN/SKRIPSI/OBSERVASI/TESIS**

No. : 912/REK/III.4/F/2016

Setelah membaca surat dari : **Fakultas Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.**  
No. : 456/UN.34.16/PP/2016 Tgl. : 13 Desember 2016  
Perihal : **Surat Izin Penelitian**

dan berdasar Putusan Sidang Majelis Dikdasmen PDM Kota Yogyakarta, hari **Kamis** tanggal **15 Rabi'ul Awwal 1438 H**, bertepatan tanggal **15 Desember 2016** yang salah satu agenda sidangnya membahas pemberian penelitian/praktek kerja/observasi, maka dengan ini kami memberikan **izin** kepada:

Nama Terang : **BAYU SETIAWAN** NIM. **12601244081**  
Pekerjaan : Mahasiswa pada **prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR) Universitas Negeri Yogyakarta**  
alamat **Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta**  
Pembimbing : **Fitria Dwi Andriyani, M.Or**

**untuk melakukan observasi/penelitian/pengumpulan data dalam rangka menyusun Skripsi:**

Judul : **TINGKAT AKTIVITAS JASMANI SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS PROVINSI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA BERDASAR TIPE SEKOLAH**

Lokasi : **SMA Muhammadiyah 3 dan 7 Yogyakarta**

dengan ketentuan sebagai berikut:

1. Menyerahkan tembusan surat ini kepada pejabat yang dituju.
2. Wajib menjaga tata tertib dan menaati ketentuan-ketentuan yang berlaku di sekolah/setempat.
3. Wajib **memberi laporan hasil penelitian/praktek kerja/observasi dalam bentuk CD** kepada Majelis Pendidikan Dasar dan Menengah Pimpinan Daerah Muhammadiyah Kota Yogyakarta.
4. Izin ini tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan Persyarikatan dan hanya diperlukan untuk keperluan ilmiah.
5. Surat izin ini dapat diajukan kembali untuk mendapat perpanjangan bila di-perlukan.
6. Surat izin ini dapat dibatalkan sewaktu-waktu bila tidak dipenuhi ketentuan-ketentuan tersebut di atas.

**MASA BERLAKU3 (TIGA) BULAN :**  
**16-12-2016 sampai dengan 16-03-2017**

Tanda tangan Pemegang Izin,  
  
**Bayu Setiawan**

Yogyakarta, 16 Desember 2016

Ketua,  
  
**Dr. H. Ariswan, M.Si., DEA**  
NBM. 820.325

Sekretaris,  
  
**Buono, S.Pd., M.Eng**  
NBM. 728.558

**Tembusan:**  
1. PDM Kota Yogyakarta.  
2. Dekan FIK UNY  
3. Kepala SMA Muh. 3 dan 7 Yk



Lampiran 7. Surat ijin penelitian dari Dekan FIK UNY



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281 Telp.(0274) 513092, 586168 psw: 282, 299, 291, 541  
Email : humas\_fik@uny.ac.id Website : fik.uny.ac.id

Nomor : 459/UN.34.16/PP/2016.

06 Desember 2016.

Lamp. : 1Eks.

Hal : Permohonan Izin Penelitian.

**Yth. : Gubernur Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta  
cq. Kepala Biro Administrasi Pembangunan  
Setda. Provinsi DIY  
Kompleks Kepatihan, Danurejan, Yogyakarta.**


Diberitahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, bermaksud memohon izin untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan izin bagi mahasiswa:

Nama : Bayu Setiawan.  
NIM : 12601244081.  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR).  
Dosen Pembimbing : Fitria Dwi Andriyani, M.Or.  
NIP : 19880510 201212 2 006.

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : 10 s.d 15 Desember 2016.  
Tempat/Objek : SMA Negeri I Yogyakarta.  
Judul Skripsi : Tingkat Aktivitas Jasmani Siswa Sekolah Menengah Atas Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Berdasar Tipe Sekolah.

Demikian surat ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas kerjasama dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.

Dekan  
  
Suherman S. Suherman, M.Ed.  
NIP. 19640707 198812 1 001

Tembusan :

1. Kepala Sekolah SMA N I Yogyakarta.
2. Kaprodi PJKR.
3. Pembimbing TAS.
4. Mahasiswa ybs.

## Lampiran 8. Pengisian Lembar Kuesioner

### KUESIONER AKTIVITAS HARIAN

Nama : Ivan Bayu Pradana  
 Jenis Kelamin : Laki-laki / ~~Perempuan~~  
 Pekerjaan Ayah : wiraswasta  
 Pekerjaan Ibu : wiraswasta

Usia : 16  
 Kelas : XI IPA 4

Kami ingin mengetahui level aktivitas jasmanimu dalam **7 hari terakhir** (1 minggu terakhir). Ini mencakup olahraga atau senam yang membuatmu berkeringat atau membuat kakimu capek, atau permainan yang membuatmu bernafas lebih keras/sering, seperti bermain kejar-kejaran, lompat tali, berlari, memanjat, dan lain-lain.

#### INGATLAH:

1. Tidak ada jawaban benar dan jawaban salah – ini bukanlah tes dan tidak akan mempengaruhi nilaimu di sekolah.
2. Tolong jawab semua pertanyaan secara **jujur** dan **akurat** sesuai yang kamu lakukan – hal ini sangat penting.

