

**PENGARUH TINGKAT KEBUGARAN JASMANI DAN  
INTENSITAS BELAJAR TERHADAP PRESTASI BELAJAR  
PENDIDIKAN AGAMA ISLAM DAN BUDI PEKERTI KELAS  
X DI SMA NEGERI 11 SEMARANG TAHUN PELAJARAN  
2016/2017**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Tugas dan Melengkapi Syarat  
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan  
dalam Ilmu Pendidikan Agama Islam



oleh:

**JAFAR SODIQ**  
NIM. 123111086

**FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
SEMARANG  
2017**



## PERNYATAAN KEASLIAN

### Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Jafar Sodiq  
NIM : 123111086  
Jurusan : Pendidikan Agama Islam  
Program Studi : Pendidikan Agama Islam  
Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul:

### **PENGARUH TINGKAT KEBUGARAN JASMANI DAN INTENSITAS BELAJAR TERHADAP PRESTASI BELAJAR PENDIDIKAN AGAMA ISLAM DAN BUDI PEKERTI KELAS X DI SMA NEGERI 11 SEMARANG TAHUN PELAJARAN 2016/2017**

Secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri, kecuali bagian tertentu yang dirujuk sumbernya.

Semarang, 14 Juni 2017  
Pembuat Pernyataan,



JAFAR SODIQ  
123111086





KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN

Jl. Prof. Dr. Hamka Kampus II Ngaliyan (024) 7601295 Fax. 7615387 Semarang 50185

PENGESAHAN

Naskah skripsi berikut ini:

Judul : **PENGARUH TINGKAT KEBUGARAN JASMANI DAN INTENSITAS BELAJAR TERHADAP PRESTASI BELAJAR PENDIDIKAN AGAMA ISLAM DAN BUDI PEKERTI KELAS X DI SMA NEGERI 11 SEMARANG TAHUN PELAJARAN 2016/2017**

Penulis : **Jafar Sodik**  
NIM : 123111086  
Jurusan : Pendidikan Agama Islam  
Program Studi : S.1

Telah diujikan dalam sidang munaqosyah oleh Dewan Penguji Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Walisongo dan dapat diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana dalam Ilmu Pendidikan Agama Islam.

Semarang, 21 Juni 2017

DEWAN PENGUJI

Ketua,

**Dr. H. Abdurrahman M. Ag**

NIP: 19691105 199403 1 003

Penguji I,

**Prof. Dr. Hj. Nur Uhbiyati, M.Pd**

NIP: 19520208 197612 2 001

Pembimbing I

**Dr. H. Darmuin, M.Ag**

NIP: 196440424 199303 1

Sekretaris,

**Dr. Hj. Srijatun, M. Si.**

NIP: 19520909 197111 2001

Penguji II,

**Dr. H. Suja'i, M.Pd**

NIP: 19700503 199603 1 003

Pembimbing II,

**Agus Sutiyono, M.Ag**

NIP: 19730710 200501 1004



## NOTA DINAS

Semarang, 14 Juni 2017

Kepada  
Yth. Dekan Ilmu Tarbiyah dan Keguruan  
UIN Walisongo  
di Semarang

*Assalamu 'alaikum wr.wb*

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan :

Judul : **PENGARUH TINGKAT KEBUGARAN JASMANI DAN INTENSITAS BELAJAR TERHADAP PRESTASI BELAJAR PENDIDIKAN AGAMA ISLAM DAN BUDI PEKERTI KELAS X DI SMA NEGERI 11 SEMARANG TAHUN PELAJARAN 2016/2017**

Penulis : Jafar Sodiq  
NIM : 123111086  
Jurusan : Pendidikan Agama Islam  
Program studi : Pendidikan Agama Islam

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Sidang Munaqasyah.

*Wassalamu 'alaikum wr.wb.*

Pembimbing I



**Dr. H. Darmuin, M.Ag**

NIP: 19640424 19930 3 1002



## NOTA DINAS

Semarang, 14 Juni 2017

Kepada  
Yth. Dekan Ilmu Tarbiyah dan Keguruan  
UIN Walisongo  
di Semarang

*Assalamu'alaikum wr.wb*

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan :

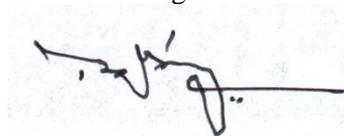
Judul : **PENGARUH TINGKAT KEBUGARAN JASMANI DAN INTENSITAS BELAJAR TERHADAP PRESTASI BELAJAR PENDIDIKAN AGAMA ISLAM DAN BUDI PEKERTI KELAS X DI SMA NEGERI 11 SEMARANG TAHUN PELAJARAN 2016/2017**

Penulis : Jafar Sodiq  
NIM : 123111086  
Jurusan : Pendidikan Agama Islam  
Program studi : Pendidikan Agama Islam

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Sidang Munaqasyah.

*Wassalamu'alaikum wr.wb.*

Pembimbing II



Agus Sutivono, M.Ag

NIP: 19730710 200501 1004



## ABSTRAK

Judul : **Pengaruh Tingkat Kebugaran Jasmani Dan Intensitas Belajar Terhadap Prestasi Belajar Pendidikan Agama Islam Dan Budi Pekerti Kelas X Di SMA Negeri 11 Semarang Tahun Pelajaran 2016/2017**

Penulis : Jafar Sodiq  
NIM : 123111086

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tentang Pengaruh Tingkat Kebugaran Jasmani Dan Intensitas Belajar Terhadap Prestasi Belajar Pendidikan Agama Islam Dan Budi Pekerti Kelas X. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *survey*, yaitu penelitian yang tujuan utamanya mengumpulkan informasi tentang *variable* dari sekelompok objek (populasi). Sedangkan pendekatannya adalah kuantitatif, kemudian diambil sampel sebanyak 15 % atau sejumlah 70 siswa. Pengumpulan data menggunakan angket dan dokumentasi untuk mengetahui pengaruh tingkat kebugaran dan intensitas belajar terhadap prestasi belajar Pendidikan Agama dan Budi pekerti kelas X di SMA Negeri 11 Semarang.

Semua data di analisis menggunakan teknik analisis korelasi *product moment* yang kemudian di analisis dengan analisis regresi sederhana dan regresi berganda untuk menguji hipotesis yang telah diajukan. Penelitian ini menunjukkan bahwa: (1) Tingkat Kebugaran Siswa termasuk dalam kategori cukup baik. (2) Intensitas Belajar Siswa termasuk katagori cukup baik. (3) Prestasi belajar Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti siswa kelas X di SMA Negeri 11 Semarang termasuk dalam kategori cukup. (4) Terdapat pengaruh yang rendah antara tingkat kebugaran jasmani siswa terhadap prestasi belajar pendidikan agama islam dan budi pekerti siswa di kelas X di SMA Negeri 11 Semarang tahun 2016/2017. (5) Terdapat pengaruh yang signifikan antara intensitas belajar siswa terhadap prestasi belajar pendidikan agama islam dan budi pekerti siswa di kelas X di SMA Negeri 11 Semarang tahun 2016/2017. (6) Terdapat pengaruh yang signifikan antara tingkat kebugaran jasmani siswa ( $X_1$ ) dan intensitas belajar siswa ( $X_2$ ) terhadap prestasi belajar pendidikan agama islam

dan budi pekerti (Y), hasilnya  $F_{hitung} > F_{tabel}$  baik pada taraf  $F_{tabel}$  5% ataupun 1%. Yang artinya terdapat pengaruh yang positif antara tingkat kebugaran jasmani siswa ( $X_1$ ) dan intensitas belajar siswa ( $X_2$ ) terhadap prestasi belajar pendidikan agama islam dan budi pekerti (Y) di SMA Negeri 11 Semarang tahun 2016/2017. Berdasarkan hasilnya hipotesis yang berbunyi “Terdapat pengaruh positif dan signifikan antara tingkat kebugaran jasmani dan intensitas belajar terhadap prestasi belajar Pendidikan Agama Islam dan budi pekerti siswa kelas X di SMA Negeri 11 Semarang” diterima.

## TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Penulisan transliterasi huruf-huruf Arab Latin dalam skripsi ini berpedoman pada SK menteri agama dan menteri pendidikan dan kebudayaan R.I. Nomor: 158/1987 dan Nomor: 0543b/U/1987. Penyimpangan penulisan kata sandang (al-) disengaja secara konsisten supaya sesuai teks arabnya.

ا	A	ط	ṭ
ب	B	ظ	ẓ
ت	T	ع	‘
ث	Ṣ	غ	gh
ج	J	ف	f
ح	H	ق	q
خ	Kh	ك	k
د	D	ل	l
ذ	Ẓ	م	m
ر	R	ن	n
ز	Z	و	w
س	S	ه	h
ش	Sy	ء	’
ص	Ṣ	ي	y
ض	ḍ		

### Bacaan Madd:

ā = a panjang

ī = i panjang

ū = u panjang

### Bacaan Diftong:

au = أو

ai = أي

iy = إي



# KATA PENGANTAR

*Bismillahirrahmanirrahim*

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah *Subhanahu wa Ta'ala* yang telah memberikan limpahan rahmat, taufik, hidayah serta inayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Pengaruh Tingkat Kebugaran Jasmani Dan Intensitas Belajar Terhadap Prestasi Belajar Pendidikan Agama Islam Dan Budi Pekerti Kelas X di SMA Negeri 11 Semarang Tahun ajaran 2016/2017”.

Penulis telah banyak mendapat dukungan moril dan materiil dari berbagai pihak dalam menyusun skripsi ini. Maka dalam kesempatan ini dengan segala hormat penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Walisongo Semarang, Bapak Dr. Raharjo, M. Ed. St.
2. Bapak Drs. H. Mustopa, M.Ag dan Ibu Hj, Nur Asiyah, M.SI Selaku ketua jurusan, sekretaris jurusan Pendidikan Agama Islam Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang telah memberikan ijin penelitian dalam rangka penyusunan skripsi ini.
3. Bapak Dr. H. Darmuin, M. Ag dan Bapak Agus Sutiyono, M.Ag. Selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan motivasi, bimbingan, arahan dan nasehat kepada penulis dalam menyusun skripsi ini.

4. Bapak Drs H. Karnadi, M.Pd Selaku dosen wali yang telah banyak memberikan motivasi, bimbingan, arahan dan nasehat kepada penulis.
5. Bapak/ibu Dosen, pegawai dan seluruh civitas akademika di lingkungan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan kepada penulis.
6. Bapak Drs. Yuwana, M. com Selaku Kepala SMA Negeri 11 Semarang yang telah memberikan izin penelitian kepada penulis.
7. Bapak Maftuhin, M.Ag Selaku guru PAI dan Bapak Purwa Adhi, S. Pd yang telah berkenaan memberikan bantuan, informasi dan waktu kepada penulis untuk melaksanakan penelitian.
8. Kepada keluarga tercinta, khususnya untuk kedua orang tua ku, Bapak Sawal dan Ibu Sumiyem, Kakak-kakaku Fatichatun Nichmah dan Sufwan Durri serta adikku Ahmad Zuhi yang senantiasa memberikan doa, motivasi dan semangat.

Penulis menyadari masih terdapat kekurangan dalam skripsi ini, untuk itu dengan segala kerendahan hati penulis mengharapkan masukan dan kritik untuk perbaikan. Mudah-mudahan skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan pembaca sekalian pada umumnya.

Semarang, 15 Juni 2017

**Jafar Sodiq**  
NIM. 123111086

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN .....	ii
PENGESAHAN .....	iii
NOTA PEMBIMBING .....	iv
ABSTRAK .....	vi
TRANSLITERASI.....	viii
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL .....	xiv
DAFTAR GAMBAR .....	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian .....	5
<b>BAB II LANDASAN TEORI TINGKAT KEBUGARAN, INTENSITAS BELAJAR, PRESTASI BELAJAR DAN PENDIDIKAN AGAMA ISLAM</b>	
A. Deskripsi Teori .....	9
1. Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa .....	9
a. Pengertian Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa.....	9
b. Beberapa Unsur Utama Kebugaran Jasmani .....	13
c. Manfaat Kebugaran .....	15
2. Intensitas Belajar Siswa .....	17
a. Pengertian Intensitas Belajar .....	17
b. Bentuk Bentuk Intensitas.....	19
3. Prestasi Belajar Siswa .....	22
a. Pengertian Prestasi Belajar .....	22
b. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Belajar.....	24
4. Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti...	26

a.	Pengertian Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti.....	26
b.	Ruang Lingkup Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti.....	27
c.	Tujuan Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti.....	29
5.	Pengaruh Tingkat Kebugaran dan Intensitas Belajar Terhadap Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti .....	30
B.	Kajian Pustaka .....	32
C.	Rumusan Hipotesis .....	36
BAB III	METODE PENELITIAN	
A.	Jenis dan Pendekatan Penelitian .....	39
B.	Tempat dan Waktu Penelitian .....	40
C.	Populasi/Sampel Penelitian .....	40
D.	Variabel dan Indikator Penelitian .....	41
E.	Teknik Pengumpulan Data Penelitian.....	43
F.	Teknik Analisis Data .....	44
1.	Analisis Pendahuluan.....	45
2.	Analisis Uji Hipotesis .....	50
3.	Analisis Lanjutan .....	55
BAB IV	DESKRIPSI DAN ANALISIS DATA	
A.	Deskripsi Data Umum Penelitian.....	57
1.	Gambaran Umum SMA Negeri 11 Semarang .....	57
a.	Sejarah berdirinya SMA Negeri 11 Semarang .....	57
b.	Visi Misi dan Tujuan SMA Negeri 11 Semarang .....	58
c.	Keadaan guru dan Karyawan SMA Negeri 11 Semarang .....	60
d.	Keadaan Peserta didik SMA Negeri 11 Semarang .....	61
e.	Keadaan Sarana prasarana SMA Negeri 11 Semarang .....	61

f. Keadaan Umum kelengkapan Olah raga SMA Negeri 11 Semarang.....	62
2. Diskripsi Angket dan Data Lain.....	63
a. Analisis Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen .....	63
1) Analisis Uji Validitas Instrumen ....	63
2) Analisis Data Uji Reliabilitas Instrumen .....	65
b. Analisis Data Mean dan Standar Deviasi .....	66
1) Data tentang Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa SMAN 11 Semarang .....	66
2) Data tentang Intensitas Belajar Siswa SMAN 11 Semarang.....	73
3) Data tentang Prestasi Belajar PAI Siswa SMAN 11 Semarang .....	79
B. Analisis Data .....	86
a. Analisis Pendahuluan.....	86
b. Analisis Uji Hipotesis .....	86
1) Analisis Uji Hipotesis 1 dan 2 .....	86
2) Analisis Uji Hipotesis 3.....	90
c. Analisis Lanjutan .....	93
C. Keterbatasan Penelitian .....	95
 BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	97
B. Saran.....	99
C. Penutup.....	100

