

BAB 2

TINJAUAN TEORITIS

2.1 Kajian Pustaka

2.1.1 Konsep Pendidikan Jasmani

Menurut Bennet (2020, p. 1) Pendidikan Jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan, dan melaksanakan kegiatan untuk menjamin seluruh perkembangan kualitas fisik dan moral siswa disekolah dalam menyiapkan kehidupannya, bekerja dan mempertahankan negaranya. Secara lebih khusus Pendidikan jasmani akan meningkatkan kesehatan, perkembangan keterampilan fisik, potensi organ-organ tubuh, keterampilan gerak fungsional dan menanamkan kualitas moral seperti patriotism, kerjasama, keberanian, ketekunan dan keyakinan diri. Menurut ateng (2020, p. 1) mengemukakan pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan melalui berbagai kegiatan jasmani yang bertujuan mengembangkan individu secara organic, neuro muskuler, intelektual dan emosional.

Mata pelajaran pendidikan jasmani yang disajikan di sekolah bertujuan membantu anak didik menuju kearah kedewasaan. Intensitas pendidikan (paedagogis) dalam mata pelajaran pendidikan jasmani menurut Rijsdorp (2020, p. 2) meliputi 4 (empat) pokok pikiran yaitu: (1) Pembentukan gerak (2) Pembentukan prestasi (3) Pembentukan sosial (4) Pembentukan badan.

2.1.2 Tujuan Pendidikan jasmani

Perbedaan penyajian materi pelajaran pendidikan jasmani disbanding dengan mata pelajaran lain diantaranya terletak pada pelaksanaan kegiatan. Dalam pendidikan jasmani, aktivitas fisik merupakan media utama yang digunakan untuk mencapai tujuan. Pendidikan jasmani memusatkan diri pada semua bentuk kegiatan aktivitas jasmani yang mengaktifkan otot-otot besar (gross motorik), memusatkan diri pada gerak fisik dalam permainan, olahraga, dan fungsi dasar tubuh manusia. Dengan demikian, Freeman (dalam Abduljabar, 2011, p. 2) menyatakan pendidikan jasmani dapat dikategorikan ke dalam tiga kelompok bagian, yaitu:

1. Pendidikan jasmani dilaksanakan melalui media fisik, yaitu beberapa aktivitas fisik atau beberapa tipe gerakan tubuh.
2. Aktivitas jasmani meskipun tidak selalu, tetapi secara umum mencakup berbagai aktivitas gross motorik dan keterampilan yang tidak selalu harus didapat perbedaan yang mencolok.
3. Meskipun para siswa mendapat keuntungan dari proses aktivitas fisik ini, tetapi keuntungan bagi siswa tidak selalu harus berupa fisik, nonfisik pun bisa diraih seperti: perkembangan intelektual, sosial, dan estetika, seperti juga perkembangan kognitif dan afektif.

Secara utuh, pemahaman yang harus ditangkap adalah: pendidikan jasmani menggunakan media fisik untuk mengembangkan kesejahteraan total setiap orang. Karakteristik pendidikan jasmani seperti ini tidak terdapat pada matapelajaran lain, karena hasil kependidikan dari pengalaman belajar fisik tidak terbatas hanya pada perkembangan tubuh saja.

Menurut abdoellah (2020, p. 3) tujuan umum pendidikan jasmani di sekolah yaitu (1) Perkembangan organik (2) Perkembangan neuromuskuler (3) Perkembangan personal-sosial (4) Perkembangan kemampuan bernalar. Untuk mengetahui tingkat keberhasilan pendidikan di sekolah diperlukan pengukuran dan evaluasi.

Di Indonesia menurut Surat Keputusan (SK) Menteri Pendidikan dan Kebudayaan 0413/U/1987, pendidikan jasmani di sekolah bertujuan untuk mengembangkan individu secara secara organis, neuromuskuler, intelektual, dan emosional. Untuk mencapai tujuan pendidikan tersebut, maka guru pendidikan jasmani Sekolah Menengah Pertama (SMP) dalam melakukan kegiatan sehari-hari paling tidak harus melakukan 3 (tiga) kegiatan yaitu: (1) Menyusun persiapan mengajar. (2) Melaksanakan kegiatan pembelajaran (3) Melaksanakan evaluasi kegiatan pembelajaran.

2.1.3 Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Pembelajaran merupakan proses interaksi antara pengajar (guru) dengan pelajar (siswa). Dalam hal ini guru sebagai pengajar yang bertugas memberikan pelajaran, sedangkan siswa sebagai objek yang menerima pelajaran. Menurut Rush Lutan (2019, p. 43) mengemukakan : “Kebutuhan akan metode yang efisien dalam pengajaran atau latihan olahraga dilandasi oleh beberapa alasan. Pertama efisien akan menghemat waktu, energi atau biaya. Kedua, metode efisien yang memungkinkan para siswa atau atlet untuk menguasai keterampilan yang tinggi”. Pendapat tersebut menunjukkan bahwa, upaya untuk meningkatkan keterampilan olahraga, maka perlu ditetapkan metode mengajar yang efisien.

Pendidikan jasmani adalah terjemahan dari Physical education yang digunakan di Amerika. Makna dari Pendidikan jasmani adalah Pendidikan mengenai fisik dan mental seseorang. Jadi pendidikan adalah proses perubahan sikap dan tingkah laku seseorang atau kelompok dalam usaha untuk mendewasakan anak melalui pengajaran dan pelatihan. Menyampaikan ilmu melalui aktivitas fisik merupakan salah satu unsur yang menjadi ciri pendidikan jasmani. Melalui permainan yang membuat mereka (siswa-siswi) merasa senang dan sekaligus mendapatkan ilmu. Syarifudin (dalam Sugeng Purwanto (2019, p. 43) menjelaskan bahwa pendidikan jasmani merupakan pendidikan keseluruhan.

Dari apa yang dipaparkan di atas dapat peneliti tarik kesimpulan bahwa pendidikan jasmani (penjas) adalah suatu proses perubahan tingkah laku individu atau kelompok dalam usaha pendewasaan sikap seseorang, melalui upaya pengajaran dan pelatihan yang dalam hal ini proses/aktivitas gerak jasmani itu sendiri.