1. Aktivitas jasmani di waktu luang: Apakah anda melakukan aktivitas-aktivitas jasmani berikut dalam 7 hari terakhir (minggu lalu)? Jika iya, berapa kali? (silanglah hanya 1 kali pada tiap baris)

| Aktivitas/Frekuensi        | Tidak melakukan | 1-2 Kali | 3-4 kali | 5-6 kali | 7 kali/ lebih |
|----------------------------|-----------------|----------|----------|----------|---------------|
| 1. Lompat tali             | ✓               |          |          |          |               |
| 2. Sepatu roda             | ✓               |          |          |          |               |
| 3. Kejar-kejaran           |                 | ✓        |          |          |               |
| 4. Berjalan untuk Olahraga | ✓               |          |          |          |               |
| 5. Bersepeda               |                 |          |          |          | ✓             |
| 6. Jogging/berlari         | ✓               |          |          |          |               |
| 7. Berenang                | ✓               |          |          |          |               |
| 8. Baseball, softball      | ✓               |          |          |          |               |
| 9. Senam                   |                 | ✓        |          |          |               |
| 10. Sepakbola              | ✓               |          |          |          |               |
| 11. Badminton              |                 | ✓        |          |          |               |

|                     |   |  |  |  |  |
|---------------------|---|--|--|--|--|
| 12.Tenis            | ✓ |  |  |  |  |
| 13.Skateboard       | ✓ |  |  |  |  |
| 14.Hoki             | ✓ |  |  |  |  |
| 15.Kasti            | ✓ |  |  |  |  |
| 16.Bolavoli         | ✓ |  |  |  |  |
| 17.Bolabasket       | ✓ |  |  |  |  |
| 18.Memanjat         | ✓ |  |  |  |  |
| Lainnya (sebutkan): |   |  |  |  |  |
|                     |   |  |  |  |  |
|                     |   |  |  |  |  |

2. Pada 7 hari terakhir, selama pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), seberapa sering anda sangat aktif (bermain dengan keras, berlari, melompat, melempar)? (bulatilah salah satu)

- Saya tidak ikut pelajaran PJOK.....
- Hampir tidak pernah.....
- Kadang-kadang.....
- Agak sering.....
- Selalu .....

3. Dalam 7 hari terakhir, apayang paling sering anda lakukan saat istirahat sekolah pertama?(bulatilah salah satu)

- Duduk-duduk (mengobrol,membaca, mengerjakan tugas sekolah).....
- Berdiri atau berjalan berkeliling.....
- Sedikit berlari atau bermain aktif.....
- Agak sering berlari atau bermain aktif.....
- Selalu berlari atau bermain aktif .....

4. Dalam 7 hari terakhir, apa yang paling sering anda lakukan saat istirahat sekolah kedua?(bulatilah salah satu)

- Duduk-duduk (mengobrol,membaca, mengerjakan tugas sekolah).....
- Berdiri atau berjalan berkeliling.....
- Sedikit berlari atau bermain aktif.....
- Agak sering berlari atau bermain aktif.....
- Selalu berlari atau bermain aktif .....

5. Dalam 7 hari terakhir **segera setelah pulang sekolah**, berapa kali anda melakukan olahraga, senam, *dance*, atau bermain dimana anda sangat aktif ? (bulatilah salah satu)

- Tidak pernah.....
- 1 kali .....
- 2 atau 3 kali.....
- 4 kali.....
- 5 kali.....

6. Dalam 7 hari terakhir **saat sore hari**, berapa kali anda melakukan olahraga, senam, *dance*, atau bermain dimana anda sangat aktif ? (bulatilah salah satu)

- Tidak pernah.....
- 1 kali .....
- 2 atau 3 kali.....
- 4 atau 5 kali.....
- 6 atau 7 kali.....

7. Pada hari Minggu kemarin, berapa kali anda melakukan olahraga, senam, *dance*, atau bermain dimana anda sangat aktif ? (bulatilah salah satu)

- Tidak pernah.....
- 1 kali .....
- 2 - 3 kali.....
- 4 - 5 kali.....
- 6 kali atau lebih.....

8. Di antara pernyataan-pernyataan berikut, yang mana yang paling sesuai/cocok dengan anda dalam 7 hari terakhir? Bacalah kelima pernyataan sebelum memutuskan 1 jawaban yang paling sesuai dengan anda.

- A. Semua atau hampir semua dari waktu luang saya gunakan untuk melakukan hal-hal yang memerlukan **sedikit** usaha fisik.....
- B. Saya kadang-kadang (1-2 kali minggu lalu) melakukan aktivitas fisik di waktu luang (misal, berolahraga, **berlari**, berenang, bersepeda, senam).....
- C. Saya sering (3-4 kali minggu lalu) melakukan aktivitas fisik di waktu luang.....
- D. Saya agak sering (5-6 kali minggu lalu) melakukan aktivitas fisik di waktu luang...
- E. Saya sangat sering (7 kali atau lebih minggu lalu) melakukan aktivitas fisik di waktu luang .....

Lampiran 9. Dokumentasi



Gambar 1. Pengisian lembar kuesioner



Gambar 2. Pengisian lembar kuesioner



Gambar 4. Observasi di SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta



Gambar 5. Observasi SMAN 1 Yogyakarta