

**EFEKTIVITAS PERAN GURU PJOK WANITA TERHADAP PROSES
PEMBELAJARAN PJOK TINGKAT SMP NEGERI SE-KABUPATEN TRENGGALEK**

SKRIPSI

Oleh

NURUL AWALIYAH

NPM : 2185201001



**SEKOLAH TINGGI KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA (STKIP-PGRI) TRENGGALEK
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI**

2025

**EFEKTIVITAS PERAN GURU PJOK WANITA TERHADAP PROSES
PEMBELAJARAN PJOK TINGKAT SMP NEGERI SE- KABUPATEN TRENGGALEK**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh Gelar

Sarjana Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Oleh

NURUL AWALIYAH

NPM : 2185201001

**SEKOLAH TINGGI KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA (STKIP-PGRI) TRENGGALEK
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI**

2025

MOTTO

Di balik ujian dan cacian, aku tetap melangkah. Karena aku percaya, usaha tidak akan mengkhianati hasil, dan takdir Tuhan akan mengiringi setiap perjuangan dengan kesuksesan di waktu yang tepat.

PERSEMBAHAN

Dengan rasa syukur yang mendalam kepada Allah SWT, karya ini kupersembahkan untuk Kedua orang tuaku dan keluargaku tercinta, para dosen, sahabat, serta pihak sekolah dari 10 SMP Negeri di Kabupaten Trenggalek yang telah memberi doa, dukungan, dan kesempatan. Dan untuk diriku sendiri, yang telah bertahan, berjuang, dan tidak menyerah hingga titik ini.

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi oleh ;

Nam : Nurul Awaliyah

NPM : 2185201001

Judul : Efektifitas Peran Guru PJOK Wanita Terhadap Proses Pembelajaran
PJOK Tingkat SMP Negeri Se-Kabupaten Trenggalek

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji.

Trenggalek, 5 Juni 2025

Dosen Pembimbing,

Khamim Hariyadi, M.Pd.

NIDN. 0719058802

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi oleh:

Nama : NURUL AWALIYAH

NPM : 2185201001

Judul : Efektifitas Peran Guru PJOK Wanita Terhadap Proses Pembelajaran
PJOK Tingkat SMP Negeri Se-Kabupaten Trenggalek

Telah diuji dan dipertahankan di depan Tim Penguji,
pada tanggal: 19 Juni 2025

Tim Penguji,

1. Ketua : MUHAMMAD SOLEH FUDIN, M.Pd. _____
NIDN : 0722018701

2. Sekretaris : KHAMIM HARIYADI, M.Pd. _____
NIDN : 0719058802

3. Anggota : Drs. SUGENG SULENDRO, M.M. _____
NIDK : 8916790024

Mengesahkan,
Ketua STKIP PGRI Trenggalek

Dr. DWI KUNCOROWATI, M.Pd.
NUPN : 9907006131

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nurul Awaliyah

NPM : 2185201001

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya aku sebagai hasil tulisan atau pikiran saya.

Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Trenggalek, 5 Juni 2025

Yang membuat pernyataan,

Materai 10.000

Nurul Awaliyah

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas hadirat Tuhan Yang Maha Esa, yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian yang berjudul “Efektivitas Peran Guru PJOK Wanita Terhadap Proses Pembelajaran PJOK Tingkat SMP Negeri Se-Kabupaten Trenggalek” ini dengan baik.

Penelitian ini merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan program studi di Jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi STKIP PGRI Trenggalek. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Dr. Kuncorowati, M.Pd. selaku ketua STKIP PGRI Trenggalek
2. Bapak Muhammad Soleh Fudin, M.Pd. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi STKIP PGRI Trenggalek.
3. Bapak Khamim Hariyadi, M.Pd. selaku dosen pembimbing proposal penelitian yang telah memberikan bimbingan, nasehat, saran dan meluangkan waktu hingga terselesainya proposal penelitian ini.
4. Seluruh dosen Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang tidak dapat disebutkan satu persatu, saya ucapkan banyak terimakasih atas ilmu yang bermanfaat dan pengalaman yang sudah diberikan.
5. Pihak sekolah atas segala bentuk dukungan, bimbingan, serta fasilitas yang diberikan sehingga penelitian ini dapat berjalan dengan lancar dan terselesaikan dengan baik.

6. Kedua orang tua saya yaitu Bapak Sutiono dan Ibu Sunarmi yang selalu memberikan perhatian, motivasi, doa dan dukungan dengan sepenuhnya.
7. Seluruh keluarga besar yang telah memberikan dukungan dengan sepenuhnya.
8. Teman-teman satu bimbingan dan semua teman-teman satu prodi yang selalu memberikan bantuan, dukungan dan doa.
9. Semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu per satu namanya yang telah membantu banyak sekali baik secara langsung maupun tidak langsung.

Penulis menyadari bahwa dalam penelitian ini masih terdapat kekurangan dan keterbatasan. Akhir kata, penulis berharap semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang pendidikan.

Trenggalek, 20 mei 2025

Penulis

ABSTRAK

Judul: Efektivitas Peran Guru PJOK Wanita Terhadap Proses Pembelajaran PJOK Tingkat SMP Negeri Se-Kabupaten Trenggalek. Oleh : Nurul Awaliyah, N.P.M : 2185201001 Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, STKIP PGRI Trenggalek.

Kata Kunci : *Guru PJOK Wanita, Efektivitas Pembelajaran, Pembelajaran PJOK*

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan mata pelajaran penting yang mendukung pertumbuhan fisik, psikis, keterampilan motorik, serta membentuk pola hidup sehat siswa. Guru berperan strategis sebagai fasilitator, pendidik, dan teladan dalam keberhasilan pembelajaran. Guru PJOK wanita memiliki tantangan tersendiri dalam mengelola kegiatan belajar, baik di kelas maupun lapangan. Berdasarkan hasil wawancara dengan ketua MGMP PJOK dan guru PJOK wanita menunjukkan adanya masalah yang dihadapi yaitu dalam mengelola perilaku siswa, baik di dalam kelas maupun di lapangan. Siswa cenderung lebih aktif dan sulit dikendalikan, terutama siswa laki-laki yang kadang bersikap tidak serius, sehingga mengganggu kelancaran pembelajaran. Penelitian ini bertujuan mengetahui efektivitas peran guru PJOK wanita terhadap proses pembelajaran di SMP Negeri se-Kabupaten Trenggalek tahun 2024-2025.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan survei untuk memperoleh data mengenai efektivitas peran guru PJOK wanita. Instrumen utama berupa kuesioner yang disusun berdasarkan indikator variabel tunggal. Populasi penelitian mencakup 1.035 siswa dari 10 SMP Negeri, dengan sampel sebanyak 289 siswa yang ditentukan melalui rumus Slovin dan proportional sampling. Kuesioner telah diuji validitas dan reliabilitasnya, menghasilkan 23 item valid dengan koefisien reliabilitas $\alpha = 0,896$. Data dianalisis secara deskriptif menggunakan SPSS versi 25 untuk melihat kecenderungan efektivitas guru PJOK wanita dalam pembelajaran.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa peran guru PJOK wanita dinilai sangat efektif. Nilai rata-rata efektivitas sebesar 80,18 dengan standar deviasi 7,378. Indikator penyusunan pembelajaran berpusat pada siswa memperoleh rata-rata 7,03 (69% sangat setuju). Pembelajaran menarik dan relevan mendapat rata-rata 14,12 (85% sangat setuju), dan peningkatan motivasi siswa 14,11 (83% sangat setuju). Penerapan pendekatan pembelajaran memiliki rata-rata 10,06, dengan mayoritas menyatakan setuju (61%) dan sangat setuju (37%). Indikator kemajuan akademik dan pembentukan karakter mencatat rata-rata 17,51 (68% sangat setuju), sedangkan evaluasi pembelajaran sebesar 17,35, didominasi 65% yang sangat setuju.

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa peran guru PJOK wanita dalam proses pembelajaran di SMP Negeri se-Kabupaten Trenggalek tergolong sangat efektif, ditunjukkan oleh pencapaian rata-rata skor tinggi pada setiap indikator. Oleh karena itu, guru PJOK wanita diharapkan terus meningkatkan kompetensinya, sekolah perlu memberikan dukungan sarana dan pelatihan, serta peneliti selanjutnya disarankan memperluas kajian dengan variabel atau metode yang lebih beragam untuk memperoleh hasil yang lebih mendalam.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
MOTTO	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK.....	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang Masalah.....	1
1.2. Batasan Masalah	6
1.3. Rumusan Masalah.....	7
1.4. Tujuan Penelitian	7
1.5. Kegunaan Penelitian	7
1.6. Penegasan Istilah	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	11
2.1. Kerangka Teori.....	11
2.2. Hasil Penelitian yang Relevan.....	22
2.3. Kerangka Berfikir	24
2.4. Asumsi	26
BAB III METODE PENELITIAN	28
3.1. Rancangan Penelitian.....	28
3.2. Prosedur Penelitian	29
3.3. Populasi dan Sampel	30
3.4. Identifikasi Variabel Penelitian	32
3.5. Metode dan Instrumen Penelitian	32
3.6. Uji Instrumen.....	36