**DAFTAR TABEL**

**DAFRAT GAMBAR**

**DAFTAR PUSTAKA**

**LAMPIRAN-LAMPIRAN**

**DAFTAR RIWAYAT HIDUP**



## DAFTAR TABEL

Tabel 4.1	Hasil Uji Validitas Instrumen Intemsitas Belajar Siswa (Variabel $X_2$ )
Tabel 4.2	Data Hasil Variabel tes Kebugaran Jasmani Siswa ( $X_1$ )
Tabel 4.3	Distribusi Frekuensi Skor Data Variabel $X_1$ (Tingkat Kebugaran Siswa)
Tabel 4.4	Mean dan Standar Deviasi Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa ( $X_1$ )
Tabel 4.5	Kriteria Kualitas Variabel Tingkat Kebugaran Siswa ( $X_1$ )
Tabel 4.6	Data Hasil Angket Variabel $X_2$ (Intensitas Belajar Siswa)
Tabel 4.7	Distribusi Frekuensi Skor Data Variabel Intensitas Belajar Siswa( $X_2$ )
Tabel 4.8	Mean dan Standar Deviasi Intensitas Belajar ( $X_2$ )
Tabel 4.9	Kriteria Kualitas Variabel Intensitas Belajar ( $X_2$ )
Tabel 4.10	Data Hasil Variabel Prestasi Belajar Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti Siswa (Y)
Tabel 4.11	Distribusi Frekuensi Skor Data Variabel Y (Prestasi Belajar Siswa)
Tabel 4.12	Mean dan Standar Deviasi Prestasi Belajar Siswa
Tabel 4.13	Kriteria Kualitas Variabel Y Prestasi Belajar Siswa



## **DAFTAR GAMBAR**

- Gambar 4.1 Histogram Frekuensi Tingkat Kebugaran
- Gambar 4.2 Histogram Frekuensi Intensitas Belajar
- Gambar 4.3 Histogram Frekuensi Prestasi Belajar Siswa

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Manusia sebagai individu yang merupakan gabungan dua unsur terdiri dari atas jasmani dan rohani, dari kedua unsur tersebut satu sama lain tidak bisa dipisahkan dan merupakan satu kesatuan yang utuh, maka kedua unsur tersebut haruslah di bina, disempurnakan dan dipelihara dengan baik agar terwujudnya individu yang utuh. Berdasarkan kesatuan kedua unsur itu dalam usaha mencapai pendidikan nasional yang baik. Pendidikan nasional dapat di capai tidak hanya pada seseorang yang memiliki intelektual saja melainkan memiliki kesehatan jasmani yang memadai. Seiring dengan majunya perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, setiap negara termasuk Indonesia menghadapi tantangan untuk meningkatkan dan memelihara kebugaran jasmani warga negaranya yang maju, dimana manusinya dapat dikatakan sangat berkurang dalam bergerak jasmaninya, sehingga tidak jarang menimbulkan gangguan-gangguan dalam metabolisme tubuh.

Kebugaran jasmani adalah derajat sehat dinamis seseorang yang menjadi kemampuan jasmani dasar untuk dapat melaksanakan tugas yang harus dilaksanakan. Sehat dinamis ini merupakan kegiatan sehari-hari dalam kehidupan tanpa ada

kemungkinan kelelahan yang berarti. Dengan memiliki kebugaran jasmani yang baik dapat diharapkan bekerja dengan produktif dan efisien, tidak mudah terserang penyakit, belajar menjadi semangat, serta dapat berprestasi secara optimal.<sup>1</sup> Olahraga merupakan sebuah kegiatan yang dilakukan dengan secara sengaja untuk menjaga kebugaran atau kesehatan jasmani seseorang, oleh karena itu pemerintah memberikan jam tambahan dikurikulum 2013 di harapkan dapat memenuhi derajat kebugaran jasmani di sekolah. Walaupun hanya memiliki jam yang relatif lebih kecil dibandingkan dengan mata pelajaran yang lain, diharapkan mampu membuat siswa tidak merasa kurang bugar jasmai dalam keseharian aktifitas di sekolahan.

Menurut pendapat Abu Ahmadi dan Widodo Supriyono dalam bukunya bahwa prestasi belajar yang ingin dicapai siswa merupakan interaksi beberapa faktor yang mempengaruhinya, adapun faktor-faktor antara lain:

1. Faktor dari dalam individu disebut faktor internal, yang termasuk faktor internal ialah faktor jasmaniah ( fisiologis) seperti kondisi panca indera, struktur tubuh, dan sebagainya. Faktor psikologis seperti bakat, sifat, minat, dan motivasi.

---

<sup>1</sup> Enkos Kosaseh, *Olahraga Teknik dan Program Latihan*, (Jakarta: Depdikbut 1985) hal. 10

2. Faktor dari luar individu disebut faktor eksternal, yang termasuk faktor eksternal ialah faktor sosial, faktor budaya, dan faktor lingkungan.<sup>2</sup>

SMA Negeri 11 Semarang sebagai salah satu lembaga pendidikan yang memiliki visi yaitu terwujudnya sekolah yang religius, cerdas, terampil, dan berwawasan lingkungan. Dalam visi ini terdapat makna agar berwawasan lingkungan supaya tetap menjaga kebersihan. Kebersihan sekolah diharapkan mampu menunjang kebugaran jasmani siswa, karena lingkungan yang bersih, sejuk dan sehat dapat meningkatkan kesehatan siswa pada saat disekolahkan, maupun dalam proses belajar. Siswa yang belajar dilingkungan sekolah SMA Negeri 11 Semarang diharapkan merasa nyaman dan semangat beraktivitas dalam sehariannya.

Peneliti memilih sekolah ini untuk di jadikan objek penelitian dikarenakan banyaknya siswa yang diterima di sekolah ini rata-rata memiliki prestasi olah raga pada saat masih di SMP. Peneliti disini agar memudahkan pengambilan data memilih memfokuskan ke siswa yang memiliki tingkat kebugaran yang tinggi di kelas saja. Adapun prestasi dibidang olahraga yaitu ditandai dengan menyumbang juara I Bola Voli Putra Tingkat Jateng di USM, juara II Bola Voli Regional Jateng DIY di UGM, juara I Bulu Tangkis Tunggal Putra Unika Soegijapranata, dan

---

<sup>2</sup> Abu Ahmadi & Widodo Supriyono, *Psikologi Belajar*, (Jakarta : PT. Rineka Cipta, 2004 ) hal. 138

juara I Bulu Tangkis Ganda Putra Unika Soegijapranata, juara I dan II Futsal Putra Unika Soegijapranata. Selain itu, juara Lagasakti Pramuka Kota Semarang serta juara II Solo Vokal Kota Semarang.<sup>3</sup> Menurut pengalangan PPL tahun lalu siswa yang memiliki prestasi dalam bidang olahraga lebih cepat menangkap pelajaran dari siswa yang lain.

Dengan latar belakang inilah ingin diketahui sejauh mana pengaruh tingkat kebugaran dan intensitas belajar terhadap prestasi belajar siswa pada mata pelajaran pendidikan agama islam dan budi pekerti, maka akan diuraikan dalam judul skripsi **“Pengaruh Tingkat Kebugaran Jasmani Dan Intensitas Belajar Terhadap Prestasi Belajar Pendidikan Agama Islam Dan Budi Pekerti Kelas X Di SMA Negeri 11 Semarang Tahun Pelajaran 2016/2017.”**

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka permasalahan pada penelitian ini adalah:

1. Bagaimanakah tingkat kebugaran jasmani siswa kelas X SMA Negeri 11 Semarang?
2. Bagaimanakah intensitas belajar siswa kelas X SMA Negeri 11 Semarang?

---

<sup>3</sup><http://berita.suaramerdeka.com/sm cetak/sma-11-panen-prestasi dilihat pada 6.51> tanggal 12-05-2017

3. Bagaimanakah prestasi belajar PAI dan budi pekerti yang dicapai siswa kelas X SMA Negeri 11 Semarang?
4. Adakah pengaruh tingkat kebugaran jasmani terhadap mata pelajaran PAI dan budi pekerti kelas X SMA Negeri 11 Semarang?
5. Adakah pengaruh intensitas belajar terhadap mata pelajaran PAI dan budi pekerti kelas X SMA Negeri 11 Semarang?
6. Adakah pengaruh tingkat kebugaran jasmani dan intensitas belajar terhadap prestasi belajar siswa dalam mata pelajaran PAI dan budi pekerti kelas X SMA Negeri 11 Semarang?

## **C. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

### **1. Tujuan Penelitian**

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

- a. Untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani siswa kelas X SMA Negeri 11 Semarang
- b. Untuk mengetahui intensitas belajar yang dimiliki siswa kelas X SMA Negeri 11 Semarang
- c. Untuk mengetahui prestasi belajar PAI dan budi pekerti siswa kelas X SMA Negeri 11 Semarang
- d. Untuk mengetahui pengaruh tingkat kebugaran jasmani terhadap prestasi belajar siswa dalam mata pelajaran PAI dan budi pekerti kelas X SMA Negeri 11 Semarang

- e. Untuk mengetahui pengaruh intensitas belajar terhadap prestasi belajar siswa dalam mata pelajaran PAI dan budi pekerti kelas X SMA Negeri 11 Semarang
- f. Untuk mengetahui pengaruh tingkat kebugaran jasmani dan intensitas belajar terhadap prestasi belajar siswa dalam mata pelajaran PAI dan budi pekerti kelas X SMA Negeri 11 Semarang

## **2. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan memiliki kegunaan baik bagi pihak peneliti sendiri maupun bagi pengembangan ilmu dan pengetahuan (secara akademik). Secara lebih rinci kegunaan penelitian ini dapat memberi manfaat sebagai berikut:

### **a. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan khasanah keilmuan khususnya dalam ilmu Pendidikan Agama Islam dan memberikan sumbangan ilmiah bagi kalangan akademis yang mengadakan penelitian berikutnya maupun mengadakan riset baru dalam meningkatkan wacana tentang tingkat kebugaran jasmani dan intensitas belajar.

b. Manfaat Praktis

- 1) Dengan penelitian ini diharapkan siswa dapat menjaga kebugaran jasmaninya dengan mengikuti kegiatan olah raga dengan baik dan benar.
- 2) Dengan penelitian ini diharapkan siswa dapat merencanakan proses belajar yang baik dalam sehari-hari
- 3) Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi baru tentang pentingnya tingkat kebugaran jasmani kepada masyarakat, terutama mereka yang berkecimpung di dunia pendidikan, agar dapat mengetahui akan arti pentingnya tingkat kebugaran jasmani dalam proses pendidikan.
- 4) Penelitian ini diharapkan menjadi informasi yang bermanfaat kepada masyarakat untuk lebih mengawasi putra putrinya dalam mengatur proses belajar yang baik kesehariannya.



## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Deskripsi Teori

##### 1. Tingkat kebugaran jasmani

###### a. Pengertian tingkat kebugaran jasmani

Istilah tingkat kebugaran jasmani merupakan suatu istilah yang tersusun dari kata tingkat dan kebugaran jasmani. Tingkat adalah tahapan, tingkatan, dan derajat<sup>1</sup>. Sedangkan kebugaran jasmani adalah derajat sehat dinamis seseorang yang menjadi kemampuan jasmani dasar untuk dapat melaksanakan tugas yang harus dilakukan<sup>2</sup>. Kebugaran jasmani berhubungan dengan organ-organ tubuh manusia yang melakukan aktifitas sehari-hari misalnya bermain, memasak, bersekolah dan aktifitas lainnya tanpa mengalami kelelahan yang berarti<sup>3</sup>. Istilah kebugaran jasmani dalam perkembangan ilmu olahraga dan kesehatan bisa juga disebut dengan *physical fitness* yang artinya ialah kecocokan fisik atau kesesuaian

---

<sup>1</sup> W.J.S. Poerwadarminta, Kamus besar Indonesia, (Jakarta: Balai Pustaka), hal. 1077-1078

<sup>2</sup> Prof. H. Y. S. Santosa Giriwijoyo & Dr. Dikdik Zafar Sidik, M. Pd, *Ilmu Faal Olahraga(Fisiologi Olahraga)*, ( Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset,2013) hal.17

<sup>3</sup> Drs. Agus Mukholid, M.Pd, PENJASORKES(Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan),(Jakarta: Yudistira, 2013)hal.50

jasmani. Bila diartikan perkata yaitu *physical* artinya fisik seseorang dan *fitness* artina kesehatan.<sup>4</sup> Aktifitas manusia ang dilakukan setiap hari selalu memerlukan dukungan fisik, oleh karena itu fisik rang tersebut haruslah sehat atau normal. Di katakan normal ialah bisa melakukan semua aktifitas manusia tanpa mengalami kelelahan yang amat sangat. Menurut Farida Mulyaningsih bahwa kebugaran jasmani merupakan segenap kemampuan seseorang untuk melakukan tugasnya sehari-hari tanpa mengalami kelelahan yang berarti. Selain itu masih memiliki cangan energi untuk melakukan kegiatan yang mendadak.<sup>5</sup>

Kebugaran jasmani merupakan hal yang wajib dan keharusan untuk menjaga dan memelihara kesehatan agar dapat beribadah di jalan Allah itu dinyatakan dalam Al Qur'an surat al-Baqoroh ayat 247:

... قَالَ إِنَّ اللَّهَ اصْطَفَاهُ عَلَيْكُمْ وَزَادَهُ بَسْطَةً فِي الْعِلْمِ وَالْجِسْمِ

وَاللَّهُ يُؤْتِي مَلَكَهُ مِنْ مَن يَشَاءُ وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ

---

<sup>4</sup> Prof. H. Y. S. Santosa Giriwijoyo & Dr. Dikdik Zafar Sidik, M. Pd, *Ilmu Faal Olahraga(Fisiologi Olahraga)*, ( Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset,2013) hal.17

<sup>5</sup> Candra Kurniawan, *Peningkatan Program Jasmani melalui Program Latihan Jalan Cepat*,(Lampung: Universitas Lampung) hal .6

*“...Nabi (mereka) berkata: "Sesungguhnya Allah telah memilih rajamu dan menganugerahinya ilmu yang Luas dan tubuh yang perkasa." Allah memberikan pemerintahan kepada siapa yang dikehendaki-Nya. dan Allah Maha Luas pemberian-Nya lagi Maha mengetahui”.*<sup>6</sup>

Menurut Giri Wiarto kebugaran jasmani ialah kemampuan tubuh untuk melakukan suatu pekerjaan fisik yang dikerjakan sehari-hari tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti<sup>7</sup>. Kelelahan yang dimaksud adalah seorang setelah melaksanakan pekerjaannya orang tersebut masih memiliki energi untuk menjalankan pekerjaan lain dalam keadaan genting.