2.1.4 Standar sarana dan prasarana Sekolah Menengah Pertama

Berdasarkan Peraturan Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset, Dan Teknologi Republik Indonesia Nomor 22 Tahun 2023 Tentang Standar Sarana Dan Prasarana bahwa untuk melaksanakan ketentuan Pasal 26 Peraturan Pemerintah Nomor 57 Tahun 2021 (RI, 2023, p. 1) tentang Standar Nasional Pendidikan, perlu

menetapkan Peraturan Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi tentang Standar Sarana dan Prasarana pada Pendidikan Anak Usia Dini, Jenjang Pendidikan Dasar, dan Jenjang Pendidikan Menengah

Persyaratan Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani menurut Agus S. Suryobroto (2020, p. 4) adalah: (1) Aman, unsur keamanan merupakan unsur pokok dalam pendidikan jasmani, artinya keamanan dalam Pendidikan jasmani merupakan prioritas utama sebelum unsur lain (2) Menarik, sarana dan prasarana yang baik menarik akan memacu siswa untuk menggunakannya (3) Sesuai dengan kebutuhan, dengan menyediakan sarana dan prasarana hendaknya disesuaikan dengan kebutuhan penggunaannya Sesuai dengan tujuan (4) Tidak mudah rusak yaitu penggunaan sarana dan prasarana hendaknya tidak hanya digunakan satu atau dua kali saja (5) Sesuai dengan lingkungannya yaitu jangan sampai mengadakan sarana dan prasarana yang tidak sesuai dengan kondisi sekolah, misalnya sarana dan prasarana yang cocok untuk lapangan lunak namun digunakan untuk lapangan keras.

Satu SMP/MTs memiliki minimum 3 rombongan belajar dan maksimum 24 rombongan belajar. Satu SMP/MTs dengan tiga rombongan belajar melayani maksimum 2000 jiwa. Untuk pelayanan penduduk lebih dari 2000 jiwa dilakukan penambahan rombongan belajar di sekolah yang telah ada, dan bila rombongan belajar lebih dari 24 dilakukan pembangunan SMP/MTs baru.

Satu kecamatan dilayani oleh minimum satu SMP/MTs yang dapat menampung semua lulusan SD/MI di kecamatan tersebut. Satu kelompok permukiman permanen dan terpencil dengan banyak penduduk lebih dari 1000 jiwa dilayani oleh satu SMP/MTs dalam jarak tempuh bagi peserta didik yang berjalan kaki maksimum 6 km melalui lintasan yang tidak membahayakan.

2.1.5 Konsep Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani

Kamus Besar Bahasa Indonesia (2020, p. 5), mengartikan bahwa sarana adalah “segala sesuatu yang dapat dipakai sebagai alat dalam mencapai maksud dan tujuan”. Contoh: samsak, sepatu, bola, raket tenis, shuttle cock, dll. Sarana maupun alat

merupakan benda yang dibutuhkan dalam pembelajaran olahraga, dan alat tersebut sangat mudah dibawa sehingga sarana atau alat tersebut sangat praktis dalam pelaksanaan pembelajaran alat olahraga merupakan hal yang mutlak harus dimiliki oleh sekolah, tanpa adanya sarana pembelajaran pendidikan jasmani tidak akan dapat berjalan dengan baik. Sarana pendidikan merupakan alat yang sangat membantu dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah (Abildsnes, Stea, Berntsen, Omfjord, & Rohde, 2015; Elliot & Hamlin, 2018). Menurut Ferrer, Thomé, & Scavarda (2020, p. 5) menyatakan bahwa Istilah sarana mengandung arti sesuatu yang dapat digunakan atau dapat dimanfaatkan. Sedangkan sarana olahraga dapat dibedakan menjadi:

- a. Peralatan adalah: sesuatu yang di gunakan contoh: peti loncat, palang tunggal, palang sejajar dan lain sebagainya.
- b. Perlengkapan adalah: semua yang melengkapi kebutuhan prasarana misalnya: net, bendera untuk tanda garis batas dan lainnya. Sesuatu yang dapat di mainkan atau di manipulasi dengan tangan atau kaki misalnya: bola raket dan pemukul dan lainnya.

Bedasarkan pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa dalam kegiatan belajar mengajar pendidikan jasmani dengan didukung sarana yang cukup, maka pembelajaran pendidikan jasmani dapat berjalan dengan optimal. Guru atau pengajar dapat memberikan materi dengan baik dan mengurangi kendala dalam kegiatan belajar mengajar, dan siswa dapat menerima materi dengan baik dan optimal. Dengan memiliki sarana yang cukup maka siswa pun dapat mengembangkan potensi dirinya disekolah dengan merasakan sarana yang cukup dan layak siswa terima disekolah tersebut. Mengetahui keadaan sarana pembelajaran pendidikan jasmani di Sekolah Menengah Pertama se-Kota Tasikmalaya menjadi tujuan dalam pelaksanaan kegiatan penelitian ini.

Kamus Besar Bahasa Indonesia (2001:893) bahwa, “Prasarana adalah segala sesuatu yang merupakan penunjang utama terselenggaranya suatu proses usaha,

pembangunan proyek dan lain sebagainya”. Menurut (Amin, 2014 & Naidu, 2019) menyebutkan prasarana merupakan media dasar untuk menjalankan fungsi sekolah. Dalam pembelajaran pendidikan jasmani Prasarana didefinisikan sebagai sesuatu yang mempermudah atau memperlancar proses. Prasarana pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan sesuatu yang bersifat permanen.

Kelangsungan proses kegiatan belajar mengajar pendidikan jasmani tidak terlepas dari ketersedianya prasarana yang baik dan memadai. Prasarana yang baik dan memadai maka proses kegiatan belajar mengajar Pendidikan jasmani dapat berjalan dengan baik. Prasaran pendidikan jasmani yang dimaksud dalam pendapat diatas dapat diartikan sebagai prasarana dengan ukuran standar seperti lapangan maupun gedung olahraga, tetapi kebanyakan sekolah tidak memiliki prasarana yang mencukupi.

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan sarana adalah bersifat mudah dipindah (bisa semi permanen). Sedangkan prasarana adalah bersifat *relative* permanen segala sesuatu yang dapat mempermudah atau memperlancar pembelajaran. Relatif permanen adalah susah untuk dipindah-pindahkan. Mengetahui keadaan prasarana kegiatan belajar mengajar pendidikan jasmani di Sekolah Menengah Pertama se-Kota Tasikmalaya menjadi tujuan dalam pelaksanaan kegiatan penelitian ini.