3.7. Metode Analisis Data.....	38
BAB IV HASIL PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
4.1. Deskripsi Data	Error! Bookmark not defined.
4.2. Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
4.3. Interpretasi.....	Error! Bookmark not defined.
BAB V PENUTUP	Error! Bookmark not defined.
5.1. Kesimpulan.....	Error! Bookmark not defined.
5.2. Saran	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

No.	Judul Tabel	Halaman
Tabel 3.1	Data Sampel	30
Tabel 3.2	Kisi-Kisi Instrumen Penelitian	31
Tabel 3.3	Kriteria Penskoran	34
Tabel 3.4	Penilaian alpha cronbach	35
Tabel 4.1	Distribusi Data Penyusunan Pembelajaran yang Berpusat pada Siswa	40
Tabel 4.2	Distribusi Data Menciptakan Pembelajaran yang Menarik dan Relevan	41
Tabel 4.3	Distribusi Data Meningkatkan Motivasi Siswa	42
Tabel 4.4	Distribusi Data Penerapan Pendekatan Pembelajaran	43
Tabel 4.5	Distribusi Data Kemajuan Akademik dan Pembentukan Karakter	43
Tabel 4.6	Distribusi Data Evaluasi untuk Pembelajaran yang Lebih Baik	44
Tabel 4.7	Distribusi Data Efektivitas Guru PJOK Wanita Terhadap Proses Pembelajaran Olahraga	45
Tabel 4.8	Distribusi Penyusunan Pembelajaran yang Berpusat pada Siswa	46
Tabel 4.9	Distribusi Menciptakan Pembelajaran yang Menarik dan Relevan	48
Tabel 4.10	Distribusi Meningkatkan Motivasi Siswa	50
Tabel 4.11	Distribusi Penerapan Pendekatan Pembelajaran	52
Tabel 4.12	Distribusi Kemajuan Akademik dan Pembentukan Karakter	53
Tabel 4.13	Distribusi Evaluasi untuk Pembelajaran yang Lebih Baik	55
Tabel 4.14	Distribusi Efektivitas Guru PJOK Wanita Terhadap Proses Pembelajaran Olahraga	57

DAFTAR GAMBAR

No.	Judul Gambar	Halaman
Gambar 2.1	Bagan kerangka berfikir	27
Gambar 4.1	Histogram Penyusunan Pembelajaran yang Berpusat pada Siswa	47
Gambar 4.2	Histogram Menciptakan Pembelajara yang Menarik dan Relevan	49
Gambar 4.3	Histogram Meningkatkan Motivasi Siswa	51
Gambar 4.4	Histogram Penerapan Pendekatan Pembelajaran	52
Gambar 4.5	Histogram Kemajuan Akademik dan Pembentukan Karakter	54
Gambar 4.6	Histogram Evaluasi untuk Pembelajaran yang Lebih Baik	56
Gambar 4.7	Histogram Efektivitas Guru PJOK Wanita Terhadap Proses Pembelajaran Olahraga	58

DAFTAR LAMPIRAN

No.	Judul Lampiran	Halaman
1	Lembar Persetujuan Judul	67
2	Surat Balasan SMP Negeri 1 Munjungan	68
3	Surat Izin dari Dinas Pendidikan, Pemuda dan Olahraga	69
4	Hasil Data SPSS	71
5	Kuesioner Penelitian	86
6	Validasi Rujukan	92
7	Dokumentasi Kegiatan	99
8	Riwayat Hidup	102

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (PJOK) merupakan pelajaran penting yang ada di sekolah. Pelajaran ini mengutamakan aktivitas fisik dan pola hidup sehat. Pada dasarnya PJOK adalah media untuk mendorong pertumbuhan psikis, fisik, keterampilan motorik, pengetahuan, penalaran serta kebiasaan menjalankan pola hidup sehat. Guru merupakan salah satu faktor yang mendukung dalam proses pendidikan. Posisi guru PJOK sangat berperan strategis dalam pembelajaran siswa. “Pembelajaran dapat diartikan sebagai upaya sistematis dan sistemik untuk menciptakan lingkungan belajar yang potensial untuk menghasilkan proses belajar yang bermuara pada berkembangnya potensi individu sebagai peserta didik” (Wahab & Rosnawati, 2021). Tujuan utama dari program PJOK adalah memberi kesempatan siswa untuk belajar bagaimana bergerak secara terampil dan cekatan, membantu siswa untuk memadukan keterampilan baru yang dibutuhkan dengan pengetahuan yang dipelajari sebelumnya, meningkatkan kemampuan siswa untuk menggunakan pengetahuan dan keterampilan mereka secara rasional (Winarno, 2006).

Proses belajar mengajar merupakan istilah yang sudah baku dan menyatu dalam konsep guru yang mengajar dan anak didik yang belajar adalah dwi tunggal dalam perpisahan raga jiwa bersatu antara guru dan anak didik (Syahdan, 2021). Pernyataan ini menegaskan bahwa keberhasilan proses pembelajaran sangat

ditentukan oleh hubungan harmonis antara guru dan siswa. Dalam konteks pembelajaran PJOK, guru wanita memiliki efektivitas tersendiri dalam menyampaikan materi, baik di dalam kelas maupun di lapangan. Proses belajar mengajar akan berlangsung secara maksimal apabila dilaksanakan secara efektif dan bermakna, guna mencapai pengembangan pengetahuan, sikap, dan keterampilan yang diharapkan.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan dengan ketua MGMP PJOK, diketahui bahwa tanggung jawab utama seorang guru dalam mendidik siswa meliputi aspek akademik dan karakter. Guru tidak hanya mengajar dan membimbing, tetapi juga menilai kemajuan siswa serta membentuk karakter dan moral mereka. Dalam menciptakan pembelajaran yang efektif, pendekatan yang berpusat pada siswa dianggap sebagai metode yang paling efektif, di mana pembelajaran disesuaikan dengan kebutuhan dan gaya belajar individu. Untuk memotivasi siswa yang kurang tertarik, guru menciptakan pembelajaran yang menarik dan relevan dengan kehidupan nyata, serta membangun hubungan yang baik dengan siswa. Guru juga memperkuat motivasi intrinsik siswa dengan memberikan tantangan yang sesuai, memberikan apresiasi, dan memperhatikan perkembangan emosional serta sosial siswa. Selain itu, pendidikan karakter menjadi fokus utama, dengan guru berperan sebagai teladan dalam menanamkan nilai-nilai seperti kejujuran, disiplin, empati, dan rasa tanggung jawab.

Dalam rangka menciptakan lingkungan belajar yang kondusif, guru mengelola kelas dengan baik dan menciptakan suasana yang positif serta inklusif. Pengelolaan kelas dilakukan dengan cara menyusun aturan yang jelas,

menggunakan metode pembelajaran yang menarik, dan memberikan umpan balik yang membangun. Guru juga menyadari pentingnya mengenal latar belakang siswa untuk bisa mengadaptasi pendekatan pembelajaran sesuai dengan kebutuhan masing-masing. Hal ini dilakukan melalui komunikasi terbuka dengan siswa, orang tua, dan masyarakat, serta pemahaman tentang gaya belajar siswa yang berbeda. Dalam menghadapi tantangan seperti perbedaan kemampuan dan latar belakang siswa, masalah disiplin, penggunaan teknologi, dan kurangnya dukungan orang tua, guru menerapkan pendekatan pembelajaran yang diferensiasi dan memberikan pendampingan tambahan bagi siswa yang membutuhkan.

Berdasarkan hasil wawancara menunjukkan bahwa sistem pendidikan saat ini perlu diperbaiki agar dapat mendukung peran guru lebih efektif. Untuk itu, pengurangan beban administratif dan peningkatan kesejahteraan guru menjadi hal yang penting. Selain itu, penyusunan kurikulum yang relevan dengan kebutuhan siswa serta penyediaan fasilitas yang lebih memadai menjadi perhatian utama. Pendidikan karakter, kesehatan mental siswa, dan penggunaan pendekatan pembelajaran inovatif harus dijadikan fokus agar siswa dapat berkembang tidak hanya dari segi akademik, tetapi juga pribadi. Oleh karena itu, kolaborasi yang lebih baik antara guru, orang tua, dan masyarakat sangat diperlukan untuk menciptakan lingkungan belajar yang kondusif bagi perkembangan siswa secara menyeluruh.

Efektivitas pembelajaran merupakan ukuran keberhasilan dari proses interaksi antara siswa dengan siswa maupun siswa dengan guru dalam situasi edukatif untuk mencapai tujuan pembelajaran (Rohmawati, 2015). Untuk mencapai pembelajaran yang maksimal, efektivitas pembelajaran sangat diperlukan

keefektifan proses pembelajaran berkenaan dengan jalan, upaya teknik dan strategi yang digunakan dalam mencapai tujuan secara optimal tepat dan cepat (Rahmi, 2013). Mata pelajaran PJOK merupakan pelajaran wajib yang ada di sekolah mulai dari tingkat SD (Sekolah Dasar), SMP (Sekolah Menengah Pertama), SMA/SMK (Sekolah menengah atas / Kejuruan). Di kabupaten Trenggalek terdapat 50 sekolah tingkat SMPN. Pada setiap SMPN masing-masing memiliki Guru PJOK, dari total keseluruhan 50 SMPN terdapat 68 Guru PJOK. Terbagi menjadi Guru PJOK Perempuan dan Laki-laki. Guru PJOK Laki-laki berjumlah 58 orang, sedangkan Guru PJOK Wanita berjumlah 10 orang

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan menurut salah satu guru PJOK wanita di SMP Negeri 1 Panggul, guru PJOK wanita di Kabupaten Trenggalek masih mengalami beberapa kendala dalam proses pembelajaran baik didalam kelas maupun di lapangan, misalnya siswa SMP baik laki laki maupun perempuan masih banyak yang sulit untuk dikontrol atau diatur saat jam pelajaran didalam kelas, dikarenakan kebanyakan siswa lebih menyukai pembelajaran di lapangan dibanding didalam kelas. Selain itu, dalam kegiatan pembelajaran di lapangan, guru wanita sering menghadapi tantangan tersendiri, khususnya dalam mengelola perilaku siswa laki-laki yang terkadang menunjukkan sikap kurang serius atau bersikap menggoda, sehingga dapat mengganggu konsentrasi dan kelancaran proses pembelajaran.