Di dalam hadist pun terdapat anjuran dari Rasulullah agar kita sering melakukan olah raga supaya dapat menjaga kebugaran jasmani kita.

حدثنا اسحاق بن عيسى قال حدثنا بن حمزة عن عبد  
الرحمن بن يزيد أنّ أبا سلام حدثنا قال حدثني خالد بن زيد  
قال "كان عقبة يأتيني فيقول اخرج بنا نرمي فأبطأت عليه  
دات يوم أننا قلت فقال سمعت رسول الله عليه وسلم يقول أنّ

---

<sup>6</sup> Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, (Jakarta: 2011), hal. 40

<sup>7</sup> Giri Wiarto, *Fisiologi Dan Olah raga*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2013)hal.170

الله عزوجل يدخل بالسهم الواحد ثلاثة الجنة صانعه  
المحتسب فيه الخير والرامي به ومنبله فارموا واركبوا  
ولأن ترموا أحب آلي من أن تركبوا وليس من اللهو إلا  
ثلاث ملاعبة الرجل امرأته وتأديبه فرسه ورميه بقوسه  
ومن علمه الله الرمي فتركه رغبة عنه فنعمة كفرها  
(رواه أحمد))

*“Telah meneritakan kepada kami Ishaq bin Isa dia berkata, Telah meneritakan kepada kami Yahya bin Hamzah dari Abdurrahman bin Yazid bahwa Abu Sallam menceritakan kepadanya, ia berkata; telah menceritakan kepadaku Khalid bin Zaid dia berkata, " Uqbah datang kepadaku dan berkata, "Keluarlah bersama kami untuk latihan memanah?" aku pun merasa berat enggan memenuhi ajakannya pada hari itu, ia lalu berkata, "Saya mendengar Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam bersabda: "Sesungguhnya Allah 'azza wajalla memasukkan tiga orang ke dalam surga lantaran satu anak panah. Yaitu, orang yang membuatnya dengan mengharap kebaikan, orang yang meluncurkannya, dan orang yang menyiapkannya. Karena itu, memanah dan menunggang kudalah kalian. Jika kalian benar-benar memanah, maka itu lebih saya sukai dari pada kalian latihan berkuda. Dan tidaklah termasuk sia-sia pada tiga hal ini; sendau gurau*

*seseorang bersama isterinya, latihan berkuda dan melepaskan anak panah dari busurnya. Dan barangisapa diajarkan Allah cara memanah kemudian ia meninggalkannya karena enggan dan berpaling darinya, maka sungguh itu adalah nikmat yang telah dikufurinya." ( HR. Ahmad )”<sup>8</sup>*

Jadi, dari pengertian diatas tingkat kebugaran jasmani ialah derajat dinamis kebugaran seseorang yang melakukan suatu tindakan fisik atau aktifitas fisik tanpa merasa cedera dan kelelahan yang berarti.

#### **b. Beberapa unsur utama kebugaran**

Adapun beberapa unsur utama dalam kebugaran yaitu sebagai berikut<sup>9</sup>:

1. Daya tahan kardiorespirasi/ kondisi aerobik.  
Kemampuan dari jantung, paru-paru, pembuluh darah, dan group otot-otot yang besar untuk melakukan latihan-latihan yang keras dalam jangka waktu lama, seperti jalan cepat, jogging, berenang, senam aerobik, dan kegiatan lainnya.
2. Kekuatan otot  
Kemampuan otot-otot yang menggunakan tenaga maksimal atau mendekati maksimal, untuk

---

<sup>8</sup> Lidwa Pustaka *I-Kitab 9 Imam Hadist*

<sup>9</sup> Len Kravitz, *Panduan Lengkap: Bugar Total*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2001) hal. 5-7

mengangkat beban. Otot-otot yang kuat dapat melindungi persediaan yang dikelilinginya dan mnegurangi kemungkinan terjadinya cedera karena aktivitas fisik.

3. Daya tahan otot

Kemampuan dari otot-otot kerangka badan untuk menggunakan kekuatan (tiak perlu maksimal), dalam jangaka waktu tertentu.

4. Kelenturan

Seluruh gerak otot-otot dan persendian tubuh. Kelenturan sangat berhubungan dengan kemampuan otot-otot kerangka tubuh secara alamiah dapat diregangkan melampui panjangnya yang normal waktu istirahat.

5. Komposisi tubuh

Persentase lemak badan dari berat badan tanpa lemak (otot, tulang, tulang rawan, organ vital).

Dari komponen di atas dapat di ambil acuan dalam menilai atau yang akan menjadi bahan uji kebugaran jasmani siswa antara lain:<sup>10</sup>

1. Atletik lari ( 60 m dan 1200 m) untuk putra

---

<sup>10</sup> Kemenpora, *jurnal olahraga dan pendidikan vol.1*,(jakarta : Kementrian pemuda dan olahraga, 2014) di akses 20 desember 2016 [http://kemenpora.go.id/ebook/Jurnal\\_Odlk\\_Kemenpora\\_vol\\_1\\_Mei\\_2014.pdf](http://kemenpora.go.id/ebook/Jurnal_Odlk_Kemenpora_vol_1_Mei_2014.pdf)

2. Atletik lari (60 m dan 1000 m) untuk putri
3. Gantung angkat tubuh untuk putra
4. Gantung angkat siku untuk putri
5. Baring duduk selama 60 detik untuk semua (putra dan putri)
6. Loncat tegak untuk semua (putra dan putri)<sup>11</sup>

**c. Manfaat kebugaran**

Kebugaran jasmani yang baik dapat dicapai dengan meningkatkan aktivitas fisik dan melakukan tes fisik atau olahraga terprogram dengan baik, benar, terukur, dan teratur. Melakukan pelatihan kebugaran secara teratur sangatlah berpengaruh terhadap manfaat yang akan di hasilkan. Walaupun latihan ini hanya melakukan olahraga ringan.

Menurut Giri Wiarto dalam bukunya bahwa fungsi kebugaran bagi siswa yang sekolah masih berumur 16-19 tahun (anak SMA) adalah mengukur kemampuan fisik siswa, menentukan status kondisi fisik siswa, menilai kemampuan fisik siswa, dan mengetahui perkembangan fisik siswa<sup>12</sup>.

---

178 <sup>11</sup> Giri wiarto, Fisiologi dan Olahraga,(yogya: Graha Ilmu, 2013)hal.

176 <sup>12</sup> Giri wiarto, Fisiologi dan Olahraga,(yogya: Graha Ilmu, 2013)hal.

Menurut pusat data dan informasi kesehatan RI manfaat latihan fisik terprogram tersebut dapat dilihat dari beberapa yaitu aspek fisik, aspek psikologis maupun aspek sosio- ekonomi

1) Manfaat aspek fisik

Aspek fisik adalah aspek yang berhubungan dengan fisik yang dimiliki manusia itu sendiri. Aspek inilah yang sangat kelihatan dibanding dengan aspek lain karena berhubungan langsung dengan anatomi tubuh. Adapun manfaatnya adalah menurunkan resiko terkena penyakit kronis, Memperkuat otot jantung dan meningkatkan kapasitas jantung agar dapat mencegah, menurunkan, dan mengendalikan tekanan darah tinggi.

2) Manfaat aspek psikologis

Manfaat psikologis adalah manfaat yang berhubungan dengan perkembangan psikis, emosi ataupun pikiran seseorang. Manfaatnya antara lain: Meningkatkan rasa percaya diri, Membangun sportivitas, Menumpuk tanggung jawab.

3) Manfaat aspek sosio- ekonomi

Manfaat sosio-ekonomi adalah manfaat yang bisa dilihat dari perkembangan prestasi ekonomis. Manfaatnya

antara lain: Menurunkan biaya pengobatan, Meningkatkan produktivitas, Meningkatkan gerakan masyarakat.<sup>13</sup>

## 2. Intensitas Belajar

### a. Pengertian Intensitas

Intensitas berasal dari kata “*intens*” yang berarti kuat atau hebat.<sup>14</sup> Kaitannya dengan belajar adalah kehebatan atau kesungguhan, giat dalam melakukan belajar baik fisik maupun psikis, sehingga memperoleh hasil yang maksimal. Sedangkan pengertian belajar menurut Nana Sudjana adalah suatu proses yang ditandai dengan adanya perubahan pada diri seseorang.<sup>15</sup> Menurut Abu Ahmadi Belajar adalah perubahan murid dalam usahanya mengubah situasi perkembangan dirinya sendiri dalam bidang materiil, formal, serta fungsional pada umumnya dan pada bidang intelektual khususnya.<sup>16</sup> Sedangkan menurut Mustaqim Belajar adalah perubahan tingkah laku yang relatif tetap yang terjadi karena latihan dan pengalaman.

---

<sup>13</sup> Pusat data dan informasi kementerian RI, *Pembinaan Olahraga Kesehatan Indonesia*, <http://www.pusdatin.kemkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/infodatin/infodatin-hari-olahraga.pdf>, diakses 05 Agustus 2016

<sup>14</sup> W.J.S. Poerwadarminta, *Kamus besar Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka), hal. 1077-1078

<sup>15</sup> Nana Sudjana dkk, *Cara Belajar Siswa Aktif dalam Proses Belajar Mengajar*, Sinar Baru, Bandung, t.th, hlm. 17

<sup>16</sup> Abu Ahmadi, *Didaktik Metodik*, Toha Putra, Semarang, 1978, hlm. 23

<sup>17</sup>Antara pengertian yang satu dengan yang lain saling melengkapi dan berkaitan sehingga menghasilkan suatu pengertian bahwa intensitas belajar adalah kesungguhan, kesungguhan siswa dalam belajar atau giat belajar yang dilakukan siswa dalam upaya memperoleh pemahaman, pengetahuan serta tingkah laku yang lebih baik melalui prosedur latihan dan pengalaman yang dilakukan baik di sekolah maupun di rumah.

Belajar adalah kegiatan yang dilakukan untuk memperoleh sejumlah ilmu pengetahuan. Dalam belajar, kita tidak bisa melepaskan dari beberapa hal yang dapat mengantarkan keberhasilan dalam belajar. Kesungguhan atau intensitas dalam belajar merupakan salah satu prinsip belajar agar mendapat hasil yang maksimal dalam proses belajar. Belajar tanpa kesungguhan akan memperoleh hasil yang kurang memuaskan, selain itu akan banyak waktu dan tenaga yang terbuang percuma, sebaliknya belajar dengan sungguh-sungguh serta tekun akan memperoleh hasil yang maksimal dan penggunaan waktu yang efektif.

---

<sup>17</sup> Mustaqim, *Psikologi Pendidikan*, IAIN Walisembilan, Semarang, 2001, hlm. 34

## **b. Bentuk- bentuk Intensitas**

Menurut sofchan sulistyowati, ada dua konsep belajar yang utama dalam memperoleh keberhasilan, yaitu keteraturan belajar dan kedidiplinan belajar<sup>18</sup>.

Sesuai dengan pendapat diatas maka dapat diambil kesimpulan intensitas atau kesungguhan dalam belajar dapat dilakukan dalam bentuk:

### 1) Kedisiplinan dalam belajar

Kedisiplinan berasal dari kata disiplin, yang artinya ketaatan atau kepatuhan kepada peraturan, tata tertib. Tata tertib yang dimaksud dapat mengatur tatanan kehidupan baik untuk pribadinya maupun kelompok<sup>19</sup>. Disiplin timbul dari dalam jiwa karena adanya dorongan untuk menaati tata tertib tersebut. Untuk itu dalam belajar sangat diperlukan kedisiplinan yang muncul karena kesadaran diri bukan karena terpaksa. Dengan disiplin belajar siswa, akan dapat menempatkan sesuatu sesuai dengan proporsinya. Kemauan yang keras yang dapat mendorong siswa tidak lekas putus asa dalam menghadapi kesulitan. Sedangkan disiplin yang tinggi

---

<sup>18</sup>Sofchah Sulistyowati, *Cara Belajar yang Efektif dan Efisien*(pekalongan: cinta ilmu 2000) hal 2-3

<sup>19</sup> Syaiful Bahri Djarmoh, *Rahasia Sukses Belajar*,(Jakarta: Rineka Cipta,2002) hal 10-22

diperlukan supaya siswa selalu belajar sesuai dengan waktu yang diaturnya sendiri.

Disiplin dalam belajar meliputi hal-hal sebagai berikut:

- a) Disiplin dalam menepati jadwal belajar (harus mempunyai jadwal kegiatan belajar untuk diri sendiri)
- b) Disiplin dalam mengatasi semua godaan yang akan menunda-nunda waktu untuk belajar.
- c) Disiplin terhadap diri sendiri untuk dapat menumbuhkan kemauan dan semangat belajar baik di rumah maupun di sekolah
- d) Disiplin dalam menjaga kondisi fisik agar selalu sehat dan fit dengan cara makan yang teratur dan bergizi serta berolah raga secara teratur<sup>20</sup>.

Dari uraian diatas jelaslah bahwa kedisiplinan dalam belajar sebagai wujud dari kesungguhan dalam menuntut ilmu hendaknya dinilai oleh setiap aktifitasnya, maka akan terbentuknya semangat yang tinggi dalam belajar. Apabila sikap disiplin selalu ditetapkan maka kesungguhan pun akan diperoleh setiap siswa.

## 2) Keteraturan dalam belajar

---

<sup>20</sup>Sofchah Sulistyowati, *Cara Belajar yang Efektif dan Efisien*(pekalongan: cinta ilmu 2000) hal 2-3

Belajar dengan teratur merupakan pedoman mutlak yang tidak bisa diabaikan oleh seorang siswa dalam menuntut ilmu di sekolah<sup>21</sup>. Hal ini mengingat banyaknya bahan pelajaran yang harus dikuasai, menuntut pembagian waktu yang sesuai dengan kedalaman dan keluasan bahan pelajaran. Penguasaan atas semua bahan pelajaran dituntut secara dini, tidak harus menunggu sampai menjelang ulangan dan ujian. Belajar dengan teratur dapat dilakukan dengan cara teratur masuk sekolah, karena dengan masuk sekolah siswa akan mendengarkan penjelasan dari guru, yang mana kita tidak cukup dengan hanya membaca buku. Penjelasan dari guru pun tidak hanya didengar tetapi harus dicatat secara teratur sesuai bidang studi masing-masing<sup>22</sup>. Hal-hal yang perlu dilakukan secara teratur dalam belajar antara lain:

- a) Teratur dalam mengikuti pelajaran disekolah dan selalu mengikuti pelajaran dari guru-guru yang mengajar.
- b) Teratur dalam belajar di rumah dengan selalu mengulangi pelajaran yang telah di ajarkan di sekolah
- c) Tertur dalam memiliki buku-buku catatan pelajaran, baik berupa buku terbitan, diktat, dan tulisan tangan.