Sarana dan prasarana olahraga memang harus dituntut untuk memenuhi persyaratan yang ada, selain itu sarana dan prasarana harus lengkap dan kondisinya harus baik. Agar tercipta proses kegiatan belajar mengajar pendidikan jasmani yang efektif. Persyaratan sarana dan prasarana Pendidikan jasmani (Agus S. suryobroto, 2020, p. 7) yaitu aman, mudah, murah , menarik, memacu untuk bergerak, sesuai dengan kebutuhan, sesuai dengan tujuan, tidak mudah rusak, dan sesuai dengan lingkungan. Berdasarkan Tempat bermain atau berolahraga meliputi: (A) Tempat bermain/berolahraga berfungsi sebagai area bermain, berolahraga, pendidikan jasmani, upacara, dan kegiatan ekstrakurikuler (B) Tempat bermain/berolahraga memiliki rasio luas minimum 3 m²/peserta didik. Untuk satuan pendidikan dengan banyak peserta didik kurang dari 334, luas minimum tempat bermain/berolahraga

1000 m². Di dalam luas tersebut terdapat ruang bebas untuk tempat berolahraga berukuran 30 m x 20 m (C) Tempat bermain/berolahraga yang berupa ruang terbuka sebagian ditanami pohon penghijauan (D) Tempat bermain/berolahraga diletakkan di tempat yang tidak mengganggu proses pembelajaran di kelas (E) Tempat bermain/berolahraga tidak digunakan untuk tempat parkir (F) Ruang bebas yang dimaksud di atas memiliki permukaan datar, drainase baik, dan tidak terdapat pohon, saluran air, serta benda-benda lain yang mengganggu kegiatan olahraga (G) Tempat bermain/berolahraga dilengkapi dengan sarana sebagaimana tercantum pada Tabel 1 dibawah ini.

Tabel 2. 1 Tempat bermain dan berolahraga

NO	Jenis	Rasio	Deskripsi
Peralatan Pendidikan			
1.	Tiang Bendera	1 buah/sekolah	Tinggi sesuai ketentuan yang berlaku
2.	Bendera	1 buah/sekolah	Ukuran sesuai ketentuan yang berlaku
3.	Peralatan bola voli	1 set/sekolah	Minimum 6 bola
4.	Peralatan sepak bola	1 set/sekolah	Minimum 6 bola
5	Peralatan bola basket	1 set/sekolah	Minimum 6 bola
6.	Peralatan senam	1 set/sekolah	Minimum matras, peti loncat, tali loncat, simpai, bola plastik, tongkat, palang tunggal, gelang.
7.	Peralatan atletik	1 set/sekolah	Minimum lembing, cakram, peluru, tongkat estafet, bak loncat.

8.	Pelatan seni budaya	1 set/sekolah	Disesuaikan dengan potensi masing-masing satuan Pendidikan.
9.	Peralatan keterampilan	1 set/sekolah	Disesuaikan dengan potensi masing satuan pendidikan.
Perlengkapan lain			
1.	Pengeras suara	1 set/sekolah	
2	<i>Tape recorder</i>	1 set/sekolah	

Sumber: (Agus S. suryobroto, 2020, p. 7)

Setiap materi pembelajaran Pendidikan jasmani memerlukan sarana dan prasarana yang berbeda. Itu tergantung pada satuan materi yang akan dilaksanakan ketepatan penggunaan sarana dan prasarana Pendidikan jasmani dapat melancarkan kegiatan proses belajar Pendidikan jasmani Jenis sarana dan prasarana Pendidikan jasmani tingkat SMP disesuaikan dengan materi pembelajaran Pendidikan jasmani sebagai berikut:

- 1) Atletik terdiri dari: (1) jalan dan lari pada jalan dan lari diperlukan alat seperti : *Stopwatch*, bendera *start block*. Sedangkan fasilitas yang di butuhkan adalah lintasan lari atau lapangan terbuka (2) nomor lompat sarana dan prasarana serta alat-alat lompat terdiri atas meteran gulungan, bendera kecil, mistar lompat, tiang mistar, cangkul, bak pasir, balok tumpu, dan perata pasir (3) nomor lempar pelaksanaan kegiatan pembelajaran nomor lempar memerlukan sarana dan prasarana seperti: peluru, bola kasti, meteran gulungan, bendera kecil, dan lapangan tolak peluru.
- 2) Senam untuk mendukung proses kelancaran pembelajaran senam, di perlukan sarana dan prasarana yang memadai, antarlain: matras, busa, kaset, *Tape recorder*, tongkat, serta bangsal senam.

- 3) Permainan sarana dan prasarana yang mendukung permainan olahraga, antara lain: bola voli, net voli, bola sepak, gawang, bola basket, ring dan papan basket, lapangan voli, lapangan sepak bola, dan lapangan basket.

Menurut Soekamsi dan Srihati Waryati (1996: 5-60), standar pemakaian sarana Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dengan rerata jumlah siswa 32 orang per sekolah sebagai berikut :

Tabel 2. 2 Ideal pemakaian sarana dan prasarana Pendidikan Jasmani

No.	Sarana dan Prasarana	Ideal pemakaian
1.	Kelas	40 siswa
Atletik		
2.	1 Lintasan lari	40 siswa
3.	1 Balok star	4 siswa
4.	1 <i>Stopwatch</i>	40 siswa
5.	1 Lintasan awal	20 siswa
6.	1 Kubik pasir	40 siswa
7.	1 Papan tolakan	20 siswa
8.	1 Balok lompat	20 siswa
9.	1 Meteran	20 siswa
10.	1 Cangkul	20 siswa
11.	1 Lapangan tolak peluru	20 siswa
12.	1 peluru	2 siswa
13.	1 Meteran	20 siswa
Permainan		
14.	1 Bola sepak	2 siswa
15.	1 Set gawang	40 siswa
16.	1 Peluit	40 siswa
17.	1 Bola basket	2 siswa