Dalam penelitian ini, peneliti mengacu pada penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian yang akan dilakukan. Berikut ini beberapa hasil penelitian yang relevan yang dijadikan bahan telaah bagi peneliti. Berikut adalah

uraian dua penelitian terdahulu dalam bentuk paragraf, beserta analisis relevansi dan keterbaruan penelitian Anda:

Penelitian relevan pertama dilakukan oleh Lubis (2024) dengan judul “Peran Guru PJOK dalam Meningkatkan Minat Belajar Penjaskes”. Penelitian ini menggambarkan bagaimana peran guru PJOK berkontribusi dalam meningkatkan minat belajar siswa di SMP 7 Tanjung Jabung Timur. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif serta teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi, penelitian ini menunjukkan bahwa guru berperan penting sebagai pendidik, fasilitator, mediator, sumber belajar, serta teladan dalam menciptakan lingkungan pembelajaran yang kondusif. Guru juga berperan dalam memberikan bimbingan dan motivasi kepada siswa. Meskipun penerapan peran guru di sekolah tersebut dinilai baik, penelitian ini tetap mencatat adanya tantangan, terutama dalam pemahaman materi oleh siswa. Relevansi penelitian ini terletak pada fokusnya terhadap peran guru PJOK dalam proses pembelajaran, namun tidak secara khusus membahas peran guru PJOK wanita.

Penelitian kedua dilakukan oleh Moh.Turi Suroto (2024) “Analisis Keterampilan Mengajar Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) melalui Kegiatan Lesson Study dan Open Class Tahun Pelajaran 2023/2024”. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peningkatan keterampilan mengajar guru PJOK melalui kegiatan Lesson Study dan Open Class. Penelitian dilaksanakan di SD Negeri Karangayam 2 Sampang dengan melibatkan seorang guru model, tiga guru pengamat, dan 24 siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterampilan mengajar guru mengalami peningkatan yang signifikan, dengan skor

penilaian dari siswa mencapai rata-rata 2.94 (kategori baik) dan dari guru pengamat sebesar 38.33 (kategori sangat baik). Penelitian ini menegaskan pentingnya peningkatan keterampilan guru dalam memastikan efektivitas pembelajaran PJOK. Meskipun demikian, penelitian ini tidak secara eksplisit mengkaji peran guru wanita, melainkan lebih menitikberatkan pada metode pengembangan profesional guru secara umum.

Berdasarkan kedua penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa meskipun keduanya relevan dalam membahas peran dan keterampilan guru PJOK, belum ada penelitian yang secara khusus menyoroti efektivitas peran guru PJOK wanita dalam proses pembelajaran. Oleh karena itu, kebaruan dalam penelitian ini terletak pada fokusnya terhadap guru PJOK wanita sebagai subjek utama, serta pengambilan sampel yang lebih luas, yaitu guru PJOK wanita di SMP Negeri se-Kabupaten Trenggalek.

1.2. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti dapat menyajikan Fokus Penelitian sebagai berikut:

1. Kendala yang dihadapi guru PJOK, terutama guru wanita, dalam mengelola kelas dan siswa, baik di dalam kelas maupun di lapangan, termasuk kesulitan mengontrol siswa yang lebih tertarik pada aktivitas luar kelas dan menghadapi siswa yang menggoda guru.
2. Tantangan guru PJOK dalam aspek akademik dan karakter siswa, termasuk menciptakan pembelajaran efektif berpusat pada siswa dan memotivasi siswa yang kurang tertarik pada pelajaran.

1.3. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah di atas maka peneliti dapat menyajikan rumusan masalah yaitu bagaimana efektivitas peran guru PJOK wanita terhadap proses pembelajaran PJOK pada siswa di SMP Negeri Se-Kabupaten Trenggalek?

1.4. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka peneliti dapat menuliskan tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui efektivitas peran guru PJOK wanita terhadap proses pembelajaran PJOK pada Siswa di SMP Negeri Se–Kabupaten Trenggalek.

1.5. Kegunaan Penelitian

1.5.1. Bagi Peneliti

Hasil Penelitian ini dapat dijadikan pengalaman oleh penulis dalam menambah wawasan serta meningkatkan kemampuan dalam menyusun penelitian mengenai Efektifitas Guru PJOK Wanita Terhadap Proses Pembelajaran Siswa Tingkat SMP Di SMPN Se – Kabupaten Trenggalek.

1.5.2. Bagi Sekolah

Hasil Penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber informasi dan Referensi bagi pendidik atau guru maupun siswa mengenai Efektifitas Guru PJOK Wanita Terhadap Proses Pembelajaran Siswa Tingkat SMP Di SMPN Se – Kabupaten Trenggalek.

1.5.3. Bagi Masyarakat

Menambah pengetahuan kepada Masyarakat mengenai Efektifitas

Guru PJOK Wanita Terhadap Proses Pembelajaran Siswa Tingkat SMP Di SMPN Se – Kabupaten Trenggalek.

1.6. Penegasan Istilah

Agar tidak terjadi kesalahan persepsi tentang judul, maka perlu ada penegasan arti dan makna judul tersebut, penegasan tersebut dalam penegasan istilah sebagai berikut :

1.6.1 Efektivitas Pembelajaran

Efektivitas pembelajaran merupakan ukuran keberhasilan dari proses interaksi antara siswa dengan siswa maupun siswa dengan guru dalam situasi edukatif untuk mencapai tujuan pembelajaran (Rohmawati, 2015). Efektivitas pembelajaran dalam penelitian ini bertujuan agar peserta didik mampu menyerap, memahami, dan menerapkan ilmu pengetahuan, keterampilan dan nilai-nilai yang diajarkan dengan baik.

1.6.2 Guru PJOK

Guru PJOK adalah orang yang memiliki kemampuan merancang program pembelajaran serta mampu menata dan mengelola kelas agar peserta didik dapat belajar dan pada akhirnya dapat mencapai tingkat kedewasaan sebagai tujuan akhir dari proses pendidikan. (Hamzah B Uno 2016:15) Dalam (Sampetondok, 2021). Guru berperan penting dalam proses pembelajaran, membantu siswa dalam mengembangkan potensi diri, baik dalam hal pengetahuan, keterampilan, maupun karakter. Guru PJOK dalam penelitian ini adalah guru perempuan yang mengampu mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di tingkat SMP Negeri se-

Kabupaten Trenggalek pada Tahun Ajaran 2024/2025. Data mengenai guru dikumpulkan melalui data sekolah dan dijadikan sebagai subjek untuk mengisi angket penelitian.

1.6.3 Pembelajaran

Pembelajaran adalah upaya secara sistematis yang dilakukan guru untuk mewujudkan proses pembelajaran berjalan secara efektif dan efisien yang dimulai dari Perencanaan, Pelaksanaan dan Evaluasi (Aqib) Dalam (Wahab & Rosnawati, 2021) Dengan pembelajaran bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan sikap siswa. Pembelajaran dalam penelitian ini mencakup proses guru PJOK wanita dalam merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan belajar mengajar PJOK di dalam maupun luar kelas. Aspek-aspek ini dijadikan dasar dalam penyusunan item angket yang akan dijawab oleh responden untuk mengukur efektivitas peran guru PJOK wanita.

1.6.3 Sekolah Menengah Pertama (SMP)

Sekolah Menengah Pertama (SMP) adalah satuan pendidikan formal jenjang menengah pertama yang diperuntukkan bagi peserta didik berusia sekitar 13–15 tahun, setelah lulus dari sekolah dasar (SD), sebagaimana diatur dalam sistem pendidikan nasional. SMP dalam penelitian ini adalah seluruh SMP Negeri yang berada di wilayah Kabupaten Trenggalek, tempat guru PJOK wanita yang menjadi subjek penelitian mengajar. Unit sekolah ini menjadi lokasi pengambilan data melalui angket yang disebarkan kepada guru PJOK wanita aktif.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

2.1. Kerangka Teori

Kerangka teori merupakan uraian ringkas tentang teori yang digunakan dan cara menggunakan teori itu dalam menjawab penelitian. (Sari Annita, lin suryaningsih, 2023).