---

<sup>21</sup> Syaiful Bahri Djarmoh, *Rahasia Sukses Belajar*,(Jakarta: Rineka Cipta,2002) hal 10

<sup>22</sup>Sofchah Sulistyowati, *Cara Belajar yang Efektif dan Efisien*(pekalongan: cinta ilmu 2000) hal 2

- d) Teratur dalam menyusun perlengkapan yang digunakan untuk belajar misalnya meja tulis, rak buku, lampu penerangan, ruan belajar dan alat-alat tulis<sup>23</sup>.

Pentingnya membiasakan diri dengan sikap teratur dalam segala hal, yang menyangkut masalah keberhasilan belajar. Percaya pada diri bahwa sikap teratur itu tidak akan mendatangkan kegagalan dalam belajar di sekolah. Jika sifat tertur dihayati dan menjadi kebiasaan seorang siswa dalam perbuatannya, lama kelamaan sifat ini akan mempengaruhi pula jalan pikirannya. Sedangkan pikiran jernih sangat diperlukan dalam menuntut ilmu. Belajar secara teratur akan senantiasa menjadikan tindakan apapun secara teratur dalam kesehariannya.

### **3. Prestasi Belajar**

#### **a. Pengertian Prestasi Belajar**

Kata prestasi berasal dari bahasa Belanda yaitu *prestatie*. Kemudian dalam bahasa Indonesia menjadi prestasi yang berarti hasil usaha<sup>24</sup>. Istilah prestasi belajar (*achievement*) berbeda dengan hasil belajar (*learning outcome*). Prestasi belajar umumnya berkenaan dengan aspek pengetahuan,

---

<sup>23</sup>Syaiful Bahri Djarmoh, *Rahasia Sukses Belajar*,(Jakarta: Rineka Cipta,2002) hal 15

<sup>24</sup> W.J.S. Poerwadarminta, *Kamus besar Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka), hal. 1077-1078

sedangkan hasil belajar meliputi aspek pembentukan watak peserta didik.<sup>25</sup>

Dalam perspektif agama islam, belajar merupakan hal yang wajib dan keharusan untuk menuntut ilmu pengetahuan semampu dan sebanyak banyaknya agar dapat meningkatkan derajat dan kewibawaan pada dirinya. Hal ini dinyatakan dalam al-Qur'an Surat al-Mujadalah ayat 11:

...يَرْفَعُ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا مِنكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ

وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ

*“...niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. dan Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan”.*<sup>26</sup>

Menurut Mulyono Abdurahman, prestasi belajar adalah kemampuan yang diperoleh anak setelah melalui kegiatan belajar.<sup>27</sup> Sejalan dengan pengertian tersebut, Nana Sudjana juga mengartikan prestasi belajar sebagai kemampuan-kemampuan yang dimiliki siswa setelah mereka menerima

---

<sup>25</sup> Zainal Arifin, *Evaluasi Pembelajaran*, (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2009), hal. 12.

<sup>26</sup> Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, (Jakarta: 2011), hal. 793.

<sup>27</sup> Mulyono Abdurahman, *Pendidikan bagi Anak berkesulitan Belajar*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2009), hal. 37.

pengalaman belajarnya.<sup>28</sup> Sedangkan menurut Keller yang dikutip oleh Mulyono Abdurahman, Prestasi belajar adalah prestasi aktual yang ditampilkan oleh anak melalui usaha untuk menyelesaikan tugas-tugas belajar.<sup>29</sup>

Kaitannya dengan pembelajaran di Sekolah, Nawawi dalam K. Brahim menyatakan bahwa prestasi belajar dapat diartikan sebagai tingkat keberhasilan siswa dalam mempelajari materi pelajaran di sekolah, dalam skor yang diperoleh dari hasil tes mengenal sejumlah materi pelajaran tertentu.<sup>30</sup>

Sebagaimana yang dikutip Zaenal Arifin, Cronbach mengemukakan bahwa kegunaan atau fungsi dari prestasi belajar itu banyak ragamnya, antara lain: sebagai umpan balik guru dalam mengajar, untuk keperluan diagnosis, untuk keperluan penempatan dan penjurusan, untuk menentukan isi kurikulum, dan untuk menentukan kebijakan sekolah.<sup>31</sup>

## **b. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prestasi Belajar**

Prestasi belajar tiap-tiap individu tidak sama, ketidak samaan itu disebabkan oleh banyak hal atau faktor. Faktor-

---

<sup>28</sup> Nana Sudjana, *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*, (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2014), hal. 22.

<sup>29</sup> Mulyono Abdurahman, *Pendidikan bagi Anak berkesulitan Belajar*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2009), hal. 39

<sup>30</sup> Ahmad Susanto, *Teori Belajar dan Pembelajaran di Sekolah Dasar*, (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2014), hal. 5.

<sup>31</sup> Zainal Arifin, *Evaluasi Pembelajaran*, (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2009), hal. 13.

faktor itulah yang mempengaruhi individu dalam belajarnya, sehingga ia dapat belajar dengan baik atau sebaliknya gagal sama sekali.

Ada banyak faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi belajar, faktor-faktor tersebut secara garis besar dapat diklasifikasikan menjadi empat, yaitu:

1) Faktor Lingkungan

Lingkungan merupakan bagian dari kehidupan anak didik. Dalam lingkunganlah anak didik hidup dan berinteraksi dalam mata rantai kehidupan yang disebut ekosistem. Selama itu pula, anak didik tidak bisa lepas dari sebuah ekosistem lingkungan.

2) Faktor Instrumental

Setiap sekolah mempunyai tujuan yang akan dicapai. Tujuan tentu saja pada tingkat kelembagaan. Dalam rangka melicinkan kearah itu diperlukan seperangkat kelengkapan dalam berbagai bentuk dan jenisnya semuanya dapat diperdayagunakan menurut fungsi masing-masing kelengkapan sekolah.

3) Kondisi Fisiologis

Kondisi fisiologis, yakni kondisi umum jasmani yang memadai tingkat kebugaran organ-organ tubuh dan sendi-

sendinya, dapat mempengaruhi semangat dan intensitas siswa dalam mengikuti pelajaran.<sup>32</sup>

4) Kondisi Psikologis

Faktor psikologis, aspek ini, terkait dengan kondisi kejiwaan siswa.

#### **4. Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti**

##### **a. Pengertian Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti**

Aat Syafaat mengutip pemaparan Sohilun A. Nasir menjelaskan, bahwa Pendidikan Agama Islam adalah suatu usaha yang sistematis dan pragmatis dalam membimbing anak didik yang beragama Islam dengan cara sedemikian rupasehingga ajaran-ajaran Islam itu benar-benar dapat dijiwai, menjadi bagian yang integral dalam dirinya. Yakni agama Islam itu benar-benar dipahami, diyakini kebenarannya, diamalkan menjadi pedomannya, menjadi pengontrol terhadap perbuatan, pemikiran dan sikap mental.<sup>33</sup>

Sedangkan Muhaimin mengartikan Pendidikan Agama Islam lebih singkat, yaitu upaya mendidik agama Islam atau ajaran Islam dan nilai-nilainya, agar menjadi *way of life* (pandangan dan sikap hidup) seseorang.<sup>34</sup>

---

<sup>32</sup> Mahmud, *Psikologi Pendidikan*, (Bandung: Pustaka Setia, 2012), hal. 94-95.

<sup>33</sup> Aat Syafaat, dkk, *Peranan Pendidikan Agama Islam*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2008), hal. 15-16

<sup>34</sup> Muhaimin, *Pengembangan Kurikulum Pendidikan Agama Islam*, hal. 7-8

Pendidikan Agama Islam (PAI) menurut Departemen Agama tahun 2003 adalah usaha sadar dan terencana untuk menyiapkan siswa dalam menyakini, memahami, menghayati dan mengamalkan ajaran Islam melalui kegiatan bimbingan, pengajaran dan atau latihan.<sup>35</sup>

Sedangkan Pendidikan Agama Islam dan budi pekerti menurut Masruro ialah suatu aktivitas atau usaha-usaha tindakan dan bimbingan yang dilakukan secara sadar dan sengaja serta terencana yang mengarah pada bentuknya kepribadian anak didik yang sesuai dengan norma-norma yang ditentukan oleh ajaran agama<sup>36</sup>

Jadi dapat kita tarik kesimpulan, bahwa Pendidikan Agama Islam dan budi pekerti adalah usaha sadar yang berupa pengajaran, bimbingan, penanaman dan asuhan kepada anak didik berupa ajaran Islam dan nilai-nilai moral yang baik, agar dapat dipahami, dihayati, dan diamalkan serta dapat dijadikan pedoman hidupnya.

## **b. Ruang Lingkup Pendidikan Agama Islam dan Budi**

### **Pekerti**

Ruang lingkup pendidikan agama Islam dan budi pekerti adalah menyasikan, menyelaraskan dan

---

<sup>35</sup> Departemen Agama, *Pedoman Umum Pendidikan Agama Islam di Sekolah Umum Tingkat Menengah dan Sekolah Luar Biasa*, (Departemen Agama, 2003), hal.2.

<sup>36</sup> Masruro, *Substansi Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti Pada Siswa di Sekolah*, (Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga ,2013)

menyeimbangkan antara hubungan manusia dengan Allah SWT, hubungan manusia dengan sesama manusia, hubungan manusia dengan dirinya sendiri, dan hubungan antara manusia dengan makhluk lain dan lingkungannya.<sup>37</sup> Hal ini dikarenakan karena ajaran Islam diyakini sebagai ajaran yang diturunkan Allah SWT untuk kesejahteraan hidup manusia di dunia dan di akhirat nanti.<sup>38</sup>

Adapun ruang lingkup bahan pelajaran pendidikan agama Islam meliputi lima unsur pokok, yaitu al-Qur'an, Aqidah, Syari'ah, Akhlak, dan Tarikh. Pada tingkatan Sekolah Dasar penekanannya hanya pada empat unsur saja, yaitu Aqidah, Akhlak, Ibadah, dan Al-Qur'an. Sedangkan pada tingkatan Sekolah Menengah Pertama dan Sekolah Menengah Atas unsur Tarikh diberikan secara seimbang pada setiap satuan pendidikan.<sup>39</sup> Diantaranya selain itu juga di tanamkan pula sopan santun, disiplin, beriman, dan bertaqwa, bertanggung jawab agar dapat memenuhi ruang lingkup budi pekerti.

Sedangkan Ahmad Munjin Nasih dan Lilik Nur Kholidah dalam bukunya *Metode dan Teknik Pembelajaran*

---

<sup>37</sup> Ramayulis, *Metodologi Pendidikan Agama Islam*, (Jakarta: Kalam Mulia, 2008), hal. 22.

<sup>38</sup> Ahmad Munjin Nasih dan Lilik Nur Kholidah, *Metode dan Teknik Pembelajaran Pendidikan Agama Islam*, (Bandung: Refika Aditama, 2009), hal. 15

<sup>39</sup> Ramayulis, *Metodologi Pendidikan Agama Islam*, (Jakarta: Kalam Mulia, 2008), hal. 23.

Pendidikan Agama Islam, merumuskan ruang lingkup bahan pelajaran menjadi empat unsur, yaitu Aqidah Akhlak, al-Qur'an Hadits, Syari'ah, dan Sejarah Islam.<sup>40</sup> Sebab mereka menjadikan satu antara unsur Aqidah dan Akhlak dalam satu unsur.

### **c. Tujuan Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti**

Pendidikan Agama Islam bertujuan meningkatkan keimanan, pemahaman, penghayatan dan pengalaman peserta didik tentang agama Islam sehingga menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Allah SWT serta berakhlak mulia dalam kehidupan pribadi, masyarakat, berbangsa dan bernegara.<sup>41</sup>

Nazarudin mengutip dari Depdiknas menjelaskan bahwa tujuan Pendidikan Agama Islam di sekolah umum adalah sebagai berikut:

- 1) Menumbuh kembangkan aqidah melalui pemberian, pemupukan dan pengembangan pengetahuan, penghayatan, pengamalan, pembiasaan, serta pengalaman peserta didik tentang agama Islam sehingga menjadi manusia muslim yang terus berkembang keimanan dan ketaqwaanya kepada Allah.
- 2) Mewujudkan manusia Indonesia yang taat beragama dan berakhlak mulia yaitu manusia yang

---

<sup>40</sup> Ahmad Munjin Nasih dan Lilik Nur Kholidah, *Metode dan Teknik Pembelajaran Pendidikan Agama Islam*, (Bandung: Refika Aditama, 2009), hal. 9-10.

<sup>41</sup> Ramayulis, *Metodologi Pendidikan Agama Islam*, (Jakarta: Kalam Mulia, 2008), hal. 22.

berpengetahuan, rajin beribadah, cerdas, produktif, jujur, adil, etis berdisiplin, dan bertoleransi, menjaga keharmonisan secara personal dan sosial, serta mengembangkan budaya agama dalam komunitas sekolah.<sup>42</sup>

Selain penjelasan di atas, Aat Syafaat menjelaskan tujuan Pendidikan Agama Islam sebagai sesuatu yang diharapkan tercapai setelah adanya usaha atau kegiatan selesai dalam hal ini adalah kegiatan Pendidikan Agama Islam.

Dari penjelasan di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa tujuan dari Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti adalah terbentuknya peserta didik yang mampu memahami, menghayati, mengamalkan, dan membiasakan ajaran Islam di dalam kehidupan sehari-harinya.

## **5. Pengaruh kebugaran jasmani dan intensitas belajar tergahap prestasi belajar pendidikan agama islam dan budi pekerti**

Berdasarkan kajian teori diatas terdapat banyak sekali faktor yang mempengaruhi prestasi belajar setiap siswa. Faktpr-faktor tersebut meliputi:

---

<sup>42</sup> Nazarudin, *Manajemen Pembelajaran*, (Yogyakarta: Teras, 2007), hal. 17.

a. Faktor Lingkungan

Lingkungan merupakan bagian dari kehidupan anak didik. Dalam lingkunganlah anak didik hidup dan berinteraksi dalam mata rantai kehidupan yang disebut ekosistem. Selama itu pula, anak didik tidak bisa lepas dari lingkungan.

b. Faktor Instrumental

Setiap sekolah mempunyai tujuan yang akan dicapai. Tujuan tentu saja pada tingkat kelembagaan. Dalam rangka melicinkan kearah itu diperlukan seperangkat kelengkapan dalam berbagai bentuk dan jenisnya semuanya dapat diperdayagunakan menurut fungsi masing-masing kelengkapan sekolah.

c. Kondisi Fisiologis

Kondisi fisiologis, yakni kondisi umum jasmani yang memadai tingkat kebugaran organ-organ tubuh dan sendi-sendinya, dapat mempengaruhi semangat dan intensitas siswa dalam mengikuti pelajaran.<sup>43</sup>

d. Kondisi Psikologis

Faktor psikologis, aspek ini, terkait dengan kondisi kejiwaan siswa.