18.	1 Set ring basket	40 siswa
19.	1 Peluit	40 siswa
20.	1 Bola voli	2 siswa
21.	1 Set net voli	40 siswa
22.	1 Peluit	40 siswa
23.	1 Raket	20 siswa
24.	1 Shuttlecock	2 siswa
25.	1 Set net bulu tangkis	40 siswa
26.	1 Peluit	40 siswa
27.	1 Set meja tenis	20 siswa
28.	1 Bet	20 siswa
29.	1 Bola tenis meja	2 siswa
30.	1 <i>Glove</i>	20 siswa
31.	1 Bola <i>softball</i>	20 siswa
32.	1 <i>Stick</i> /pemukul	20 siswa
33.	1 Lapangan sepak bola	40 siswa
34.	1 Lapangan basket	40 siswa
35.	1 Lapangan voli	40 siswa
36.	1 Lapangan tangkis	40 siswa
37.	1 Lapangan <i>softball</i>	40 siswa
Senam		
38.	1 Kaset senam	40 siswa
39.	1 <i>Tape recorder</i>	40 siswa
40.	1 Matras	20 siswa
Bela diri		
41.	1 Pakaian bela diri	20 siswa
42.	1 <i>Body protector</i>	20 siswa

43.	1 Samsak	20 siswa
Renang		
44.	1 Kolam renang	40 siswa
45.	1 Pakaian renang	20 siswa
46.	1 <i>Stopwach</i>	40 siswa
47.	1 Peluit	40 siswa

Pada cabang olahraga renang setelah peneliti melakukan penelitian ini, kolam renang, pakaian renang, stopwatch dan peluit yang memiliki perbandingan bobot sarana prasarana yang tidak proposional sehingga apabila setiap item memenuhi standar di buatlah perbandingan sebagai berikut :

- 1) Kolam renang : 50%
- 2) Pakaian renang : 25%
- 3) *Stopwach* : 15%
- 4) Peluit : 10%

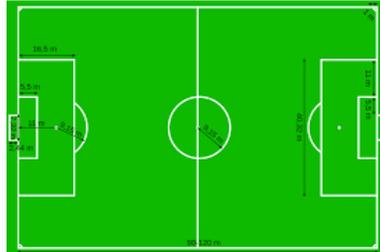
2.1.5 Kelengkapan sarana dan prasarana pendidikan jasmani

Mata pelajaran pendidikan jasmani terdiri dari beberapa permainan yaitu sepak bola, bola basket, bola voli, badminton , tenis meja, soft ball, lari, senam, lompat jauh, tolak peluru, senam, bela diri dan renang. Dari beberapa permainan tersebut terdapat standar sarana dan prasarana yang memadai. Berikut standar sarana prasarana pada mata pelajaran pendidikan jasmani menurut Ngariono (2019) dalam buku Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan kelas 1 SMP.

2.1.5.1 Permainan sepak bola

Sepak bola adalah contoh olahraga yg menggunakan bola dan termasuk permainan besar selain bola voli dan basket. Sepak bola merupakan permainan yg hampir seluruhnya menggunakan kaki, kecuali seorang penjaga gawang yang bebas menggunakan semua anggota badannya. sarana dan prasaran permainan sepak bola yaitu:

1. Lapangan sepak bola berupa tanah memiliki ukuran 100-110 meter, lebar lapangan , 64-75 meter, jari-jari lingkaran tengah 9,15 meter, luas daerah gawang 18,35m x 5,5 meter



Gambar 2. 1 Lapangan sepak bola

Sumber: https://id.wikipedia.org/wiki/Lapangan_sepak_bola

- Gawang yang memiliki lebar 7,32 meter, tinggi tiang gawang 2,44 meter.



Gambar 2. 2 Gawang sepak bola

Sumber: <https://www.portaldemisterios.com/ukuran-gawang-sepak-bola/>

- Bola memiliki bahan kulit atau sejenisnya, bentuk bola bulat, berat bola 396-453 gram, keliling lingkaran bola 68-70cm.



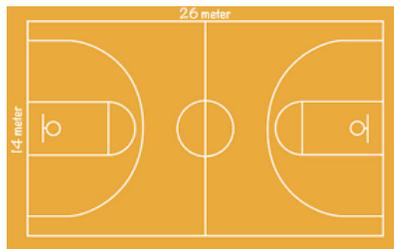
Gambar 2. 3 Bola sepak bola

Sumber: <https://siplah.tokoladang.co.id/produk/bola-sepak.1575377>

2.1.5.2 Permainan bola basket

Bola basket merupakan permainan beregu yang dimainkan oleh dua regu yang saling berhadapan dengan jumlah anggota tiap regunya 5 orang, sarana dan prasarana permainan bola basket yaitu :

- Lapangan bola basket berbentuk persegi dengan Panjang 28 meter, lebar 15 meter, garis tengah lapangan 3,60 meter.



Gambar 2. 4 Lapangan bola basket

Sumber: <https://www.freedomiana.id/panjang-dan-lebar-lapangan-bola-basket/>

2. Ring dan papan pantul memiliki 2 buah yaitu yang terbuat dari bahan tembus pandang dan dibuat satu lapis dengan bahan dari kayu setebal 3cm, ukuran papan pantul adalah setinggi 1,80 meter dan lebar 1,05 meter serta ketinggian 2,90 meter dari lantai.



Gambar 2. 5 Ring dan papan pantul

Sumber: <https://www.blibli.com/p/berwyn-ring-basket-portable/ps--WAS-60084-00146>

3. Bola basket terbuat dari kulit, karet atau bahan sintesis, berat bola minimal 567 gram, maksimal 650 gram, bola harus di pompa sehingga jika di jatuhkan ke lantai/lapangan dari ketinggian lebih 1,80 meter di ukur dari bagian bawah bola maka bola akan memantul setinggi 1,40 meter.