2.1.1 Efektivitas

2.1.1.1. Pengertian Efektivitas

Efektivitas berasal dari kata “efek” yang berarti hubungan sebab akibat, efektivitas menjadi suatu sebab bagi variable lain. Sedangkan dalam Bahasa Inggris “*effective*” artinya berhasil atau sesuatu yang dilakukan berhasil dengan baik. Efektivitas merupakan suatu ukuran atau tingkat keberhasilan guna mencapai tujuan yang sudah ditentukan. Suatu usaha dikatakan efektif jika usaha tersebut mencapai tujuan secara ideal. “Efektivitas merupakan unsur pokok untuk mencapai tujuan atau sasaran yang telah di tentukan” (S.Fitriani, 2022). Efektivitas menunjukkan keberhasilan dari segi tercapai tidaknya sasaran yang telah ditetapkan. Jika hasil kegiatan semakin mendekati sasaran, berarti makin tinggi efektivitasnya (Febri, 2013).

Efektivitas merupakan kesesuaian tugas antara orang-orang yang melaksanakan tugas dengan sasaran yang dicapai. Efektivitas menekankan pada hasil yang dicapai, sehingga menjadi gambaran seberapa jauh target dapat tercapai yang dilihat dari kualitas yang memadai. Efektivitas adalah pemanfaatan sumber

daya, sarana dan prasarana dalam jumlah tertentu yang secara sadar ditetapkan sebelumnya untuk menghasilkan sejumlah barang atas jasa kegiatan yang dijalankannya (Febri, 2013).

Kesimpulannya yaitu efektivitas adalah ukuran keberhasilan dalam mencapai tujuan yang telah ditentukan, yang mencerminkan sejauh mana suatu usaha atau proses dapat menghasilkan hasil yang sesuai dengan sasaran. Efektivitas menekankan pada pencapaian tujuan secara ideal melalui kualitas yang memadai, dengan hasil yang mendekati sasaran menunjukkan tingkat efektivitas yang tinggi. Secara umum, efektivitas dapat dipahami sebagai pengukuran sejauh mana tujuan tercapai, yang mencakup upaya bersama dalam mencapai sasaran yang diinginkan, seperti yang diungkapkan oleh para ahli seperti Handyaningrat dan Gibson. Dengan demikian, efektivitas menggambarkan pencapaian tujuan atau keberhasilan suatu upaya.

2.1.1.2. Unsur-unsur Efektivitas

Efektivitas memiliki unsur-unsur yang digunakan sebagai pembangun Efektivitas itu sendiri. Unsur-unsur itu digunakan sebagai pendukung tercapainya efektivitas. Makmur dalam (E.ismawati, 2020) dari segi kriteria efektifitas unsur-unsurnya antara lain:

1. Ketepatan waktu merupakan suatu hal yang sangat penting, dan tidak akan bisa datang kembali, waktu sangat mempengaruhi tingkat keberhasilan dan kegagalan dari suatu organisasi. Oleh karena itu, perlu adanya penggunaan waktu dengan semaksimal mungkin agar tercapai efektifitas.

2. Ketepatan perhitungan biaya merupakan hal yang sangat penting dalam pelaksanaan kegiatan, biaya juga sangat mempengaruhi kelancaran dari kegiatan suatu organisasi, kurangnya jumlah pendanaan atau biaya dapat menghambat kegiatan organisasi, sehingga dapat menimbulkan ketidak efektifan.
3. Ketepatan dalam pengukuran, setiap kegiatan pasti memiliki ukuran, guna menentukan porsi pendukung yang akan digunakan, oleh kaena itu perlu adanya ketepatan dalam pengukuran agar tercipta efektifitas.
4. Ketepatan dalam menentukan pilihan akan menimbulkan penyesalan di kemudian hari. Oleh karena itu perlu dilakukan pemilihan pilihan-pilihan yang tepat agar tercapai efektifitas.
5. Ketepatan berfikir, manusia dianugrahi otak oleh Tuhan untuk berfikir, sehingga harus dimanfaatkan dengan sebaikbaiknya. Salah satunya yaitu dengan berfikir dengan tepat untuk mencapai suatu tujuan yang telah ditetapkan dan ingin di capai.
6. Ketepatan dalam melakukan perintah, keberhasilan aktifitas organisasi juga tidak dapat lepas dari peranan kepemimpinan. Dimana pemimpin tersebut memberikan perintah harus jelas dan mudah dipahami, sehingga dapat dilakukan dengan mudah.
7. Ketepatan sasaran, terdapat sasaran yang sifatnya untuk jangka pendek maupun jangka panjang, pemilihan sasaran dalam jangka waktu yang tepat akan mendukung teriptanya suatu efektifitas.
8. Ketepatan dalam menentukan tujuan dengan jelas akan mendukung kegiatan organisasi untuk mencapai efektifitas, karena dengan tujuan yang jelas, maka

proses pencapaian tujuan akan terarah dan dapat dilakukan dengan mudah sesuai dengan tujuan yang hendak di capai.

Efektivitas dalam suatu organisasi atau kegiatan dipengaruhi oleh berbagai unsur yang saling mendukung, baik yang berupa sumber daya manusia maupun sumber daya non-manusia, serta hasil yang dicapai sesuai dengan tujuan yang telah ditentukan. Dalam mencapai efektivitas, penting untuk memadukan sumber daya yang ada dengan manajemen yang baik, termasuk perencanaan, pengorganisasian, pergerakan, dan pengawasan. Selain itu, ketepatan waktu, biaya, pengukuran, pilihan, pemikiran, perintah, sasaran, dan tujuan merupakan elemen penting yang harus dipertimbangkan agar kegiatan dapat berjalan secara efektif. Dengan demikian, efektivitas akan tercapai apabila seluruh unsur tersebut diatur dan diterapkan dengan tepat untuk mencapai tujuan yang jelas dan terarah.

2.1.1.3. Ciri-Ciri Efektivitas

Keefektifan suatu pembelajaran merupakan keterkaitan tujuan dan hasil dari pembelajaran. Pembelajaran dinyatakan efektif apabila tujuan pembelajar yang dirancang telah tercapai. Anisa dalam Hafisuddin Eggen dan Kauchak dalam Hafizzudin, menyatakan bahwa pembelajaran dinyatakan efektif apabila siswa secara aktif dilibatkan dalam sebuah penemuan informasi atau pengetahuan dan pengorganisasian, sehingga siswa tidak hanya menerima pengetahuan dalam pembelajaran dari guru secara pasif. Dengan pembelajaran tersebut siswa diharapkan dapat meningkatkan pemahaman dan kemampuan berfikirnya. Adapun ciri-ciri efektivitas menurut Muhaimin dalam (Khoirun Nisa, 2017) bahwasannya efektivitas pembelajaran dapat diukur melalui:

1. Kecermatan penguasaan kemampuan atau perilaku siswa.
2. Kecepatan unjuk kerja sebagai bentuk hasil belajar.
3. Kesesuaian dengan prosedur kegiatan belajar yang harus ditempuh.
4. Kuantitas hasil akhir yang dapat dicapai.
5. Tingkat kemampuan siswa sebelum dan sesudah belajar dilaksanakan.
6. f. Tingkat potensi belajar atau kemampuan yang dapat dikembangkan setelah siswa mendapatkan pembelajaran.

2.1.2 Guru PJOK

2.1.2.1. Pengertian Guru PJOK

Guru adalah suatu profesi, yaitu suatu jabatan yang memerlukan keahlian khusus sebagai Guru dan tidak dapat dilakukan oleh sembarang orang diluarpendidikan. Guru merupakan orang yang harus di gugu dan di tiru, dalam arti orang yang mempunyai wibawa hingga perlu untuk di tiru dan di teladan. Kajian tentang pendidikan mencakup beberapa hal pokok anantara lain pengertian dan sebuah istilah pendidik, kompetensi pendidik, kedudukan pendidik, hakikat tugas dan tanggung jawab guru, profesionalisme guru, organisasi profasi, dan kode etik guru.

Guru PJOK adalah seorang pendidik profesional yang menguasai pengetahuan di bidang pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (Wicaksono & Prihanto, 2017). Guru merupakan suatu profesi, yaitu suatu jabatan yang memerlukan keahlian khusus sebagai guru dan tidak dapat dilakukan sembarang orang di luar pendidikan (Pokhrel, 2024).

Guru PJOK merupakan seorang pendidik profesional yang memiliki kompetensi khusus dalam bidang pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan, dengan tanggung jawab utama untuk mengembangkan karakter siswa melalui pembelajaran yang mencakup aspek fisik, pengetahuan, keterampilan, serta nilai-nilai moral. Sebagai seorang pendidik, guru PJOK tidak hanya mengajarkan keterampilan motorik, tetapi juga berperan dalam menginternalisasikan nilai-nilai karakter seperti kejujuran, disiplin, sportifitas, dan tanggung jawab, yang mendukung pembentukan sikap mental yang baik dan gaya hidup sehat siswa. Dengan demikian, guru PJOK memiliki peran penting dalam membentuk perkembangan fisik, intelektual, dan karakter siswa secara menyeluruh, serta mengarahkan mereka untuk menjadi pribadi yang sehat, disiplin, dan bertanggung jawab.