Dari teori diatas beberapa faktor yang mempengaruhi prestasi belajar siswa diantaranya adalah kondisi bugar jasmani

---

<sup>43</sup> Mahmud, *Psikologi Pendidikan*, (Bandung: Pustaka Setia, 2012), hal. 94-95.

siswa. Begitu pula menurut pendapat Abu Ahmadi dan Widodo Supriyono dalam bukunya bahwa prestasi belajar yang ingin dicapai siswa merupakan interaksi beberapa faktor yang mempengaruhinya, adapun faktor-faktor antara lain faktor Faktor dari dalam individu disebut faktor internal, yang termasuk faktor internal ialah faktor jasmaniah ( fisiologis) seperti kondisi panca indera, struktur tubuh, dan sebagainya. Faktor psikologis seperti bakat, sifat, minat, dan motivasi<sup>44</sup>. Berdasarkan kedua teori dapat dibangun satu kerangka berfikir bahwa tingkat kebugaran jasmani yang baik sangat membantu untuk mencapai prestasi belajarnya.

## **B. Kajian pustaka**

Pada dasarnya kajian penelitian yang digunakan untuk memperoleh informasi tentang teori-teori yang ada kaitannya dengan judul penelitian ini sudah banyak dibahas oleh banyak peneliti. Namun berdasarkan penelitian yang penulis teliti bukanlah sama seperti peneliti-peneliti yang lain.

Dalam penelitian ini, penulis mengkaji beberapa karya ilmiah dan kajian pustaka yang berkaitan dengan judul yang peneliti angkat, diantara sebagai berikut:

1. Skripsi yang ditulis oleh Sigit Bugiarto ( 05410065 ) yang lulus tahun 2009 dengan judul “Hubungan Tingkat Kebugaran terhadap Prestasi Belajar PAI Siswa Kelas VI di SD Negeri Pakahan I Jogolahan Klaten Tahun Ajaran

---

<sup>44</sup> Abu Ahmadi & Widodo Supriyono, *Psikologi Belajar*, (Jakarta : PT. Rineka Cipta, 2004 ) hal. 138

2008/ 2009”. Hal ini dapat dilihat berdasarkan hasil penelitian sebagai berikut: *Pertama*, Tingkat kebugaran jasmani kelas VI SD Negeri Pakahan I Jogolahan Klaten mempunyai kategori sedang, hal ini terlihat rerata skor sebesar 15,13 yang berdasarkan interval 14 - 17 dengan kategori sedang. *Kedua*, Tingkat prestasi siswa Pendidikan Agama Islam siswa kelas VI SD Negeri Pakahan I Jogolahan Klaten mempunyai kategori cukup, hal initerlihat dari rerata skor yakni sebesar 7,23 yang berdasar kriteria pada interval 6,9-7,6 dengankategori sedang. *Ketiga*, Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara tingkat kebugaranjasmani dengan prestasi belajar PAI siswaSD Negeri Pakahan I, hal ini di tunjukkan dari besarnya r hitung lebih besar dari r tabel ( $r$  hitung = 0,774 >  $r$  tabel = 0,631).<sup>45</sup>

2. Skripsi yang ditulis oleh Ely Suryanti ( 6101907053 ) yang lulus tahun 2009 dengan judul “Hubungan antara Tingkat Kesegaran Jasmani terhadap Prestasi Belajar Siswa Kelas V Putra SD Negeri Dabin Candra”. *Pertama*, Berdasarkan Panduan Tes Kesegaran Jasmani Indonesia ( TKJI ) oleh pusat pengembangan kualitas jasmani 2003, untuk kategori umur 10 – 12 tahun yang

---

<sup>45</sup> Sigit Bugiarto, *Hubungan antara Tingkat Kebugaran Jasmani terhadap Prestasi Belajar Pendidikan Agama Islam Kelas VI SD NegeriPakahan I Jogolahan Klaten Tahun ajaran 2008/2009* , (Yogyakarta: Fakultas Tarbiyah UIN Sunan Kalijaga, 2009)

terdiri atas 5 item tes yaitu lari sprint 40 meter, loncat, tegak, bergantung siku tekuk, baring duduk, dan lari sedang 600 meter, hasil tes kebugaran jasmani siswa kelas V Putra SD Negeri Dabin Candra di kecamatan Wonopringgo Kabupaten Pekalongan yang dilaksanakan selama penelitian adalah 18,78 sehingga termasuk kategori baik karena berada pada interval 18 – 21. *Kedua*, Berdasarkan hasil tes evaluasi belajar yang diperoleh dari nilai rata-rata raport siswa pada semester II pada Tahun Pelajaran 2008- 2009 diperoleh analisis data nilai rata-rata sebesar 71,1 hal ini dapat dikatakan bahwa prestasi belajar siswa kelas V putra SD Negeri Dabin Candra termasuk kedalam kategori baik. *Ketiga*, Dari Hasil penelitian menunjukkan tidak adanya korelasi yang signifikan antara tingkat kebugaran jasmani terhadap prestasi siswa kelas V putra SD Negeri Dabin Candra. Hal ini berdasarkan bukti dari hasil perhitungan statistik dengan menggunakan rumus korelasi *product moment*. Dari hasil perhitungan tersebut  $r_{xy} = -0,04$  sedangkan nilai  $r_t$  pada taraf signifikan 5% adalah 0,367 dan pada taraf signifikan 1% adalah 0,471. Ini berarti  $r_{xy} < r_t$  baik pada taraf signifikan 5% maupun 1%. Dengan demikian tidak ada hubungan antara tingkat kebugaran jasmani dan prestasi siswa kelas V putra SD Dabin Candra. *Keempat*, Setelah diadakan pengujian hipotesis

terhadap nilai korelasi *product moment* maka hipotesis alternatif (  $H_a$  ) yang berbunyi “ Adanya hubungan yang signifikan antara Tingkat Kesegaran Jasmani dengan Prestasi Belajar Siswa”, ditolak. Sedangkan hipotesis nihil ( $H_0$ ) yang berbunyi “ Tidak ada hubungan yang signifikan antara Tingkat Kesegaran Jasmani terhadap Prestasi Belajar Siswa”, diterima. Dengan demikian hipotesis penulis diajukan ditolak.<sup>46</sup>

3. Skripsi yang ditulis Amanatul Khomisah (3100084) yang lulus tahun 2005 yang berjudul Pengaruh Intensitas Belajar dan Tingkat Keberagaman terhadap Prestasi Belajar Pensisikan Agama Islam PAI Siswa Kelas II dan Kelas III SMP Negeri Pengantian Banjarnegara Tahun 2005/2006. Hasilnya dapat dilihat, pertama terdapat pengaruh positif antara Intensitas Belajar terhadap prestasi belajar PAI dengan harga  $F_{reg} = 8,6,59$  yang telah dikonsultasikan dengan  $F$  tabel dan hasilnya  $F_{reg} > F$  tabel yang berarti signifikan. Kedua, terdapat pengaruh positif antara Tingkat Keberegaman terhadap Prestasi Belajar PAI dengan hasilnya  $F_{reg} = 66,00$  yang telah dikonsultasikan dengan  $F$  tabel dan hasinya  $F_{reg} > F$  tabelyang berarti signifikan. Ketiga, terdapat pengaruh positif antara Intensitas Belajar dan tingkat Keberagaman

---

<sup>46</sup> Ely Suryanti, *Hubungan Tingkat Kesegaran jasmani terhadap Prestasi Belajar Kelas V Putra SD Negeri Dabin Candra Pekalongan Tahun 2009*, (Semarang: Fakultas Ilmu Keolahragaan UNNES, 2009)

secara bersama-sama terhadap Prestasi Belajar PAI yang hasilnya  $F_{reg} = 62,914$  yang telah dikonsultasikan dengan  $F_{tabel}$  dan hasilnya  $F_{reg} > F_{tabel}$  yang Berarti signifikan.<sup>47</sup>

Dari beberapa kajian pustaka di atas terdapat persamaan dan perbedaan antara penelitian yang peneliti lakukan dengan beberapa penelitian yang terdapat pada kajian pustaka di atas. Berdasarkan kesamaan dari penelitian yang peneliti lakukan dengan peneliti yang lain adalah sama-sama membahas tentang tingkat kebugaran jasmani dan Intensitas Belajar, baik itu dalam bidang pendidikan ataupun yang lainnya. Sedangkan perbedaannya ada pada variabel yang dipengaruhi dan subyek yang diteliti dan juga tempat penelitiannya.

### C. Rumusan Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, di mana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Dikatakan sementara, karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori yang relevan, belum didasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data.<sup>48</sup>

---

<sup>47</sup> Amanatul Khomisah, *Pengaruh Intensitas Belajar dan Tingkat Keberagaman terhadap Prestasi Belajar Pensisikan Agama Islam PAI Siswa Kelas II dan Kelas III SMP Negeri Pengantian Banjarnegara Tahun 2005/2006*. (Semarang, UIN Walisongo 2006)

<sup>48</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*, (Bandung: Alfabeta, 2013), Cet. XVII, hlm. 96.

Sehubungan dengan penelitian ini, peneliti mengajukan hipotesis bahwa:

1. Ada pengaruh positif tingkat kebugaran jasmani terhadap prestasi belajar pendidikan agama Islam dan budi pekerti (PAI) siswa SMA N 11 Semarang.
2. Ada pengaruh positif intensitas belajar terhadap prestasi belajar pendidikan agama Islam dan budi pekerti (PAI) siswa SMA N 11 Semarang.
3. Ada pengaruh positif tingkat kebugaran jasmani dan intensitas belajar terhadap prestasi belajar pendidikan agama Islam dan budi pekerti (PAI) siswa SMA N 11 Semarang.



## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian ini termasuk kategori penelitian penelitian kuantitatif. Menurut Sugiyono, metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu. Teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.<sup>1</sup>

Sedangkan menurut Suharsimi Arikunto, Penelitian kuantitatif adalah suatu proses penelitian untuk menemukan pengetahuan yang menggunakan data berupa angka sebagai alat untuk menemukan keterangan mengenai apa yang ingin diketahui.<sup>2</sup> Dalam penelitian ini penulis menggunakan teknik *Purposive sample* yakni pengambilan sampel yang sudah memiliki tujuan tertentu. Metode yang dipakai penulis dalam pengumpulan data ialah *teknik analisis regresi dua indektor*.

---

<sup>1</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*, (Bandung: Alfabeta, 2013), Cet. XVII, hal. 14.

<sup>2</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*,(Jakarta: Rineka Cipta, 2006), hal. 12.

## **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

Tempat yang dijadikan subyek penelitian ini adalah SMA Negeri 11 Semarang. Sedangkan waktu penelitian ini dilakukan mulai tanggal 28 November sampai 20 Desember tahun 2016.

## **C. Populasi dan Sempel**

### **1. Populasi Penelitian**

Populasi pada umumnya diartikan sebagai penduduk. Berkaitan dengan penelitian ilmiah, populasi dapat dibatasi sebagai keseluruhan pengamatan yang menjadi perhatian peneliti.<sup>3</sup> Sedangkan populasi menurut Sugiono adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: objek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.<sup>4</sup>

Mengenai populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X SMA N 11 Semarang yang berjumlah 12 kelas yang jumlah siswanya 455 siswa.

### **2. Sampel Penelitian**

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada

---

<sup>3</sup> R. Partino dan M. Idrus, *Statistik Deskriptif*, (Yogyakarta: Safiria Insania Press, 2009), hal. 2.

<sup>4</sup> Sugiono, *Statistik Untuk Penelitian*, (Bandung: Alfabeta, 2012), hal. 61.

populasi, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi tersebut.<sup>5</sup>

Suharsimi Arikunto dalam bukunya *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek*, memberikan petunjuk sebagai berikut: Apabila subyeknya kurang dari 100 (seratus) lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Selanjutnya jika jumlah subyeknya besar atau lebih dari 100 (seratus), maka dapat diambil antara 10 % sampai 15 % atau 20 % sampai 25 % atau lebih.<sup>6</sup>

Dengan berpedoman tersebut ditetapkan bahwa sampel pada penelitian ini sebanyak 15 % dari jumlah populasi 12 kelas (455 siswa) yaitu sebanyak 12 kelas yang berjumlah 69 siswa. Dan dalam pengambilan sampelnya menggunakan teknik *Purposive sample* (pengambilan sampel bertujuan) dalam populasi yang memiliki tingkat kebugaran yang tinggi di kelas.

#### **D. Variabel dan Indikator Penelitian**

Variabel adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh

---

<sup>5</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2010), hal. 118.

<sup>6</sup>Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*,(Jakarta: Rineka Cipta, 2006), hal. 134.

informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya.<sup>7</sup>  
Variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Variabel Independen (*Independent Variabel*)

Variabel independen adalah variabel bebas (X) yang mempengaruhi variabel lain. Dalam penulisan skripsi ini variabel X-nya adalah “Tingkat Kebugaran Jasmani (X<sub>1</sub>) dan Intensitas Belajar(X<sub>2</sub>).

Dengan indikator X1:

- 1) Atletik lari ( 60 m dan 1200 m) untuk putra
- 2) Atletik lari (60 m dan 1000 m) untuk putri
- 3) Gantung angkat tubuh untuk putra
- 4) Gantung tekuk siku untuk putri
- 5) Baring duduk selama 60 detik untuk putra dan putri
- 6) Loncat tegak untuk putra dan putri
- 7) Hasil tes kebugaran jasmani siswa

Dengan Indikator X2 :

- 1) Selalu mengikuti pelajaran
- 2) Mengulangi membaca di rumah apa yang sudah dipelajari di sekolah
- 3) Memiliki buku catatan pelajaran

---

<sup>7</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2010), hal. 60.

- 4) Menyusun perlengkapan yang digunakan untuk belajar
- 5) Disiplin dalam menepati jadwal belajar yg telah disusun sendiri
- 6) Disiplin dalam mengatasi godaan yang akan menunda-nunda waktu belajar
- 7) Disiplin untuk menumbuhkan kemauan dan semangat belajar di rumah maupun di sekolah
- 8) Disiplin menjaga kondisi fisik agar selalu sehat.

b. Variabel Terikat (*Dependent Variabel*)

Variabel dependen adalah variabel tergantung (Y) yang dipengaruhi oleh variabel lain. Dalam penulisan skripsi ini variabel Y-nya adalah nilai rapor siswa semester gasal tahun ajaran 2016-2017.