Gambar 2. 6 Bola basket

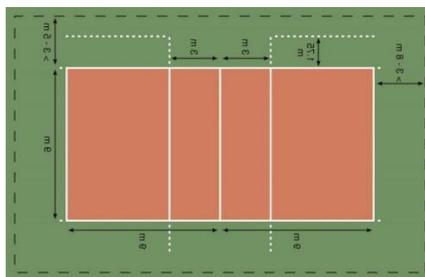
Sumber: <https://interlocki.com/sarana-dan-prasarana-bola-basket/>

2.1.5.3 Permainan Bola Voli

Permainan bola voli yg kita kenal sekarang berasal dari negeri amerika. Permainan ini diperkenalkan oleh William G. Morgan. saat itu beliau menjadi guru pendidikan jasmani di Young Men Christian Association di hollyoke pada tahun 1895, pada tahun 1946 dibentuk

international volley ball federation dengan dibentuknya organisasi tersebut permainan bola voli mulai berkembang dan mulai masuk ke Indonesia pada tahun 1928 oleh tentara belanda dan berkembang pesat diindonesia pada tahun 1950 dengan berdirinya perkumpulan-pekumpulan bola voli (Dr. Samsudin, M.Pd : 6). Sarana dan prasarana bola voli yaitu:

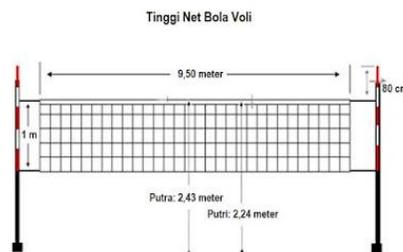
1. lapangan bola voli yg berbentuk persegi empat panjang, Panjang lapangan 18 meter, lebar lapangan 9 meter, lebar daerah bebas disekeliling lapangan 3 meter, garis tengah 9 meter x 9 meter, lebar garis lapangan 5 cm.



Gambar 2. 7 Lapangan bola voli

Sumber: <https://pecintaolahraga.com/category/voli/>

- Net yang memiliki lebar net 1 meter dan panjang net 9,50 meter, tinggi tiang net, net putra: 2,43 meter sedangkan putri 2,24 meter, tinggi tiang net berukuran 2,55 meter.



Gambar 2. 8 Net bola voli

Sumber: <https://www.ilmusiana.com/2019/10/tinggi-net-bola-voli-standar-pbvs.html>

- Bola voli yang memiliki bahan kulit lunak, lentur dan sintetis, bola voli memiliki ukuran 65-67 cm dengan berat 200-280 gram.



Gambar 2. 9 Bola voli

Sumber: <https://siplah.tokoladang.co.id/produk/bola-voli.999449>

2.1.5.4 Permainan Bulu tangkis

Bulu tangkis permainan bulu tangkis merupakan permainan yang menggunakan raket dan *Shuttlecock* yang dapat dikategorikan menjadi permainan tunggal, ganda, dan ganda campuran yang dilaksanakan didalam ruangan (indoor). Sarana dan prasarana bulutangkis yaitu:

- Raket (pemukul) yang terbuat dari bahan kayu dan aluminium, fiberglass, arang (carbonex) dengan berat kurang lebih 150 gram,



Gambar 2. 10 Raket bulutangkis

Sumber: <https://www.blibli.com/p/yonex-badminton-racquet-vt-lite-raket-badminton-brkvtlitezzz-bkylzz-4u5z/ps--YOG-60023-00280>

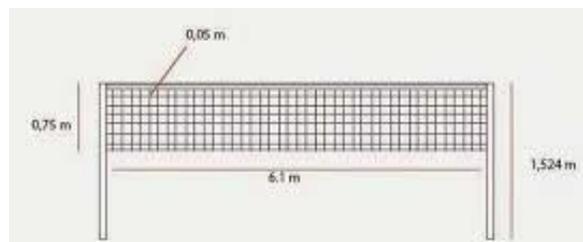
2. *Shuttlecock* bagian *Shuttlecock* itu terdiri dari atas kepala dan bulu kepala, pada bagian kepala *Shuttlecock* terbuat gabus dilapisi kulit tipis sedangkan bulu kepala terdiri dari 14-16 helai bulu unggas.



Gambar 2. 11 *Shuttlecock*

Sumber: <http://www.kabarsport.com/2015/09/standar-shuttlecock.html>

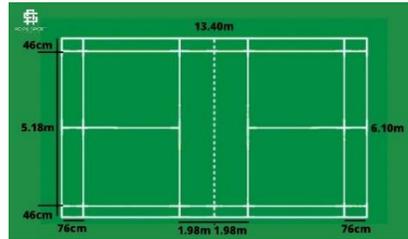
3. Net bulu tangkis memiliki lebar 76 cm, panjang 610 cm tinggi net 155 cm berbahan besi yg cukup kuat.



Gambar 2. 12 Net bulutangkis

Sumber: <https://www.karpetbadminton.com/net-badminton-ukuran/>

4. Lapangan bulu tangkis dengan panjang lapangan 13,40 meter, lebar lapangan 6,10 meter untuk permainan tunggal 5,18 meter.



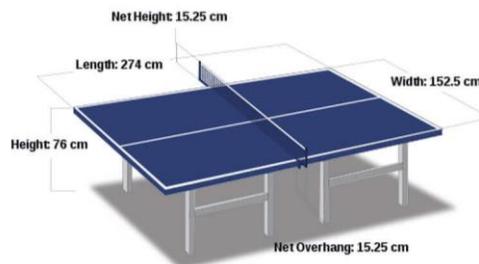
Gambar 2. 13 Lapangan bulu tangkis

Sumber: <https://www.royalsportflooring.com/p/ukuran-lapangan-badminton.html>

2.1.5.5 Permainan tenis meja

Tenis meja merupakan cabang olahraga yang menggunakan bola kecil, tenis meja biasa dilakukan didalam gedung (indoor game) tenis meja dapat dimainkan oleh dua atau empat pemain. Sarana dan prasarana tenis meja yaitu:

1. meja tenis berbentuk segi empat memiliki panjang 2,74 meter lebar 1,52 meter dan memiliki tinggi 76 cm



Gambar 2. 14 Meja tenis

Sumber: <https://bangayas.com/ukuran-lapangan-tenis-meja/>

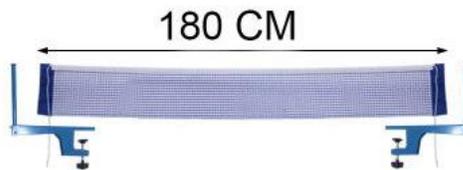
2. Bet terbagi menjadi 2 bagian yaitu daun bet dan gengaman, daun bet terbuat dari kayu alam dan dilapisi karet.



Gambar 2. 15 Bet tenis meja

Sumber: <https://siplah.rajastore.id/store/toko-candolar-354/bet-tenis-meja>

3. Net tenis meja memiliki panjang 1,83 meter, lebar net 15,25 cm dan tinggi net 15,25 cm.



Gambar 2. 16 Net tenis meja

Sumber: <https://siplahtelkom.com/product/peraga-olahraga/3231441-net-tenis-meja>

4. Bola memiliki bahan solid sejenis plastik berwarna putih atau oren, berbentuk bulat, memiliki diameter 40mm dan berat 25 gram.