2.1.2.2. Peran Guru PJOK

Peran guru PJOK mampu menunjang informasi yang komplit dan efektif mengenai materi motorik dasar dengan cara menjelaskan pemahaman tentang fungsi gerak motorik dasar serta tujuan dari pembelajaran motorik dasar. Materi yang disampaikan dapat dilakukan melalui memperlihatkan gambar-gambar atau video sesuai permainan yang menarik. Guru PJOK memberikan contoh praktek langsung terhadap peserta didik dan memakai buku siswa dengan membaca dan mengenal potensi yang dimiliki oleh setiap siswa (Amiruddin et al., 2024). Peran guru PJOK sangat penting dalam menyampaikan materi motorik dasar secara efektif melalui penjelasan, media visual, praktek langsung, dan pengenalan potensi siswa, untuk mendukung pemahaman dan keterampilan gerak motorik dasar.

Peran guru PJOK sangat berpengaruh dalam pembentukan karakter siswa, di mana guru PJOK dan guru kelas memiliki tanggung jawab penting dalam mendidik karakter siswa (Sampetondok, 2021). Guru harus menjadi suri teladan yang baik, menanamkan nilai-nilai positif seperti disiplin, tanggung jawab, dan kerjasama dalam setiap pembelajaran. Dengan memberikan contoh yang baik, guru membantu siswa menginternalisasi nilai-nilai tersebut, yang berguna dalam kehidupan sehari-hari mereka dan mendukung perkembangan pribadi serta sosial siswa.

Peran guru PJOK sangat vital dalam menyampaikan materi motorik dasar secara efektif, yang tidak hanya melibatkan penjelasan tentang fungsi dan tujuan gerak motorik dasar, tetapi juga penggunaan media visual seperti gambar atau video untuk menarik minat siswa. Melalui contoh praktek langsung dan pengenalan potensi siswa, guru PJOK dapat memastikan bahwa setiap siswa memahami dan menguasai keterampilan motorik dasar dengan cara yang menyenangkan dan mendidik. Hal ini memperlihatkan betapa pentingnya pendekatan yang beragam dalam mengajar untuk mendukung proses pembelajaran yang lebih efektif dan menyeluruh.

Selain itu, peran guru PJOK dalam pembentukan karakter siswa juga sangat berpengaruh. Guru PJOK, bersama dengan guru kelas, memiliki tanggung jawab besar dalam mendidik karakter siswa dengan menjadi teladan yang baik. Melalui penerapan nilai-nilai positif seperti disiplin, tanggung jawab, dan kerjasama, guru dapat membantu siswa tidak hanya mengembangkan keterampilan fisik, tetapi juga karakter yang kuat. Dengan memberikan contoh yang baik, guru PJOK berperan

dalam membantu siswa menginternalisasi nilai-nilai tersebut, yang akan berpengaruh positif dalam kehidupan pribadi, sosial, dan akademis mereka.

2.1.2.3. Tugas dan Fungsi Guru PJOK

Berikut tugas dan fungsi guru PJOK dalam pembelajaran diantaranya:

1. Memahami pengetahuan PJOK sebagai bidang studi.
2. Memahami karakteristik anak didiknya.
3. Mampu memberikan kesempatan kepada anak didiknya untuk aktif dan kreatif dalam pembelajaran PJOK dan mampu menumbuhkembangkan potensi kemampuan motorik dan keterampilan motorik.
4. Mampu memberikan bimbingan dan memberikan potensi anak didik dalam proses pembelajaran untuk mencapai tujuan PJOK.
5. Mampu merencanakan, melaksanakan, mengendalikan dan menilai, serta mengoreksi dalam proses pembelajaran PJOK.
6. Memiliki pemahaman dan penguasaan keterampilan kemampuan keterampilan motorik.
7. Memahami pemahaman tentang unsur-unsur kondisi fisik.
8. Memiliki kemampuan untuk menciptakan, mengembangkan dan memanfaatkan lingkungan yang sehat dan upaya mencapai tujuan PJOK.
9. Memiliki kemampuan untuk mengidentifikasi potensi anak didik dalam berolahraga.
10. Memiliki kemampuan untuk menyalurkan hobinya dalam berolahraga (Prawito, 2011).

2.1.3 Proses Pembelajaran

2.1.3.1. Pengertian Proses Pembelajaran

Kata Pembelajaran merupakan perpaduan dari dua aktivitas belajar dan mengajar. Aktivitas belajar secara metodologis cenderung lebih dominan pada peserta didik, sementara mengajar dilakukan oleh guru, istilah pembelajaran adalah ringkasan dari kata belajar dan mengajar. Secara psikologis pengertian pembelajaran ialah suatu proses yang dilakukan oleh individu untuk memperoleh suatu perubahan perilaku secara menyeluruh, sebagai hasil interaksi individu dengan lingkungannya. Pembelajaran merupakan suatu proses yang dilakukan oleh para guru dalam membimbing, membantu, dan mengarahkan peserta didik untuk memiliki pengalaman belajar. Pembelajaran adalah kegiatan yang didalamnya terkandung dua unsur pokok, yaitu unsur kegiatan guru dan siswa (Nadzir, 2016). Proses pembelajaran adalah suatu kegiatan yang bernilai edukatif. Nilai edukatif ini mewarnai interaksi yang terjadi antara pendidik dan peserta didik (Adolph, 2016).

Pembelajaran merupakan proses perubahan yang dilakukan secara sadar dan disengaja yang dimaksud menunjuk pada adanya suatu kegiatan yang sistematis dalam upaya menciptakan suatu perubahan dalam diri individu menuju kehal yang baik. Selama proses pembelajaran terjadi maka peserta didik akan terlibat dalam berbagai hal yang terkait dengan pembelajaran, dan semua perubahan yang terjadi bukan berarti sebagai suatu pembelajaran, perubahan dalam pembelajaran dimaksudkan kepada suatu perubahan yang lebih baik.

Pembelajaran merupakan suatu proses interaksi yang sistematis antara guru dan siswa yang bertujuan untuk menciptakan perubahan positif dalam diri peserta

didik, baik dalam aspek pengetahuan, keterampilan, maupun sikap. Proses ini melibatkan aktivitas belajar yang lebih dominan pada peserta didik, sementara guru berperan dalam membimbing dan mengarahkan agar pengalaman belajar yang diberikan dapat menghasilkan perubahan perilaku yang diinginkan. Dengan nilai edukatif yang terkandung di dalamnya, pembelajaran tidak hanya sekadar perubahan, tetapi perubahan yang diarahkan untuk kebaikan dan perkembangan peserta didik secara menyeluruh.

2.1.3.2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Proses Pembelajaran

Pada dasarnya belajar dipengaruhi oleh 2 faktor penting (Adolph, 2016). Faktor-faktor yang mempengaruhi belajar siswa dibedakan menjadi 2 sebagai berikut:

1. Faktor internal, berkaitan dengan diri pribadi siswa atau orang yang sedang belajar. Dalam faktor internal menyangkut 3 komponen yaitu jasmani, psikologis dan faktor kelelahan. Jasmaniah berkaitan dengan kesehatan. Kesehatan akan berpengaruh pada belajar seseorang, bila orang tersebut dalam keadaan sehat orang tersebut akan mampu dan sanggup dalam mengikuti proses belajar dengan baik, berbeda apabila orang tersebut dalam keadaan sakit atau tidak sehat. Kegiatan belajar akan terganggu. Jasmaniah juga berkaitan dengan keadaan fisik seseorang, kondisi fisik tidak selalu dalam keadaan baik dan sempurna, kondisi fisik pada tubuh dapat berubah karena suatu hal misalnya kecelakaan atau memang dari lahir. Kondisi fisik ini dapat berupa buta, tuli, dan lumpuh. Hal ini pastinya akan berpengaruh dan mengganggu belajar seseorang. Biasanya terdapat lembaga yang menyediakan fasilitas

belajar bagi orang yang mengalami cacat fisik. Faktor Psikologis, berkaitan dengan (1) Itelegensi (kecakapan menghadapi, menyesuaikan situasi baru tetap memperdengarkan efektif menggunakan konsep abstrak secara efektif dan mengetahui relasi dan mempelajarinya dengan cepat, (2) Perhatian mengetahui relasi dan mempelajarinya dengan cepat, (3) minat sebagai kecenderungan seseorang untuk tetap memperhatikan dan mengenang beberapa kegiatan, kegiatan tersebut disenangi dan diperhatikan secara terus menerus, (4) bakat (aptitude) adalah kemampuan untuk belajar, dan kemampuan akan terealisasi menjadi kecakapan nyata setelah belajar, (5) motiv yang berkaitan dengan tujuan ini berbentuk dorongan, (6) Kematangan berkaitan dengan perkembangan seseorang untuk menghadapi situasi baru, (7) Kesiapan berkaitan dengan memberikan dengan kematangan apabila matang akan siap melaksanakan kecakapan baru. Faktor Kelelahan, kelelahan merupakan hal yang wajar terjadi. Kelelahan dibagi menjadi dua yaitu kelelahan jasmani dan rohani. Kelelahan jasmani berkaitan dengan kondisi fisik tubuh sedangkan kelelahan rohani berkaitan dengan rasa yang dihadapi seperti bosan dan lesu sehingga membutuhkan minat dan dorongan.