## **E. Teknik dalam Pengumpulan Data**

Untuk memperoleh penelitian yang valid dan releabel, maka harus menggunakan metode, teknik dan alat pengumpulan data yang sesuai dan bisa dipercaya kebenarannya dalam pengolahan data sesuai objek yang di bahas. Dalam hal ini peneliti menggunakan teknik pengumpulan data sebagai berikut:

### 1. Kuesioner

Teknik ini biasa disebut angket yaitu suatu teknik atau metode pengumpulan data melalui daftar pertanyaan-

pertanyaan.<sup>8</sup> Bentuk angket yang digunakan disini adalah angket langsung, guna memperoleh data tentang intensitas belajar terhadap prestasi belajar pendidikan agama islam dan budi pekerti siswa kelas X di SMA N 11 Semarang.

## 2. Dokumentasi

Metode dokumentasi dapat dilakukan dengan mencari data mengenai hal-hal yang berupa catatan-catatan, buku-buku, surat kabar, notulen, agenda, dan sebagainya.<sup>9</sup> Dengan metode ini dapat di temukan data mengenai daftar siswa, pelaksanaan pelatihan kebugaran, struktur organisasi, data kebugaran dan data hasil belajar atau prestasi belajar siswa kelas X di SMA N 11 Semarang.

## F. Teknik Analisis Data

Analisis data diartikan sebagai upaya mengolah data menjadi informasi, sehingga karakteristik atau sifat-sifat data tersebut dapat dengan mudah dipahami dan bermanfaat untuk menjawab masalah-masalah yang berkaitan dengan kegiatan penelitian. Dengan demikian, teknik analisis data adalah cara melaksanakan analisis terhadap data, dengan tujuan mengolah

---

<sup>8</sup>Sutrisno Hadi, *Metodologi Research II*, (Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM, 1987), hal. 158.

<sup>9</sup>Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*,(Jakarta: Rineka Cipta, 2006), hal. 274.

data tersebut menjadi informasi, sehingga karakteristik atau sifat-sifat datanya dapat dengan mudah dipahami dan bermanfaat untuk menjawab masalah-masalah yang berkaitan dengan kegiatan penelitian, baik berkaitan dengan deskripsi data maupun untuk membuat induksi, serta menarik kesimpulan tentang karakteristik populasi berdasarkan data yang diperoleh dari sampel.<sup>10</sup>

## **1. Analisis Pendahuluan**

### **a. Penskoran**

Di sini peneliti mengumpulkan data dari angket dan yang kemudian diubah dalam angka-angka kuantitatif. langkah yang diambil untuk merubah data kualitatif menjadi kuantitatif adalah dengan cara memberikan nilai pada setiap item jawaban pada pertanyaan angket untuk responden.

Untuk mempermudah penggolongan data statistiknya, angka setiap item soal positif diberi skor sebagai berikut:<sup>11</sup>

- 1) Untuk alternatif jawaban A diberi skor 4

---

<sup>10</sup> Sambas Ali Muhidin dan Maman Abdurrahman, *Analisis Korelasi, Regresi, dan Alur Dalam Penelitian*, (Bandung: Pustaka Setia, 2009), hlm. 52.

<sup>11</sup>Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*,(Jakarta: Rineka Cipta, 2006), hal. 242.

- 2) Untuk alternatif jawaban B diberi skor 3
- 3) Untuk alternatif jawaban C diberi skor 2
- 4) Untuk alternatif jawaban D diberi skor 1

Dan untuk angka setiap item soal negatif diberi skor sebagaiberikut:

- 1) Untuk alternatif jawaban A diberi skor 1
- 2) Untuk alternatif jawaban B diberi skor 2
- 3) Untuk alternatif jawaban C diberi skor 3
- 4) Untuk alternatif jawaban D diberi skor 4

b. Analisis Validitas Angket

Suatu instrumen pengukuran dikatakan valid jika instrumen dapat mengukur sesuatu dengan tepat apa yang hendak diukur.<sup>12</sup> Instrumen yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data itu valid. Valid berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur.<sup>13</sup>

Adapun rumus yang digunakan untuk uji validitas yaitu dengan menggunakan teknik korelasi product momen, dengan menggunakan rumus sebagai berikut.

---

<sup>12</sup> Sambas Ali Muhidin dan Maman Abdurahman, *Analisis Korelasi...*, hlm. 30.

<sup>13</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian...*, hlm. 173.

$$r_{xy} = \frac{N\sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N\sum X^2 - (\sum X)^2][N\sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}^{14}$$

Keterangan :

$r_{xy}$  = koefisien korelasi antara X dan Y

N = Jumlah Sampel

$\sum XY$  = Jumlah perkalian antara skor X dan skor Y

$\sum X$  = Jumlah seluruh skor X

$\sum Y$  = Jumlah seluruh skor Y

$\sum X^2$  = Jumlah kuadrat skor X

$\sum Y^2$  = Jumlah kuadrat skor Y

Hasil perhitungan  $r_{xy}$  dikonsultasikan pada r tabel *product moment* dengan taraf signifikan = 5% dk = n = 2. Jika  $r_{xy} \geq r_{\text{tabel}}$  ini berarti kedua variabel dinyatakan valid.

#### c. Analisis Reliabilitas Angket

Pengujian alat pengumpulan data yang kedua adalah pengujian reliabilitas instrumen. Suatu instrumen pengukuran dikatakan reliabel jika pengukurannya konsisten dan cermat akurat. Jadi uji reliabilitas instrumen dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui konsistensi dari instrumen sebagai alat ukur, sehingga hasil suatu pengukuran dapat

---

<sup>14</sup> Sambas Ali Muhidin dan Maman Abdurrahman, *Analisis Korelasi...*, hlm.34.

dipercaya. Hasil pengukuran dapat dipercaya hanya apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama (homogen) diperoleh hasil yang relatif sama, selama aspek yang diukur dalam diri subjek memang belum berubah. Dalam hal ini, relatif sama berarti tetap adanya toleransi terhadap perbedaan-perbedaan kecil diantara hasil beberapa kali pengukuran.<sup>15</sup>

Teknik yang digunakan untuk menguji reliabilitas instrumen yaitu dengan menggunakan rumus *Alfa Cronbach*.<sup>16</sup>

$$r_{11} = \left[ \frac{K}{k-1} \right] \cdot \left[ 1 - \frac{\sum \sigma_i^2}{\sigma_t^2} \right]$$

Keterangan :

$r_{11}$  = reliabilitas instrumen atau koefisien alfa

$K$  = banyaknya bulir soal

$\sum \sigma_i^2$  = jumlah varians bulir

$\sigma_t^2$  = varians total

$N$  = jumlah responden.

Setelah diperoleh hasil dari perhitungan data, selanjutnya membandingkan nilai hitung  $r$  dan nilai

---

<sup>15</sup> Sambas Ali Muhidin dan Maman Abdurrahman, *Analisis Korelasi...*, hlm. 37.

<sup>16</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*, ( Jakarta: PT. Rineka Cipta, 1996), hlm. 231.

$r_{tabel}$  product moment dengan taraf signifikan 5%.  
 Instrumen dapat dikatakan variabel jika  $r_{hitung} > r_{tabel}$ .

d. Mencari Mean dari Variabel ( $X_1$ ), ( $X_2$ ) dan ( $Y$ )

$$\text{Mean variabel } X_1, \bar{x}_1 = \frac{\sum x_1}{N}$$

$$\text{Mean variabel } X_2, \bar{x}_2 = \frac{\sum x_2}{N}$$

$$\text{Mean variabel } Y, \bar{y} = \frac{\sum Y}{N}$$

e. Menentukan Kualifikasi dan Interval Nilai dengan cara:

1) Menentukan Rentang / *range*

$$R = H - L$$

2) Menentukan banyak kelas interval

$$K = 1 + 3,3 \log N$$

3) Menentukan Interval Kelas

$$I = \frac{R}{K}^{17}$$

4) Menentukan Mean dan Standar Deviasi

Rumus yang digunakan untuk menghitung mean adalah:

$$\bar{x} = \frac{\sum f \times}{N}$$

Sedangkan rumus yang digunakan untuk mengetahui standar deviasi adalah:

---

<sup>17</sup> Sudjana, *Metoda Statistika*, (Bandung: Tarsito, 2005), hlm. 47.

$$SD = \sqrt{\frac{\sum F \cdot x'^2}{N-1}}^{18}$$

Keterangan :

- I = Panjang kelas interval
- R = Range/ Rentang
- K = Banyak kelas interval
- H = Nilai tertinggi
- L = Nilai terendah
- N = Jumlah Responden

## 2. Analisis Uji Hipotesis

Analisis uji hipotesis ini, penulis mengadakan perhitungan lebih lanjut mengenai distribusi frekuensi yang ada pada analisis pendahuluan. Karena dalam penelitian ini terdiri dari satu kriteria yaitu Prestasi Belajar Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti (Y) serta dua prediktor yaitu Tingkat Kebugaran Siswa ( $X_1$ ) dan Intensitas Belajar ( $X_2$ ). Maka analisisnya menggunakan *analisis regresi berganda dua prediktor*. Dan untuk mengetahui pengaruh antara Tingkat Kebugaran ( $X_1$ ) terhadap Prestasi Belajar Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti (Y) serta pengaruh Intensitas Belajar ( $X_2$ ) terhadap Prestasi

---

<sup>18</sup> Sugiyono, *Statistika Untuk Penelitian*, (Bandung: Alfabeta, 2014), hlm. 58.

pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti (Y) analisisnya menggunakan *analisis Regresi sederhana*.

a. Uji Hipotesis I dan II

Langkah-langkahnya adalah sebagai berikut:

- 1) Mencari korelasi antara prediktor ( $X_1$ ) dengan kriterium (Y) dengan menggunakan teknik korelasi *product moment* dari *Pearson*, dengan menggunakan rumus sebagai berikut :

$$r_{xy} = \frac{\sum xy}{\sqrt{(\sum x^2)(\sum y^2)}}^{19}$$

- 2) Uji Signifikansi korelasi melalui uji t, dengan rumus:

$$t_h = \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}}$$

**Tabel 3.2**  
**Pedoman Untuk Memberikan Interpretasi Terhadap Koefisien Korelasi<sup>20</sup>**

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00 – 0,199	Sangat Rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 0,1000	Sangat Kuat

---

<sup>19</sup> Sugiyono, *Statistika...*, hlm. 228.

<sup>20</sup> Sugiyono, *Statistika...*, hlm. 231

3) Mencari persamaan garis regresi dengan menggunakan rumus regresi sederhana, sebagai berikut:

a) Uji Hipotesis I

$$\hat{Y} = a + bX_1$$

$$b = \frac{n \cdot \sum X_1 Y - \sum X_1 \cdot \sum Y}{n \cdot \sum X_1^2 - (\sum X_1)^2}$$

$$a = \hat{Y} - bX_1$$

b) Uji Hipotesis II

$$\hat{Y} = a + bX_2$$

$$b = \frac{n \cdot \sum X_2 Y - \sum X_2 \cdot \sum Y}{n \cdot \sum X_2^2 - (\sum X_2)^2}$$

$$a = \hat{Y} - bX_2$$

Keterangan:

$\hat{Y}$  = (baca: Y topi), subjek variabel terikat yang diproyeksikan

X = variabel bebas yang mempunyai nilai tertentu untuk diprediksikan

a = nilai konstanta harga Y jika X = 0

b = nilai arah sebagai penentu ramalan (prediksi) yang menunjukkan nilai peningkatan (x) atau nilai penurunan (-) variabel Y

c) Mencari varian regresi

Mencari varian regresi dengan menggunakan rumus regresi sederhana sebagai berikut:<sup>21</sup>

---

<sup>21</sup> Sugiyono, *Statistika...*, hlm. 266

Sumber Varian	Db	JK	RK	$F_{reg}$
Regresi	1	$\frac{\sum(xy)^2}{\sum x^2}$	$\frac{JK_{reg}}{db_{reg}}$	$\frac{RK_{reg}}{db_{res}}$
Residu	$N - 2$	$\frac{\sum y^2 - \frac{\sum(xy)^2}{\sum x^2}}{\sum x^2}$	$\frac{JK_{res}}{db_{res}}$	
Total	$N - 1$	$\sum y^2$		

b. Uji Hipotesis III dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- 1) Mencari persamaan regresi untuk dua prediktor dengan rumus sebagai berikut:

$$\hat{Y} = a + b_1x_1 + b_2x_2^{22}$$

Untuk menghitung harga-harga  $a$ ,  $b_1$ ,  $b_2$  dapat menggunakan persamaan sebagai berikut:

$$b_1 = \frac{(\sum x_2^2)(\sum x_1y) - (\sum x_1x_2)(\sum x_2y)}{(\sum x_1^2)(\sum x_2^2) - (\sum x_1x_2)^2}$$

$$b_2 = \frac{(\sum x_1^2)(\sum x_2y) - (\sum x_1x_2)(\sum x_1y)}{(\sum x_1^2)(\sum x_2^2) - (\sum x_1x_2)^2}$$

$$a = \hat{Y} - b_1X_1 - b_2X_2^{23}$$

- 2) Mencari korelasi antara prediktor ( $X_{1,2}$ ) dengan kriterium ( $Y$ ) dengan rumus sebagai berikut:

$$R_{(1.2)} = \frac{b_1\sum x_1y + b_2\sum x_2y}{(\sum y^2)}^{24}$$

---

<sup>22</sup> Sugiyono, *Statistika...*, hlm. 275

<sup>23</sup> Shodiq, *Aplikasi Statistika Dalam Penelitian Kependidikan*, (Semarang: Karya Abadi Jaya, 2015), hlm. 191

Keterangan :

$R_{(1,2)}$  = koefisien korelasi antara Y dengan  $X_1$   
dan  $X_2$

$a_1$  = koefisien prediktor  $X_1$

$a_2$  = koefisien prediktor  $X_2$

$\sum x_1 y$  = jumlah produk antara  $X_1$  dan Y

$\sum x_2 y$  = jumlah produk antara  $X_2$  dan Y

$\sum y^2$  = jumlah kuadrat kriterium Y

- 3) Mencari signifikansi korelasi melalui uji t

$$t_h = \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}}$$

- 4) Mencari varian regresi dengan menggunakan rumus regresi sebagai berikut:<sup>25</sup>

Sumber Varian	Db	JK	RK	$F_{reg}$
Regresi	M	$R^2(\sum y^2)$	$R^2 \frac{(\sum y^2)}{m}$	$\frac{RK_{reg}}{RK_{res}}$
Residu	$N - m - 1$	$(1 - R^2)(\sum y^2)$	$\frac{(1 - R^2)(\sum y^2)}{N - m - 1}$	
Total	$N - 1$	$\sum y^2$		

---

<sup>24</sup> Nanang Martono, *Statistik Sosial Teori dan Aplikasi SPSS*, (Yogyakarta: Gava Media, 2010), hlm. 50.