Gambar 2. 17 Bola tenis meja

Sumber: <https://cvkalayaindonesia.com/jenis-bola-tenis-meja/>

2.1.5.6 Permainan *softball*

Permainan ini pertama kali diciptakan oleh George Hancock yang berasal dari kota Chicago pada tahun 1887. *Softball* dimainkan oleh dua regu yang tiap regunya terdiri dari 9 orang pemain, dengan cara mengumpulkan angka dari memukul bola. Permulaan permainan dimulai dengan lemparan pitcher (pelambung) dengan melempar

bola dengan putaran kepada pemukul (batter) dengan menggunakan pemukul (bat).
Sarana dan prasarana *softball* yaitu:

1. Lapangan *softball* ini berupa tanah dengan memiliki ukuran masing sisi 18,30 m- 18,30 m- 18,30 m dan 18,30 m.



Gambar 2. 18 Lapangan *softball*

Sumber: <https://www.kompas.com/sports/read/2021/07/19/07000048/ukuran-lapangan-softball-lengkap-dengan-gambarnya>

2. *Glove* yang dipakai dalam pertandingan terbuat dari bahan kulit, dengan bentuk menyerupai sarung tangan yang tebal dan ada kantong untuk menangkap bola.



Gambar 2. 19 *Glove softball*

Sumber: <https://www.blibli.com/amp/p/thickened-catcher-s-mitts-baseball-softball-fielding-Glove-for-exercise-12-5inch/ps--BAY-70060-282466>

3. Bola *softball* berwarna putih atau kuning berbentuk bulat dengan benang grip berwarna merah atau warna putih dengan grip warna putih. Isi bola dapat dibuat dari campuran gabus dan karet atau kapak berserat panjang, kemudian dililit dengan benang berkualitas baik. Kulit luar diperbolehkan memakai bahan kulit

kuda atau kulit sapi, atau dan bahan sintetis. Bola terbuat dari kulit atau bahan sintetis dengan keliling 30–31 cm dan berat bola 180 – 200 gram.



Gambar 2. 20 Bola *softball*

Sumber: <https://www.tokopedia.com/ronaldosport/bola-softball>

4. *Stick*/pemukul yang dipakai harus bulat dan terbuat dari kayu atau balok, kayu berlapis atau aluminium dengan diameter 5-6 cm. Panjang tongkat tidak boleh lebih dari 87 cm (34 inchi). Dan tempat pegangannya harus dibungkus balutan \pm 40 cm. Pemukul boleh berwarna, berat pemukul tidak boleh lebih dan 1100 g.



Gambar 2. 21 *Stick softball*

Sumber: <https://shopee.co.id/Baseball-Bat-tongkat-kasti-stick-softball-i.338467835.5075937590>

2.1.5.7 Atletik nomor lari

Lari adalah salah satu cabang olahraga yang termasuk ke dalam atletik, gerak dasar lari terdiri dari: *start* (awalan), sikap saat lari, dan memasuki garis finish. Lari yang diperlombakan dengan cara berlari secepat-secepatnya (*sprint*) dan dilaksanakan didalam lintasan lari dengan menempuh jarak 100-400 meter. Sarana dan prasarana lari yaitu:

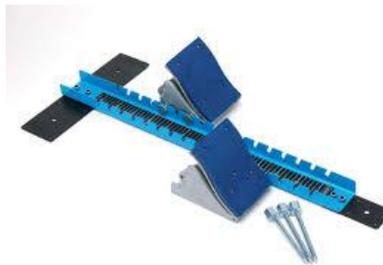
1. Lintasan yang memiliki jarak panjang minimal 100 meter hingga 400 meter.



Gambar 2. 22 Lintasan lari atletik

Sumber: https://id.pngtree.com/freepng/athletics-field-plan-floor-plan-pictures_5443396.html

2. Blok *start* terbuat bahan dari logam besi, sehingga lebih kuat dan kokoh, di lengkapi dengan pasak paku yang gunanya untuk merekatkan balok pada lintasan atau arena agar tidak bergeser kemana- mana.



Gambar 2. 23 Blok *start*

Sumber: <https://www.ontrackandfield.com/quik-starting-block/>

3. *Stopwatch*



Gambar 2. 24 *Stopwach*

Sumber: <https://indonesian.alibaba.com/product-detail/Waterproof-Digital-Stopwatch-Timer-Cheep-Stop-62189232023.html>

2.1.5.8 Atletik lompat jauh

Lompat jauh merupakan salah satu nomor dalam cabang olahraga atletik, lompat jauh adalah gerakan lompatan yang dilakukan dilintasan dengan balok pasir yang digunakan untuk mendarat yang ukurannya sudah ditentukan. Sarana dan prasarana lompat jauh yaitu:

1. Bak lompatan yaitu wadah/tempat untuk menyimpan pasir, Lebar bak pendaratan: 2,75 m minimum dan maksimum 3 m, Panjang bak pendaratan antara 7 sampai 9 m.



Gambar 2. 25 Bak lompatan

Sumber: <https://kumparan.com/info-sport/berjarak-dan-luas-berapa-ukuran-bak-dan-jarak-awalan-lompat-jauh-1vYzSXIvj1V>

2. Pasir yaitu media mendarat dan digunakan menjadi alat ukur jarak lompat tersebut.



Gambar 2. 26 Pasir

Sumber: <https://kumparan.com/info-sport/lapangan-lompat-jauh-beserta-ukuran-dan-tekniknya-1wzD7tvO6N>

3. Papan tolakan yaitu terbuat dari kayu berbentuk segi empat memiliki ukuran Panjang: 1,21 – 1,22 m, Lebar: 1,98 – 2,02 dm, Tebal: 1,00 dm.