2. Faktor Eksternal, faktor eksternal berasal dari luar individu tersebut. Diantaranya faktor keluarga, faktor sekolah dan masyarakat. Faktor keluarga, keluarga merupakan tempat pertama dimana seorang anak mulai belajar. Keluarga mempunyai peran yang penting dalam membentuk belajar seorang anak. Faktor sekolah, sekolah merupakan lembaga formal yang berfungsi membantu peserta didik dalam mendapatkan pendidikan yang sesuai. Dalam

pendidikan tentunya tidak terlepas dari proses belajar. Belajar dapat dipengaruhi beberapa hal, yaitu metode mengajar, kurikulum, hubungan guru dengan siswa, hubungan peserta didik dengan guru, disiplin sekolah, alat pengajaran, waktu sekolah, dan metode belajar. Faktor masyarakat, masyarakat merupakan faktor luar yang berpengaruh terhadap belajar. Misalnya peserta didik mengikuti kegiatan masyarakat yang positif tetapi jika berlebihan juga tidak baik, media massa, dan bentuk kehidupan masyarakat beragama, jujur, penjudi, pencuri dsb.

2.2. Hasil Penelitian yang Relevan

Ada beberapa hasil penelitian terdahulu yang relevan yang berhubungan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti, yaitu sebagai berikut:

1. Penelitian Lubis (2024) dengan judul “Peran Guru PJOK dalam Meningkatkan Minat Belajar Penjaskes”.

Penelitian ini menggambarkan peran Guru PJOK dalam meningkatkan minat belajar siswa di SMP 7 Tanjung Jabung Timur. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru berperan sebagai pendidik dan pengajar yang memiliki kepribadian kuat dan kemampuan untuk membina perkembangan siswa. Selain itu, guru berfungsi sebagai mediator, sumber belajar, dan fasilitator yang menciptakan lingkungan belajar yang kondusif, serta sebagai model dan teladan yang memberikan bimbingan dan motivasi kepada siswa. Penelitian juga mencatat tantangan dalam pemahaman materi oleh siswa, meskipun penerapan peran guru di sekolah tersebut sudah

baik. Kesimpulannya, peran guru mencakup pengajaran, bimbingan, motivasi, dan evaluasi yang penting untuk membentuk generasi penerus yang berkualitas.

2. Penelitian oleh Moh. Turi; Suroto; Mohammad Zaim Zen (2024) dengan judul “Analisis Keterampilan Mengajar Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) melalui Kegiatan Lesson Study dan Open Class Tahun Pelajaran 2023/2024” (Moh.Turi, Suroto, 2024).

Penelitian ini membahas tentang peningkatan keterampilan mengajar guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di Indonesia melalui kegiatan Lesson Study dan Open Class. Penelitian dilakukan di SD Negeri Karanggayam 2 Sampang dengan melibatkan 24 siswa, satu guru model, dan tiga guru pengamat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa menilai keterampilan guru sebagai "baik" dengan skor rata-rata 2.94, sementara guru pengamat menilai keterampilan tersebut sebagai "sangat baik" dengan skor rata-rata 38.33. Temuan ini menunjukkan bahwa Lesson Study dan Open Class dapat secara efektif meningkatkan kualitas proses pengajaran dan pembelajaran di PJOK. Penelitian ini juga menekankan pentingnya keterampilan guru dalam memastikan pembelajaran yang efektif dan mengusulkan rekomendasi untuk pengembangan profesional guna meningkatkan pendidikan PJOK.

Kedua penelitian tersebut memiliki relevansi yang kuat terhadap penelitian ini karena sama-sama menyoroti peran dan keterampilan guru PJOK dalam meningkatkan kualitas pembelajaran. Penelitian oleh Anno Afriano Lubis dkk.

menunjukkan bahwa peran guru sangat penting dalam membentuk minat dan motivasi siswa melalui berbagai fungsi seperti pendidik, fasilitator, dan teladan, sementara penelitian oleh Moh. Turi dkk menekankan bahwa peningkatan keterampilan mengajar dapat secara signifikan mempengaruhi efektivitas proses belajar mengajar. Temuan dari kedua penelitian ini menjadi landasan teoritis yang mendukung bahwa guru memiliki kontribusi besar terhadap keberhasilan pembelajaran PJOK. Namun, keduanya belum membahas secara khusus mengenai guru PJOK wanita sebagai subjek utama. Oleh karena itu, penelitian ini menghadirkan kebaruan dengan memfokuskan kajian pada efektivitas peran guru PJOK wanita di tingkat SMP, yang belum banyak diteliti sebelumnya, serta menggunakan pendekatan kuantitatif untuk mengukur efektivitas peran tersebut secara lebih sistematis.

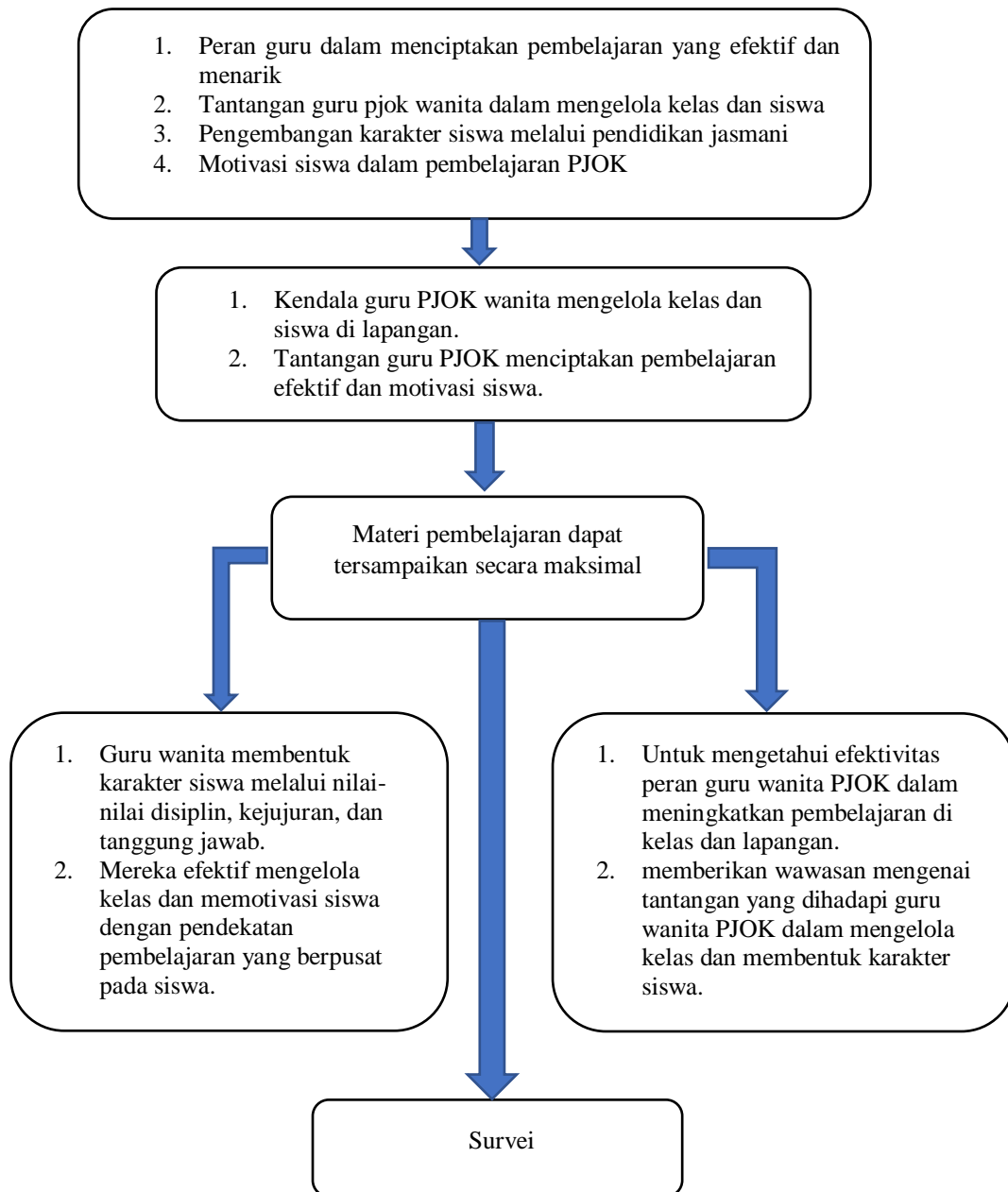
2.3. Kerangka Berfikir

Kerangka berpikir dalam suatu penelitian perlu dikemukakan apabila dalam penelitian tersebut berkenaan dua variabel atau lebih. Kerangka berpikir atau kerangka pemikiran adalah dasar pemikiran dari penelitian yang disintesis dari fakta-fakta, observasi dan kajian kepustakaan (Syahputri et al., 2023). Kerangka berpikir merupakan landasan logis yang menghubungkan teori dengan variabel-variabel penelitian berdasarkan hasil kajian pustaka dan fakta empiris. Melalui kerangka berpikir, peneliti dapat merumuskan alur hubungan antar variabel secara sistematis untuk mendukung arah dan fokus penelitian.