<sup>25</sup> Sutrisno Hadi, *Analisis Regresi*, (Yogyakarta: ANDI Yogyakarta, 2004), hlm. 24

### 3. Analisis Lanjutan

Setelah diperoleh  $F_{reg}$ , maka langkah selanjutnya adalah membandingkan harga  $F_{reg}$  dengan nilai  $F_{tabel}$ , baik taraf 5 % maupun 1 % dengan kemungkinan:

- 1) Jika  $F_{reg}$  sama atau lebih besar dari pada  $F_{tabel}$  1% atau 5 % maka signifikan (hipotesis diterima). Ada pengaruh positif tingkat kebugaran dan intensitas belajar terhadap prestasi belajar pendidikan agama islam dan budi pekerti kelas x di SMA Negeri 11 Semarang.
- 2) Jika  $F_{reg}$  lebih kecil dari pada  $F_{tabel}$  1 % atau 5 % maka non signifikan (hipotesis ditolak). Artinya tidak ada pengaruh tingkat kebugaran jasmani dan intensitas belajar terhadap prestasi belajar pendidikan agama islam dan budi pekerti kelas x di SMA Negeri 11 Semarang.



## BAB IV

### DESKRIPSI DAN ANALISIS DATA

#### A. Deskripsi Data Umum Penelitian

##### 1. Gambaran Umum SMAN 11 Semarang

###### a. Sejarah Berdirinya

Berdasarkan Surat Keputusan No. 0605/0/1985 tanggal 22 Nopember 1085 tentang Unit Gedung Baru (UGB), dibuka SMA Negeri 11 Semarang pada Tahun Pelajaran 1985/1986. Sambil menunggu penyelesaian pembangunan gedung, SMA Negeri 11 Semarang untuk sementara menggunakan gedung SMP Negeri 8 Semarang sebagai tempat kegiatan belajar mengajar berlangsung siang hari. Sebagai pengampu adalah Bapak Widayat Soekanto yang sementara itu masih menjabat sebagai Kepala SMA Negeri 11 Semarang.<sup>1</sup>

Pada tahun pertama SMA Negeri 11 Semarang menerima sejumlah 144 siswa yang terdiri dari 3 rombongan belajar yaitu IA, IB, dan IC. Untuk pengajar sebagian besar dari SMA Negeri 1 Semarang, baik Guru Tetap (GT) dan Guru Tidak Tetap (GTT). Pada bulan Agustus 1986, Kepemimpinan SMA Negeri 11 Semarang diserahkan terimakan dari Drs. Soekanto kepada Dra. Endang

---

<sup>1</sup> [http://portalsemarang.com/sma-negeri-11-semarang\\_dibuka\\_pada\\_jam\\_7.44](http://portalsemarang.com/sma-negeri-11-semarang_dibuka_pada_jam_7.44) pada tanggal 12-051017

Soelastri yang sebelumnya menjabat sebagai SMA Negeri 13 Semarang. Di tahun tahun berikutnya SMA Negeri 11 Semarang dipimpin beberapa Kepala Sekolah. Di stiap tahunnya SMA Negeri 11 Semarang Semakin meningkat sehingga bisa bersaing dengan SMA negeri yang lain sampai saat ini.

Sampai saat ini masih berupaya terus dilakukan untuk meningkatkan mutu sekolah baik dari fisik, akademik, maupun pelayanan. Pengembangan fisik diupayakan melalui renovasi beberapa gedung agar lebih representatif. Serta penambahan sarana prasarana yang menunjang kegiatan belajar mengajar di SMA Negeri 11 Semarang.<sup>2</sup>

b. Visi, Misi, dan Tujuan SMA Negeri 11 Semarang

1) Visi SMA Negeri 11 Semarang

“Terwujudnya sekolah yang religius, cerdas, terampil dan berwawasan lingkungan.”

2) Misi SMA Negeri 11 Semarang

- a) Meningkatkan iman, taqwa dan akhlak mulia.
- b) Meningkatkan budaya berprestasi dan mutu lulusan.
- c) Mengembangkan ilmu pengetahuan, teknologi dan budaya.
- d) Mengembangkan sekolah Adiwiyata.

---

<sup>2</sup> Arsip SMA N 11 Semarang Tahun Pelajaran 2016/2017

- 3) Tujuan SMA Negeri 11 Semarang
- a) Melaksanakan ibadah sesuai dengan agama yang dianutnya.
  - b) Memiliki jiwa toleransi antar umat beragama, antar umat beragama, dan pemerintah.
  - c) Menghayati dan mengamalkan sikap dan perilaku yang mencerminkan karakter bangsa.
  - d) Mengembangkan pengetahuan peserta didik untuk meningkatkan mutu lulusan dan melanjutkan pendidikan pada jenjang yang lebih tinggi.
  - e) Mengoptimalkan proses pembelajaran dengan pendekatan pembelajaran yang berpusat pada peserta didik (*student centered learning*), serta layanan bimbingan dan konseling.
  - f) Meraih kejuaraan dalam kegiatan intrakurikuler dan ekstrakurikuler ditingkat kota, provinsi dan nasional.
  - g) Melestarikan budaya nasional dan daerah.
  - h) Meningkatkan kesadaran warga sekolah dalam upaya melestarikan lingkungan hidup.
  - i) Mengembangkan sekolah menjadi tempat pembelajaran, penyadaran, penyelamatan dan pelestarian lingkungan hidup dan pencegahan pencemaran.<sup>3</sup>

---

<sup>3</sup>Arsip SMA N 11 Semarang Tahun Pelajaran 2016/2017

c. Keadaan Guru dan Karyawan SMA Negeri 11 Semarang

Guru adalah pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi peserta didik pada pendidikan anak usia dini jalur pendidikan formal, pendidikan dasar, dan pendidikan menengah.<sup>4</sup>

SMA Negeri 11 Semarang mempunyai 82 guru dan 17 pegawai/karyawan. Klasifikasinya sebagai berikut; guru tetap sebanyak 68 orang dan guru tidak tetap sebanyak 14 orang. Serta 5 pegawai tetap dan 14 pegawai tidak tetap. Semua guru lulusan S1, dan ada 12 guru yang sudah lulus S2. Sedangkan untuk karyawan ada 2 yang sudah lulus S1 dan hanya ada 1 yang sudah lulus S2, dan untuk yang lainnya lulusan SD, SMP, dan SMA.

Jumlah guru dengan kualifikasi yang semuanya minimal S1 tersebut, dirasa sudah memenuhi kualifikasi pendidik sebagaimana tertera dalam UU No. 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen Bab IV Pasal 9 bahwa “Kualifikasi akademik guru diperoleh melalui pendidikan tinggi program sarjana atau program diploma 4”.<sup>5</sup> Jumlah guru sebanyak 82 orang dirasa ideal karena sudah sesuai

---

<sup>4</sup>UU Nomor 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen, Bab 1 Pasal 1 Ayat 1

<sup>5</sup>UU Nomor 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen Bab IV Pasal 9

dengan rasio siswa yang sebanyak 1341 siswa dengan perbandingan 1 guru : 16 siswa.<sup>6</sup>

d. Keadaan Peserta didik SMA Negeri 11 Semarang

Peserta didik adalah anggota masyarakat yang berusaha mengembangkan potensi diri melalui proses pembelajaran yang tersedia pada jalur, jenjang, dan jenis pendidikan tertentu.<sup>7</sup>

Siswa SMA Negeri 11 Semarang tahun pelajaran 2016/2017 berjumlah 1341 siswa dengan rincian masing-masing tingkat kelasnya yaitu kelas X berjumlah 455 siswa, kelas XI berjumlah 450 siswa, dan kelas XII berjumlah 432 siswa. Dengan tiap tingkatan terdiri dari jurusan MIPA dan IIS. Jumlah siswa perkelasnya sudah ideal, tidak terlalu sedikit, dan tidak terlalu banyak yaitu sekitar 36 siswa perkelasnya.<sup>8</sup>

e. Keadaan Umum Sarana dan Prasarana SMA Negeri 11 Semarang

Sesuai dengan PP. No.19 tentang standar Nasional pendidikan, bahwa sarana prasarana juga termasuk dalam salah satu standar nasional pendidikan yaitu standar sarana dan prasarana.

---

<sup>6</sup>Waibsait SMAN 11 Semarang, pukul 13.05 WIB

<sup>7</sup> UU Sistem Pendidikan Nasional No.20 Tahun 2003 Bab 1 Pasal 1 Ayat 4

<sup>8</sup>Arsip SMA N 11 Semarang Tahun Pelajaran 2016/2017

Sarana dan prasarana di SMA Negeri 11 Semarang cukup memadai dan sesuai dengan rasio jumlah siswa sehingga dapat mendukung peroses pembelajaran siswa. Sistem pembelajaran di SMA Negeri 11 Semarang yang telah berbasis TIK setiap kelas telah dilengkapi dengan seperangkat LCD proyektor. Laboratorium komputer SMA Negeri 11 Semarang terdiri dari dua ruang yang masing-masing berisi 42 unit komputer.

Selain itu laboratorium IPA SMA Negeri 11 Semarang terdiri dari lab. Fisika , Kimia dan Biologi, masing masing terdiri dari dua lokal, satu lokal digunakan kegiatan PBM sekaligus praktikum untuk siswa kelas X dan yang satu ruang khusus untuk praktikum kelas XI dan XII. Sarana olah raga terdiri dari lapangan bola basket, volly, dan lapangan sepak bola.<sup>9</sup>

f. Keadaan Umum kelengkapan Olahraga SMA Negeri 11 Semarang.

Kelengkapan Olah raga sangatlah penting untuk melatih ataupun menjaga kebugaran yang di miliki siswa. Kelengkapan barangnya antara lain bola sepak, bola basket, bola volly, bola tangan, lembing cakram peluru, matras keadaan barang tersebut masih baik dan jumlahnya relatif banyak supaya semua siswa yang melaksanakan kegiatan olah raga dapat menggunakan.

---

<sup>9</sup> Arsip SMA N 11 Semarang Tahun Pelajaran 2016/2017

Adapun Identitas sekolah, data guru dan karyawan, data peserta didik, sarana dan prasarana , kelengkapan sarana olah raga, serta susunan organisasi sekolah untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada *lampiran 1*.

## **2. Deskripsi Angket dan Data Lain**

Setelah melakukan penelitian, peneliti memperoleh hasil studi lapangan berupa data Intensitas Belajar Siswa SMA Negeri 11 Semarang. Data tersebut diperoleh dari hasil angket yang telah diberikan kepada peserta didik sebagai responden penelitian yang berjumlah 70 peserta didik. Dalam angket tersebut terdapat 25 butir pertanyaan yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya.

### **a. Analisis Data Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen**

Sebelum memberikan angket kepada responden untuk memperoleh data penelitian terlebih dahulu dilakukan uji validitas dan reliabilitas instrumen angket yang berjumlah 32 soal dengan responden uji coba siswa kelas X IIS 1 yang berjumlah 30 siswa.

### ***Lihat Lampiran 3***

#### **1) Analisis Uji Validitas Instrumen**

Uji validitas digunakan untuk mengetahui valid atau tidaknya butir-butir soal angket. Butir soal yang tidak valid akan dibuang dan tidak digunakan. Sedangkan butir soal yang valid digunakan dalam instrumen angket untuk memperoleh data dari responden.

Hasil dari analisis perhitungan validitas butir soal  $r$  hitung dikonsultasikan dengan harga kritik  $r$  *productmoment* dengan taraf signifikansi 5%. Bila harga  $r_{hitung} > r_{tabel}$  maka butir soal tersebut dinyatakan valid, begitupun sebaliknya.

Dari uji validitas menunjukkan nilai  $r_{hitung} > r_{tabel}$  (nilai  $r_{tabel}$  dengan  $N = 30$  orang sebesar 0,361), maka dapat disimpulkan instrumen intensitas belajar adalah valid, sebaliknya jika  $r_{hitung} < r_{tabel}$  maka dinyatakan tidak valid. Instrumen yang dinyatakan valid digunakan untuk penelitian untuk diuji hipotesis.

Dari uji validitas masing-masing variabel dapat diketahui jumlah instrumen yang valid dan tidak valid dengan perincian yang bisa dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 4.1**  
**Hasil Uji Validitas Instrumen Intemsitas Belajar Siswa**  
**(Variabel  $X_2$ )**

No	Kriteria	Nomor <i>item</i> soal	Jumlah	Prosentase
1	Valid	Variabel X (1, 4, 5, 7, 8, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 24, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 33, 34, 35, 36, 38, 39, 40, 41, 42)	25	78%
2	Tidak Valid	Variabel X (2, 3, 6, 9, 19, 22, 23, 25, 32, 37)	7	22%
	Total		32	100%

Dari uji validitas instrumen yang telah dilakukan, diperoleh hasil bahwa ada 32 soal yang valid dan 10 soal yang tidak valid, dari total 32 soal. Selanjutnya *item* soal yang tidak valid tidak digunakan dalam penelitian, sehingga instrumen angket penelitian yang digunakan untuk memperoleh data tentang pengaruh intensitas belajar (variabel  $X_2$ ) ada 25 *item* soal

***Lihat lampiran 5***

2) Analisis Data Uji Reliabilitas Instrumen

Uji reliabilitas instrumen digunakan untuk mengukur konsistensi instrumen dalam menghasilkan data. Instrumen yang reliabel adalah instrumen yang bila digunakan beberapa kali untuk mengukur obyek yang sama, akan menghasilkan data yang sama.<sup>10</sup> Hal ini berarti instrumen yang reliabel cukup dapat dipercaya sebagai alat pengumpul data karena data yang dihasilkan konsisten.

Nilai koefisien reliabilitas ( $r_{ii}$ ) yang diperoleh di konsultasikan dengan harga  $r$  *product moment* pada tabel dengan taraf signifikan 5% dan 1%. Jika  $r_{ii} > r_{tabel}$  maka item soal yang diuji cobakan reliabel.

---

<sup>10</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Alfabeta, 2010), hlm. 173.

Adapun untuk pengujian reliabilitas instrumen yang telah diujicobakan terhadap 30 responden memberikan hasil sebagai berikut:

Hasil uji reliabilitas instrumen Intensitas Belajar belajar diperoleh  $r_{ii} = 0,800$ .  $r_{tabel} 5\% : 0,361$  dan  $r_{tabel} 1\% : 0,463$ . Karena  $r_{ii} > r_{tabel}$  yaitu  $0,800 > 0,463 > 0,361$  artinya butir soal uji coba instrumen variabel intensitas belajar memiliki kriteria pengujian yang **reliabel**. *Lihat lampiran 5*

b. Analisis Data Mean dan Standar Deviasi

Dari hasil penelitian tersebut diperoleh data sebagai berikut.:

1) Data Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa

Data tentang tingkat kebugaran jasmani diperoleh dari data yang dimiliki sekolah yang bersumber dari nilai yang dibuat oleh guru kelas yang telah melakukan tes kebugaran yang sudah berstandar. Walaupun data ini tidak dapat melalui proses angket peneliti tetap memasukkan ke sub bab angket di karenakan agar mempermudah peneliti dalam menghitung Mean dan data Standar devisiasnya. Data tersebut juga masuk dalam penelian dalam penentuan nilai rapor pendidikan keolahragaan siswa. Berhubung sekolah sudah memiliki data tersebut penulis berniat untuk

menggunakan data tersebut untuk mempercepat waktu penelitian.