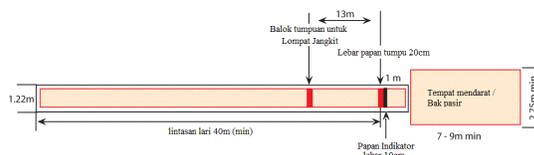


Gambar Bak lompat

Gambar 2. 27 Papan tolakan

Sumber: <https://www.damaruta.com/2015/03/lompat-jauh.html>

4. Lintasan awal Panjang jalur lari awalan minimum 45 meter, Lebar jalur minimum 1,22 meter dan maksimum 1,25 meter.



Gambar 2. 28 Lintasan awal

Sumber: <https://aturanpermainan.blogspot.com/2016/05/gambar-dan-ukuran-lapangan-lompat-jauh.html>

5. Meteran yaitu media untuk mengukur seberapa jauh lompatan tersebut.



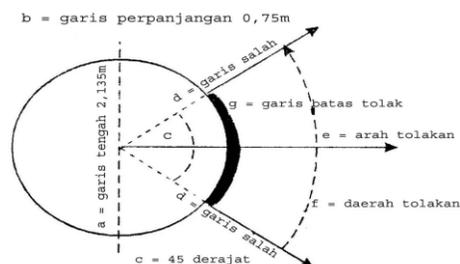
Gambar 2. 29 Meteran

Sumber: <https://mataharijaya.co.id/product/meteran-besar-tancap-100-m-weldom/>

2.1.5.9 Atletik nomor tolak peluru

Tolak peluru merupakan salah satu nomor dalam cabang olahraga atletik, tolak peluru awal pertama kali dilombakan di Skotlandia pada tahun 1866, kemudian tolak peluru diperlombakan dalam Olimpiade Athena pada tahun 1896. Dengan dibagi 2 kategori yaitu kategori putra dan kategori putri. sarana dan prasarana tolak peluru yaitu:

1. Lapangan tolak peluru berbentuk lingkaran dengan garis tengah 2.135 meter, sektor sudut sector 45° , balok tolakan berbahan kayu dengan panjang 1,22 meter.



Gambar 2. 30 Lapangan Tolak Peluru

Sumber: <https://parboaboa.com/lapangan-tolak-peluru>

2. Peluru terdiri dari peluru putra yang memiliki berat 5 kg dan peluru putri memiliki berat 3 kg.



Gambar 2. 31 Peluru Tolak Peluru

Sumber: <https://www.yuksinau.id/tolak-peluru/>

3. Meteran yaitu media untuk mengukur seberapa jauh tolakan tersebut.

2.1.5.10 Senam

Senam adalah gerakan senam yang dilakukan dengan keindahan gerakan yang diiringi dengan musik senam irama terdiri atas senam tanpa alat dan senam menggunakan alat. Senam memiliki 3 kandungan yaitu a) keluwesan gerak (fleksibilitas), b) keseimbangan gerakan (kontinuitas), c) ketepatan irama. Sarana dan prasarana senam yaitu:

1. Kaset senam.



Gambar 2. 32 Kaset senam

Sumber: <https://www.tokopedia.com/tokobaslan/kaset-asli-original-video-senam-pilates-body-senam-sehat-aerobic-got>

2. *Type recorder* alat bantu senam untuk memutar lagu/vidio senam.



Gambar 2. 33 *Type recorder*

Sumber: <https://www.amazon.in/Santosh-Recorder-Built-Player-Gl-901/dp/B06ZY4ZXKM>

3. Matras memiliki bahan busa karet atau spons dengan ukuran 1,20 x 2 meter atau 1,20 x 3 meter.



Gambar 2. 34 Matras

Sumber: <https://splahtelkom.com/product/lain-lain-2/3954620-matras-senam-lantai-kualitas-sedang>

2.1.5.11 Bela diri

Bela diri (pencak silat) merupakan olahraga bela diri yang berasal dari Indonesia, yang memiliki wadah organisasi yang bernama IPSI (ikatan pencak silat seluruh indonesia), didalam pencak silat terkandung beberapa unsur yaitu: seni tari, olahraga, seni bela diri dan watak yang kepribadian luhur. Sarana dan prasarana bela diri yaitu:

1. Pakaian bela diri (pencak silat) berwarna hitam dengan logo IPSI dibagian dada kiri, bahan baju pencak silat memiliki tiga bahan yaitu: *savanna, amrican drill, dan japan drill*.



Gambar 2. 35 Pakaian beladiri (pencaksilat)

Sumber: <https://www.tokopedia.com/clatindonesia/light-clat-uniform-baju-pencak-silat->

[ringan?utm_source=google&utm_medium=organic&utm_campaign=pdp-seo](https://www.tokopedia.com/clatindonesia/light-clat-uniform-baju-pencak-silat-ringan?utm_source=google&utm_medium=organic&utm_campaign=pdp-seo)

2. *Body protector* dikhususkan untuk melindungi dada dan perut pesilat. Bahan *Body protector* terbuat dari bahan oscar. Dibagian dalamnya terdapat spon yang berfungsi untuk menahan serangan agar tidak langsung mengenai dada ataupun perut pesilat yang bisa berakibat fatal.



Gambar 2. 36 *Body protector*

Sumber: <https://sahabatolahraga.com/produk/body-protector-silat-anak-werving-ultimate/>

3. Samsak memiliki bahan luar semi kulit dan diisi dengan kain perca,



Gambar 2. 37 Samsak

Sumber: <https://iprice.co.id/gym/peralatan/samsak-tinju/>

2.1.5.12 Renang

Renang adalah olahraga yang dilakukan di air. Dalam renang terdapat beberapa macam gaya yang dapat dipelajari sebagai dasar Teknik renang yaitu: gaya dada, gaya bebas, gaya punggung, gaya kupu-kupu. Sarana dan prasarana renang yaitu:

1. Kolam renang ukuran standar resmi berdasarkan standar nasional, memiliki panjang 50 m, lebar 25 m, kedalaman kolam minimal 2 m.