Kerangka berpikir dalam penelitian ini sebagai berikut :

Ditinjau dari latar belakang masalah dan kajian teori maka dapat dituliskan kerangka berpikir dalam penelitian ini yang menjadi dasar pemikiran peneliti. Dalam Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (PJOK) suatu pekerjaan dianggap efektif jika diselesaikan sesuai dengan perencanaan, baik waktu, biaya, maupun mutunya (Kukuh, 2021). Guru merupakan faktor utama dalam tercapainya efektivitas pembelajaran. Pada pembelajaran PJOK guru yang bertugas tidak hanya laki-laki tetapi juga wanita. Dalam penelitian ini peneliti akan melibatkan guru wanita untuk mengetahui seberapa efektif pembelajaran PJOK baik di kelas maupun diluar kelas. Dalam memberikan materi kepada siswa guru PJOK wanita memiliki cara agar pembelajaran pjok dapat berjalan dan efektivitas pembelajaran dapat tercapai. Pada setiap materi yang diajarkan, tentunya setiap guru sudah memiliki rancangan dan tujuan dalam pembelajaran tersebut.

Guru merupakan faktor penting dalam pembelajaran. Pembelajaran dapat efektif apabila tujuan pembelajaran yang dirancang telah tercapai. Pada penelitian ini untuk mengetahui bagaimana efektivitas yang dilakukan oleh guru wanita agar dapat meningkatkan pembelajaran dan mengetahui bagaimana cara yang dilakukan guru PJOK wanita agar pembelajaran didalam kelas dan dilapangan dapat berjalan maksimal. Penelitian ini juga melibatkan siswa untuk mengetahui seberapa jauh efektivitas yang dilakukan oleh guru wanita. Dalam penelitian ini peneliti akan melibatkan siswa untuk mengetahui apakah siswa dapat menerima materi yang diberikan oleh guru PJOK wanita dengan maksimal.



Gambar 2.1 Bagan kerangka berfikir

2.4. Asumsi

Asumsi penelitian atau anggapan dasar ini merupakan suatu gambaran sangkaan, perkiraan, satu pendapat atau kesimpulan. Asumsi adalah pernyataan pernyataan yang diperlukan oleh peneliti sebagai titik tolak atau dasar bagi

penelitiannya (Khomsin, 2008). Asumsi ini berfungsi sebagai landasan atau titik tolak yang mengarahkan peneliti dalam merumuskan masalah, tujuan, dan metodologi penelitian. Dalam konteks pendidikan, asumsi tersebut penting untuk memastikan bahwa penelitian yang dilakukan relevan dengan kondisi pendidikan yang ada serta mendukung pengembangan pengetahuan dan praktik pendidikan yang lebih baik.

Berdasarkan pendapat di atas, maka dapat diambil asumsi dalam penelitian ini adalah:

1. Guru PJOK wanita di SMP Negeri se-Kabupaten Trenggalek memiliki peran yang efektif dalam menunjang proses pembelajaran PJOK.
2. Keberadaan guru PJOK wanita dapat membangun interaksi yang positif dengan siswa sehingga meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa dalam pembelajaran.
3. Pendekatan yang digunakan oleh guru PJOK wanita sesuai dengan kebutuhan dan karakter siswa, baik di dalam kelas maupun di lapangan.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1. Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian merupakan rencana atau strategi dalam pengumpulan, menyajikan dan menganalisis data atau informasi yang valid secara efisien dan efektif tentang masalah yang diteliti (Budiwanto, 2017). Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif adalah penelitian dengan alat untuk olah data menggunakan statistik, oleh karena itu data yang diperoleh dan hasil yang didapatkan berupa angka. Penelitian kuantitatif sangat menekankan pada hasil yang objektif, melalui penyebaran kuisisioner data bisa diperoleh dengan objektif dan diuji menggunakan proses validitas dan reabilitas (Sahir, 2021).

Penelitian ini menggunakan sifat survei. Penelitian survei merupakan penelitian dengan mengumpulkan informasi dari suatu sampel dengan menanyakannya melalui angket atau wawancara untuk menggambarkan berbagai aspek dalam suatu populasi (Maidiana, 2021). Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah melalui kuesioner yang disusun berdasarkan indikator dari masing-masing variabel. Rancangan penelitian survei ini bersifat kuantitatif, di mana peneliti bertujuan untuk memperoleh data numerik mengenai efektivitas peran guru PJOK wanita dalam proses pembelajaran olahraga. Data dikumpulkan dari responden menggunakan instrumen angket, kemudian dianalisis untuk

mengetahui hubungan dan kecenderungan berdasarkan hasil pengukuran variabel yang diteliti.

3.2. Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian kuantitatif merupakan langkah-langkah untuk mengumpulkan data dan menyelesaikan masalah penelitian (Murjani, 2022). Pada penelitian ini peneliti akan membahas tentang populasi dan sampel, identifikasi variabel penelitian, metode dan instrumen pengumpulan data, metode pengumpulan data, instrumen pengumpulan data, metode analisis data. Adapun langkah-langkah penelitiannya sebagai berikut:

1. Persiapan:
 - a. Mengurus surat menyurat terkait melakukan penelitian
 - b. Melakukan studi pendahuluan
 - c. Menyusun proposal penelitian
 - d. Mengurus surat pengantar penelitian
2. Pelaksanaan:
 - a. Penyebaran kuesioner kepada sampel
 - b. Melakukan uji validitas dan reliabilitas
 - c. Melakukan uji analisis deskriptif statistik
 - b. Menganalisis data menggunakan SPSS 2025
3. Pelaporan:
 - a. Menyusun laporan hasil penelitian

3.3. Populasi dan Sampel

3.3.1. Populasi

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2015). Dalam penelitian ini populasi yang digunakan adalah seluruh siswa yang di ajar oleh guru PJOK wanita di 10 SMP Negeri di Kabupaten Trenggalek dengan jumlah 1.035 siswa.

Tabel 3.1 Data Populasi

No	Sekolah	Jumlah Populasi
1	SMPN 2 Durenan	110
2	SMPN 1 Kampak	120
3	SMPN 2 Kampak	15
4	SMPN 1 Karang	130
5	SMPN 2 Karang	70
6	SMPN 1 Munjungan	130
7	SMPN 1 Panggul	60
8	SMPN 3 Panggul	60
9	SMPN 1 Suruh	170
10	SMPN 3 Trenggalek	170
	Jumlah	1.035

3.3.2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2015). Dengan mempertimbangkan keterbatasan peneliti dan metode penelitian yang digunakan, sampel penelitian dipilih 10 SMP Negeri di Kabupaten Trenggalek berdasarkan penentuan jumlah sampel yang

dilakukan pada penelitian ini adalah dengan menggunakan rumus Slovin. Rumus slovin digunakan untuk menentukan ukuran sampel dari suatu populasi dengan tingkat kesalahan tertentu. Sampel diambil berdasarkan jumlah populasi yang berada di 10 SMP Negeri di Kabupaten Trenggalek dengan menggunakan rumus Slovin:

$$n = N / (1 + N(e)^2)$$

Keterangan:

n = jumlah sampel

N = total populasi (1.035 siswa)

e = margin of effort (0,05 atau 5%)

Rumus pembagian ke masing-masing sekolah menggunakan Proportional Sampling yaitu dalam menentukan sampel, peneliti mengambil wakil-wakil dari tiap-tiap kelompok yang ada dalam populasi yang jumlahnya disesuaikan dengan jumlah anggota subjek yang ada di dalam masing-masing kelompok tersebut :

$$n_i = (N_i / N) \times n$$

Keterangan:

n_i = sampel dari sekolah ke-i

N_i = jumlah siswa di sekolah ke-i

N = total populasi (1.035)

n = total sampel (289)

Tabel 3.2 Data Sampel

Sekolah	Sampel (n)
SMPN 2 Durenan	31

Sekolah	Sampel (n)
SMPN 1 Kampak	34
SMPN 2 Kampak	4
SMPN 1 Karanganyar	36
SMPN 2 Karanganyar	20
SMPN 1 Munjungan	36
SMPN 1 Panggul	17
SMPN 3 Panggul	17
SMPN 1 Suruh	47
SMPN 3 Trenggalek	47
10 SEKOLAH	289

3.4. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel penelitian pada dasarnya adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2015). Variable dalam penelitian ini adalah variabel tunggal. Variabel tunggal adalah “Variabel yang hanya mengungkapkan variabel untuk dideskripsikan unsur atau faktor-faktor didalam setiap gejala yang termasuk variabel tersebut, penelitian seperti ini disebut variabel tunggal (Nawawi, 2005). Sehingga variabel tunggal dalam penelitian ini adalah efektivitas peran guru PJOK wanita terhadap proses pembelajaran PJOK.

3.5. Metode dan Instrumen Penelitian

3.5.1. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data merupakan langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data tanpa mengetahui metode pengumpulan data, maka peneliti tidak akan mendapatkan data

yang memenuhi standar data yang diperlukan (Kumara, 2018). Metode pengumpulan data pada penelitian kuantitatif melalui non tes yaitu angket. Angket adalah teknik pengumpulan data dengan cara memberi seperangkat pertanyaan tertulis kepada responden untuk dijawab (Sugiyono dalam (Adi, 2023)). Kuesioner pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas guru PJOK wanita.

Pelaksanaan pengumpulan data penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Menyebarkan kuesioner kepada siswa tingkat SMP Negeri Se-Kabupaten Trenggalek yang di ajar oleh guru PJOK wanita.

3.5.2. Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan untuk mengukur sesuatu yang akan diteliti (Sugiyono, 2015). Dalam penelitian ini, instrument yang digunakan yaitu non tes (kuesioner). Karena pada prinsipnya meneliti adalah melakukan pengukuran, maka harus ada alat ukur yang baik. Langkah-langkah yang dilakukan saat membuat instrumen penelitian adalah sebagai berikut:

1. Analisis variabel penelitian berdasarkan teori-teori yang digunakan sebagai dasar penelitian yang akan digunakan.
2. Menetapkan jenis instrumen serta menentukan indikator variabel yang akan digunakan untuk membuat instrumen penelitian.
3. Membuat kisi-kisi butir soal instrumen.
4. Membuat butir soal berdasarkan faktor dan kisi-kisi yang sudah disusun berdasarkan pertanyaan atau pernyataan.
5. Instrumen harus melewati validitas dari para ahli.

Sebelum menyusun butir-butir pertanyaan yang digunakan dalam variabel penelitian, faktor dan indikator perlu dianalisis untuk menyusun kisi-kisi pertanyaan. Kisi-kisi sangat diperlukan untuk landasan dasar guna menyusun penelitian dan menyusun butir-butir pertanyaan dalam kuesioner. Kisi-kisi instrumen dengan variabel: Efektivitas Guru PJOK Wanita Terhadap Proses Pembelajaran Olahraga Tingkat SMP Negeri Se-Kabupaten Trenggalek. Dalam penelitian ini menggunakan kisi-kisi yang terdiri dari kolom variabel, faktor, indikator, butir soal dan jumlah soal . Adapun kisi-kisi dalam instrumen penelitian sebagai berikut:

Tabel 3.3 Kisi-Kisi Instrumen Penelitian

Variabel	Faktor	Indikator	Butir Soal	Jumlah Soal
Guru PJOK wanita (X)	Perencanaan pembelajaran PJOK	1. Penyusunan pembelajaran yang berpusat pada siswa	1,2,3,4,5	5
	Pelaksanaan pembelajaran PJOK	1. Menciptakan pembelajaran yang menarik dan relevan	6,7,8,9,10	5
		2. Meningkatkan motivasi siswa	11,12,13,14,15	5
		3. Penerapan pendekatan pembelajaran	16,17,18,19,20	5
	Hasil pembelajaran PJOK	1. Kemajuan akademik dan pembentukan karakter	21,22,23,24,25	5

Variabel	Faktor	Indikator	Butir Soal	Jumlah Soal
Pembelajaran PJOK (Y)	Evaluasi pembelajaran	1. Evaluasi untuk pembelajaran yang lebih baik	26,27,28,29,30	5
Keseluruhan jumlah soal				30

Dalam penelitian ini menggunakan skala Likert sebagai skala pengukuran. Skala Likert adalah suatu skala yang digunakan untuk mengukur sikap seseorang terhadap sesuatu (Arikunto, 2013). Ada dua bentuk pertanyaan yang menggunakan Likert yaitu pertanyaan positif untuk mengukur minat positif dan pertanyaan negatif untuk mengukur minat negatif. Pertanyaan positif diberi skor 4,3,2,1 sedangkan pertanyaan negatif diberi nilai 1,2,3,4. Pada instrumen penelitian ini disediakan jawaban berupa kata yang memiliki bobot adalah sebagai berikut:

1. Sangat efektif
2. Efektif
3. Kurang efektif
4. Tidak efektif

Tabel 3.4 Kriteria Penskoran

Jawaban	Skor	
	Positif	Negatif
Sangat setuju	4	1
Efektif	3	2
Cukup efektif	2	3
Kurang efektif	1	4

3.6. Uji Instrumen

3.6.1. Uji Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkatan kevaliditan atau kesahihan suatu instrumen. Instrumen dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang diinginkan. Sebuah instrumen dikatakan valid apabila dapat mengungkapkan data variabel yang diteliti secara tepat (Arikunto, 2005)

Untuk melakukan uji validitas ini menggunakan program SPSS. Teknik pengujian yang sering digunakan para peneliti untuk uji validitas adalah menggunakan korelasi *Bivariate pearson (produk momen pearson)*. Analisis ini dengan cara mengkorelasikan masing-masing skor item dengan skor total. Skor total adalah penjumlahan dari keseluruhan item. Berikut langkah-langkah melakukan uji validitas melalui program SPSS 25:

1. Buka software SPSS, kemudian pada tampilan *Variable View* susun nama dan jenis *variabel* sesuai dengan butir-butir instrumen kuesioner yang digunakan.
2. Lakukan penginputan data dengan menyalin data dari file Excel, lalu paste ke bagian *Data View* di SPSS sesuai dengan jumlah responden.
3. Klik menu *Analyze*, pilih *Correlate*, kemudian klik *Bivariate* untuk memulai uji validitas.
4. Pada jendela *Bivariate Correlations*, pindahkan semua item yang akan diuji ke kolom *Variables* di sebelah kanan.
5. Pilih jenis korelasi Pearson, kemudian centang opsi *Two-tailed* pada bagian *Test of Significance*, lalu klik OK untuk melihat hasil uji validitas.

Dalam menentukan instrumen valid atau tidak adalah dengan ketentuan sebagai berikut:

1. Jika r dihitung lebih dari atau sama dengan r tabel dengan taraf signifikan 0,05 maka instrumen tersebut dinyatakan valid.
2. Jika r hitung kurang dari r tabel dengan taraf signifikan 0,05 maka instrumen tersebut dinyatakan tidak valid.

Dalam penelitian ini, data dikumpulkan melalui penyebaran angket atau kuesioner kepada peserta didik tingkat SMP Negeri se-Kabupaten Trenggalek yang diajar oleh guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) perempuan. Kuesioner yang akan digunakan untuk penelitian sebelumnya sudah diujicobakan pada siswa kelas 7 dari SMP Negeri 2 Kampak dan SMP Negeri 3 Trenggalek dengan jumlah sebesar 30 siswa. Uji coba dilakukan untuk mengetahui apakah kuesioner tersebut layak dan valid untuk digunakan. Dapat diketahui bahwa uji validitas dari 30 nomor kuesioner diperoleh kuesioner valid sebanyak 23 nomor dan kuesioner tidak valid sebanyak 7 nomor. Soal nomor 3, 4, 6, 8, 9, 10, 12, 13, 14, 15, 16, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30 adalah soal valid, sedangkan nomor 1, 2, 5, 7, 11, 17, 18 tidak valid.

3.6.2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas instrumen mengacu pada satu pengertian bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpulan data karena instrumen tersebut sudah baik (Arikunto, 2005). Untuk memperoleh reliabilitas menggunakan rumus Alpha Cronbach. Digunakan untuk mencari

reliabilitas instrumen yang bukan 1 dan 0. Berikut adalah langkah-langkah melakukan uji reliabilitas pada program SPSS 25:

1. Klik menu *Analyze* → *Scale* → *Reliability Analysis*.
2. Pada jendela *Reliability Analysis*, pindahkan seluruh item pernyataan (P) ke kolom *Items*.
3. Pastikan pada bagian *Model* terpilih opsi *Alpha (Cronbach's Alpha)*.
4. Klik *OK* untuk menjalankan uji reliabilitas.

Uji reliabilitas dengan menggunakan rumus *Alpha Cronbach* output SPSS didapat reliabilitasnya sebesar 0.896 dan terletak pada interval $>0,80$ dengan kriteria reliabilitas kuat. Dengan kriteria $<0,50$: reliabilitas rendah, $0,50 - 0,70$: reliabilitas moderat, $>0,70$: reliabilitas mencukupi, $>0,80$: reliabilitas kuat, dan $>0,90$: reliabilitas sempurna. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka kuesioner tersebut termasuk dalam kategori kuat dengan hasil 0,896 (Lampiran).

3.7. Metode Analisis Data

3.7.1. Uji Analisis Deskriptif Statistik

Statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi (Sugiyono, 2019). Dalam statistik deskriptif juga dapat dilakukan mencari kuatnya hubungan antara variabel melalui analisis korelasi, melakukan prediksi dengan analisis regresi, dan membuat perbandingan dengan membandingkan rata-rata data sampel atau populasi.

Statistik deskriptif merupakan metode analisis data yang berfungsi untuk menggambarkan atau mendeskripsikan karakteristik data tanpa melakukan generalisasi ke populasi yang lebih luas. Dengan menggunakan teknik ini, peneliti dapat menyusun gambaran objektif terhadap data yang telah dikumpulkan melalui pengukuran rata-rata, persentase, distribusi frekuensi, dan ukuran dispersi seperti simpangan baku. Statistik deskriptif sangat bermanfaat dalam menyajikan data secara sistematis dan jelas sehingga informasi yang diperoleh dapat dipahami secara menyeluruh.

Melalui penerapan statistik deskriptif, peneliti juga dapat mengidentifikasi pola atau tren dalam data serta melakukan analisis awal sebelum berlanjut ke pengujian statistik yang lebih kompleks. Meskipun tidak digunakan untuk menarik kesimpulan umum terhadap populasi, statistik deskriptif berperan penting dalam memberikan gambaran awal tentang efektivitas suatu variabel, seperti efektivitas peran guru PJOK wanita dalam pembelajaran. Oleh karena itu, analisis ini menjadi tahap fundamental dalam penelitian kuantitatif deskriptif sebagai dasar dalam menyusun interpretasi dan rekomendasi hasil penelitian.