Gambar 2. 38 Kolam renang

Sumber: <https://jatim.idntimes.com/travel/destination/imron/5-kolam-renang-di-bojonegoro-c1c2>

2. Pakaian renang terbuat dari bahan lycra, polyester, dan juga nylon.



Gambar 2. 39 Baju renang

Sumber: <https://www.sehatq.com/review/rekomendasi-baju-renang-anak-terbaik-dan-berkualitas>

2.2 Hasil Penelitian Yang Relevan

Adapun penelitian yang penulis lakukan ini relevan dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh (Prasetya, Sudarso, & Pandu, 2019) dengan judul penelitian Survei Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMA Negeri Se-Kabupaten Trenggalek

1. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ketersediaan atau kondisi sarana dan prasarana olahraga penunjang aktifitas pendidikan jasmanin olahraga dan kesehatan SMA Negeri Se-Kabupaten Trenggalek. Sasaran penelitian ini adalah SMA Negeri Se-Kabupaten Trenggalek dengan populasi 9 sekolah. Penelitian ini menggunakan Metode dalam analisa ini menggunakan metode stastitik kuantitatif. Sedangkan proses pengambilan data dilakukan

dengan menggunakan instrumen angket PDPJOI (Pangkalan Data Pendidikan Jasmani dan Olahraga Indonesia). Hasil analisa statistik didapatkan nilai aspek sarana dan prasarana PJOK rata-rata keseluruhan di SMA Negeri Se-Kabupaten Trenggalek adalah 73 dengan kategori “D” dan persentasenya sebesar 29%. Hasil penelitian yang diperoleh dapat disimpulkan sebagai berikut: Hasil survey penelitian yang telah dilakukan terkait sarana prasarana pendidikan jasmani, olahraga, dan rekreasi di SMA Negeri se-Kabupaten Trenggalek dapat disimpulkan bahwa ketersediaan sarana dan prasarana PJOK yang ada di SMA Negeri se-Kabupaten Trenggalek tergolong dalam kategori “D” atau kurang. Hal itu terbukti dari beberapa sekolah yang mempunyai luas lahan dan sarana prasarana yang tidak sebanding dengan jumlah siswa yang dimiliki.

2. Adapun penelitian kedua yang lakukan ini relevan dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh (Sabar, Rizal, & Juhanis, 2019, p. 1) dengan judul penelitian Survei Sarana dan Prasarana Olahraga Terhadap Efektifitas Pembelajaran Penjas Di Sma Negeri 1 Pangkep. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana sarana dan prasarana olahraga dan efektifitas pembelajaran penjas di SMA Negeri 1 Pangkep. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Sampel dalam penelitian ini adalah sarana dan prasarana pendidikan olahraga dan 30 siswa. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kondisi sarana dan prasarana tiapcabang olahraga tidak sama, baik untuk cabang senam, atletik maupun cabang permainan. Data hasil analisis sarana memiliki presentase 70,2% atau berada dalam kategori ideal sedangkan data hasil analisis prasarana memiliki presentase keseluruhan 71,4% atau berada dalam ideal. Maka peneliti menyimpulkan bahwa presentase sarana dan prasarana olahraga 70,8% atau berada dalam kategori ideal. Proses pembelajaran penjas berjalan dengan efektif dibuktikan dengan hasil angket yang menunjukkan bahwa siswa sangat setuju proses pembelajaran penjas di SMA Negeri 1 Pangkep berjalan dengan efektif dengan index angket 97%.

dalam hal ini peneliti menyimpulkan bahwa sarana dan prasarana penjas di SMA Negeri 1 Pangkep tidak mempengaruhi sepenuhnya proses pembelajaran siswa. Melihat hasil penelitian yang dilakukan peneliti yang menyatakan nilai korelasi sarana dan prasarana penjas dengan efektifitas pembelajaran penjas menggunakan SPSS menyatakan bahwa ada korelasi antara sarana dan prasarana dengan efektifitas pembelajaran penjas dengan tingkat keeratan 0,30 atau korelasi rendah.

Pada penelitian yang pernah dilakukan oleh (Prasetya et al., 2019) dengan judul penelitian Survei Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMA Negeri Se-Kabupaten Trenggalek dan penelitian yang lakukan oleh (Sabar, Rizal, & Juhanis, 2019, p. 1) dengan judul penelitian Survei Sarana dan Prasarana Olahraga Terhadap Efektifitas Pembelajaran Penjas Di Sma Negeri 1 Pangkep terdapat perbedaan dari ke dua penelitian relevan tersebut selain pada sampel adapun terletak pada objek penelitian, pada penelitian yang di lakukan oleh Prasetya objek yang di teliti yang yaitu Survei Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan sedangkan pada penelitian yang di lakukan oleh Sabar, Rizal, & Juhanis terdapat tambahan yaitu Survei Sarana dan Prasarana Olahraga Terhadap Efektifitas Pembelajaran Penjas, dan persamaan antara kedua penelitian relevan tersebut terletak pada objek yang di teliti yaitu Survei Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dan keduanya menggunakan instrument penelitian berbentuk angket.

Dari kedua penelitian relevan di atas terdapat perbedaan dengan yang penulis lakukan yaitu pada intrumen penelitian dan sampel penelitian, instrument yang penulis lakukan dengan menggunakan lembar observasi dan sampel pada penelitian penulis yaitu Sekolah Menengah Pertama Negeri se-Kota Tasikmalaya, dan persamaan dari kedua penelitian relevan dengan penelitian yang di lakukan penulis yaitu objek yang di teliti yaitu Survei Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

2.3 Kerangka Konseptual

Menurut Uma dalam buku Sugiyono (2017 p. 60) “mengemukakan bahwa kerangka berpsikir merupakan model konseptual tentang bagaimana teori berhubungan dengan berbagai factor yang diidentifikasikan sebagai masalah penting”

Kerangka konseptual merupakan argumentasi logis untuk sampai pada penemuan jawaban sementara atas masalah yang dirumuskan, Kerangka konseptual berguna untuk mengintegrasikan teori-teori dan hasil penelitian yang terpisah-pisah menjadi satu rangkaian utuh dengan menggunakan logika deduktif yang mengarah pada penemuan jawaban sementara yang disebut hipotesis.

Kerangka konseptual yang disusun dalam penelitian ini yaitu, “sarana prasarana merupakan alat yang sangat membantu dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah. Sarana dan prasarana yang baik dan memadai akan menghasilkan proses kegiatan belajar mengajar pendidikan jasmani dapat berjalan dengan baik. Dengan demikian sarana dan prasarana yang cukup akan membuat siswa dapat mengembangkan potensi dirinya disekolah dengan merasakan sarana dan prasarana yang cukup dan layak”.

Dari penjelasan di atas maka dapat diasumsikan bahwa sarana dan prasarana sangat diperlukan untuk menunjang proses Kegiatan Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan di sekolah sehingga pembelajaran dapat berjalan dengan baik.

2.4 Hipotesis Penelitian

Menurut sugiyono (2017 p. 64) Hipotesis merupakan jawaban sementara dari masalah penelitian. Berdasarkan anggapan dasar yang dikemukakan oleh penulis, maka hipotesis penelitian ini yaitu “terdapat sarana dan prasarana olahraga dalam pelaksanaan mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan di Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kota Tasikmalaya”.