Untuk mengetahui data tingkat kebugaran siswa dapat dilihat pada table berikut:

**Tabel 4.2**  
**Data Hasil Variabel tes Kebugaran Jasmani Siswa ( $X_1$ )**

No	Res	Nilai	No	Res	Nilai
1	R_1	85	41	R_41	85
2	R_2	88	42	R_42	85
3	R_3	85	43	R_43	85
4	R_4	85	44	R_44	85
5	R_5	88	45	R_45	87
6	R_6	85	46	R_46	83
7	R_7	88	47	R_47	83
8	R_8	84	48	R_48	90
9	R_9	85	49	R_49	87
10	R_10	85	50	R_50	88
11	R_11	83	51	R_51	85
12	R_12	82	52	R_52	85
13	R_13	87	53	R_53	88
14	R_14	86	54	R_54	85
15	R_15	88	55	R_55	85
16	R_16	88	56	R_56	88
17	R_17	84	57	R_57	84
18	R_18	86	58	R_58	85
19	R_19	87	59	R_59	88
20	R_20	87	60	R_60	88
21	R_21	87	61	R_61	85
22	R_22	94	62	R_62	85
23	R_23	91	63	R_63	88
24	R_24	83	64	R_64	85
25	R_25	83	65	R_65	85
26	R_26	86	66	R_66	85

27	R_27	86	67	R_67	84
28	R_28	92	68	R_68	83
29	R_29	90	69	R_69	87
30	R_30	86	70	R_70	94
31	R_31	90			
32	R_32	92			
33	R_33	90			
34	R_34	85			
35	R_35	88			
36	R_36	85			
37	R_37	83			
38	R_38	83			
39	R_39	85			
40	R_40	86			

Berdasarkan data yang diperoleh, langkah selanjutnya adalah mentabulasikan data ke dalam table distribusi frekuensi dan menentukan kualitas variable  $X_1$ .

a) Mentabulasikan Data ke dalam Tabel Distribusi Frekuensi

Untuk membuat table distribusi frekuensi terlebih dahulu harus mencari interval nilai dengan rumus sebagai berikut:

$$I = R/K$$

Dimana:

$$R = H - L$$

$$= 94 - 82$$

$$= 12$$

$$K = 1 + 3,3 \log N$$

$$= 1 + 3,3 \log 70$$

$$= 1 + 3,3 (1,84)$$

$$= 7,08 \text{ (dibulatkan menjadi 7)}$$

Jadi dapat diketahui bahwa interval nilai:

$$I = R/K$$

$$= 12/7$$

$$= 1,71 \text{ (dibulatkan menjadi 2)}$$

Keterangan:

N = Jumlah data (responden)

R = Jarak pengukuran (*Range*)

K = Jumlah kelas interval

L = Nilai terendah

H = Nilai tertinggi

I = Interval kelas

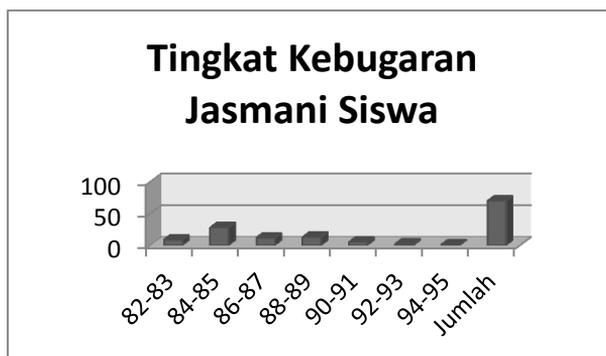
Setelah diketahui interval kelasnya selanjutnya dibuat table distribusi frekuensi variabel  $X_1$  sebagai berikut:

**Tabel 4.3**  
**Distribusi Frekuensi Skor Data Variabel  $X_1$  (Tingkat Kebugaran Siswa)**

Nilai Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
82-83	9	12,9%
84-85	28	40%
86-87	12	17,1%
88-89	13	18,6%
90-91	5	7,1%
92-93	2	2,9%
94-95	1	1,4%

Dari tabel distribusi frekuensi skor data tes tingkat kebugaran jasmani siswa ( $X_1$ ) diatas dapat diketahui dengan responden penelitian 70 siswa, dijadikan 7 kelas dengan interval kelas 2. Sehingga diperoleh frekuensi dari interval 82 – 83 adalah 9 dengan nilai 12,9%, frekuensi dari interval 84 – 85 adalah 28 dengan nilai 40%, frekuensi dari interval 86 – 87 adalah 12 dengan nilai 17,1%, frekuensi dari interval 88 – 89 adalah 13 dengan nilai 18,6%, frekuensi dari interval 90 – 91 adalah 5 dengan nilai 7,1%, frekuensi dari interval 92 – 93 adalah 2 dengan nilai 2,9%, dan frekuensi dari interval 94 – 95 adalah 1 dengan nilai 1,4%.

Dari tabel Distribusi Frekuensi Skor Data tes tingkat kebugaran jasmani siswa ( $X_1$ ) kemudian disajikan dalam bentuk grafik histogram, yaitu sebagai berikut:



**Gambar 4.1**  
**Histogram Frekuensi Tingkat Kebugaran Siswa**

b) Mean dan Standar Deviasi Tingkat Kebugaran Jasmai Siswa ( $X_1$ )

Tabel dibawah ini digunakan untuk mempermudah mengetahui mean dan standar deviasi variabel tingkat kebugaran jasmani siswa ( $X_1$ ).

**Tabel 4.4**  
**Mean dan Standar Deviasi**  
**Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa ( $X_1$ )**

N0	Interval	F	Present	X	FX	$x' (X-M)$	$x'^2$	$F.x'^2$
1	82-83	9	12, 9%	82,5	742,5	-3,5	12,25	110,25
2	84-85	28	40 %	84,5	2366	-1,5	2,25	63
3	86-87	12	17,1 %	86,5	1038	0,5	0,25	3
4	88-89	13	18,6 %	88,5	1150,5	2,5	6,25	81,25
5	90-91	5	7,1 %	90,5	452,5	4,5	20,25	101,25
6	92-93	2	2,9 %	92,5	185	6,5	42,25	84,5
7	94-95	1	1,4 %	94,5	94,5	8,5	72,25	72,25
		70	100 %		6029			515,5

Rumus yang digunakan untuk menghitung mean (M)

adalah:

$$\bar{x}_1 = \frac{\sum fx}{N}$$

$$= \frac{6029}{70}$$

$$= 86,128 \text{ di bulatkan menjadi } 86$$

Sedangkan rumus yang digunakan untuk mengetahui standar deviasi adalah:

$$\begin{aligned}
 SD &= \sqrt{\frac{\sum F \cdot x'^2}{N-1}} \\
 &= \sqrt{\frac{515,5}{70-1}} \\
 &= \sqrt{\frac{515,5}{69}} \\
 &= \sqrt{7,4710145} \\
 &= 2,73331 \text{ dibulatkan menjadi } 3
 \end{aligned}$$

Setelah diketahui mean dan standar deviasi variabel tingkat kebugaran siswa ( $X_1$ ) langkah selanjutnya adalah menentukan kualitas variabel tingkat kebugaran siswa ( $X_1$ ).

- 1)  $M + 1,5 SD = 86 + 1,5 (3) = 90,5$
- 2)  $M + 0,5 SD = 86 + 0,5 (3) = 86,15$
- 3)  $M - 0,5 SD = 86 - 0,5 (3) = 85,85$
- 4)  $M - 1,5 SD = 86 - 1,5 (3) = 81,5$

**Tabel 4.5**  
**Kriteria Kualitas Variabel Tingkat**  
**Kebugaran Siswa ( $X_1$ )**

Interval	Rata-rata	Kualifikasi	Kategori
$\geq 90,5$		Sangat Baik	
86,15- 90	86	Baik	Baik
82- 85,85		Cukup Baik	
$\leq 81,5$		Kurang Baik	

Dari table diatas dapat diketahui bahwa variabel  $X_1$  atau Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa termasuk dalam

kategori cukup baik, yaitu berada pada interval 86,15 - 90 dengan nilai rata-rata 86

## 2) Data Intensitas Belajar Siswa

Data tentang Intensitas belajar siswa diperoleh melalui angket yang berjumlah 25 item pernyataan yang diberikan kepada 70 responden. Masing-masing pernyataan disertai 4 alternatif jawaban. Untuk pernyataan positif yaitu dengan skor 1, 2, 3, 4 dan untuk pernyataan negatif dengan skor 4, 3, 2, 1. Sedangkan pernyataan yang tidak dijawab diberiskor 0 baik positif maupun negatif.

Untuk mengetahui data tentang Intensitas Belajar Siswa dapat dilihat pada table berikut:

**Tabel 4.6**  
**Data Hasil Angket Variabel X<sub>2</sub>**  
**(Intensitas Belajar Siswa)**

No	Res	Nilai	No	Res	Nilai
1	R_1	73	41	R_41	90
2	R_2	68	42	R_42	75
3	R_3	73	43	R_43	64
4	R_4	91	44	R_44	93
5	R_5	86	45	R_45	67
6	R_6	91	46	R_46	71
7	R_7	77	47	R_47	80
8	R_8	78	48	R_48	69
9	R_9	73	49	R_49	71
10	R_10	82	50	R_50	88
11	R_11	81	51	R_51	76
12	R_12	73	52	R_52	67
13	R_13	73	53	R_53	77
14	R_14	71	54	R_54	62

15	R_15	73	55	R_55	71
16	R_16	76	56	R_56	82
17	R_17	77	57	R_57	86
18	R_18	82	58	R_58	85
19	R_19	84	59	R_59	72
20	R_20	79	60	R_60	79
21	R_21	79	61	R_61	61
22	R_22	77	62	R_62	82
23	R_23	78	63	R_63	84
24	R_24	70	64	R_64	81
25	R_25	66	65	R_65	77
26	R_26	69	66	R_66	90
27	R_27	91	67	R_67	82
28	R_28	78	68	R_68	78
29	R_29	69	69	R_69	82
30	R_30	61	70	R_70	82
31	R_31	74	71	$\Sigma$	5387
32	R_32	71	72		
33	R_33	69	73		
34	R_34	71	74		
35	R_35	83	75		
36	R_36	64	76		
37	R_37	85	77		
38	R_38	77	78		
39	R_39	83	79		
40	R_40	87	80		

Berdasarkan data yang diperoleh, langkah selanjutnya adalah mentabulasikan data ke dalam table distribusi frekuensi dan menentukan kualitas variable  $X_2$ .

- a) Mentabulasikan Data ke dalam Tabel Distribusi Frekuensi

Untuk membuat table distribusi frekuensi terlebih dahulu harus mencari interval nilai dengan rumus sebagai berikut:

$$I = R/K$$

Dimana:

$$R = H - L$$

$$= 93-61$$

$$= 32$$

$$K = 1 + 3,3 \log N$$

$$= 1 + 3,3 \log 70$$

$$= 1 + 3,3 (1,84)$$

$$= 7,08 \text{ (dibulatkan menjadi 7)}$$

Jadi dapat diketahui bahwa interval nilai:

$$I = R/K$$

$$= 32/7$$

$$= 4,57 \text{ (dibulatkan menjadi 5)}$$

Keterangan:

N = Jumlah data (responden)

R = Jarak pengukuran (*Range*)

K = Jumlah kelas interval

L = Nilai terendah

H = Nilai tertinggi

I = Interval kelas

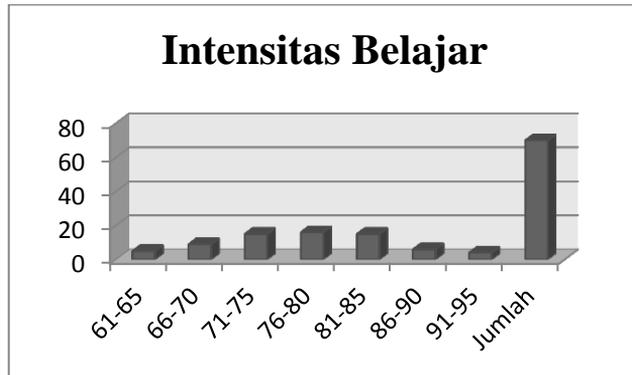
Setelah diketahui interval kelasnya selanjutnya dibuat table distribusi frekuensi variabel X sebagai berikut:

**Tabel 4.7**  
**Distribusi Frekuensi Skor Data Variabel Intensitas**  
**Belajar Siswa( $X_2$ )**

Nilai Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
61-65	5	7,1 %
66-70	9	12,9 %
71-75	15	21,4 %
76-80	16	22,9 %
81-85	15	21,4 %
86-90	6	8,6 %
91-95	4	5,7 %
Jumlah	70	100 %

Dari tabel distribusi frekuensi skor data angket Intensitas Belajar Siswa ( $X_2$ ) diatas dapat diketahui dengan responden penelitian 70 siswa, dijadikan 7 kelas dengan interval kelasnya 5. Sehingga diperoleh frekuensi dari interval 61 – 65 adalah 5 dengan nilai 7,1%, frekuensi dari interval 66 – 70 adalah 9 dengan nilai 12,9%, frekuensi dari interval 71 – 75 adalah 15 dengan nilai 21,4%, frekuensi dari interval 76 – 80 adalah 16 dengan nilai 22,9%, frekuensi dari interval 81 – 85 adalah 15 dengan nilai 21,4%, frekuensi dari interval 86– 90 adalah 6 dengan nilai 8,6%, dan frekuensi dari interval 91 – 95 adalah 4 dengan nilai 5,7%.

Dari tabel Distribusi Frekuensi Skor Data Intensitas Belajar ( $X_2$ ) kemudian disajikan dalam bentuk grafik histogram, yaitu sebagai berikut:



**Gambar 4.2**  
**Histogram Frekuensi Intensitas Belajar**

b) Mean dan Standar Deviasi Intensitas Belajar ( $X_2$ )

Tabel dibawah ini digunakan untuk mempermudah mengetahui mean dan standar deviasi variabel intensitas belajar ( $X_2$ ).

**Tabel 4.8**  
**Mean dan Standar Deviasi**  
**Intensitas Belajar ( $X_2$ )**

N0	Interval	F	Present	X	FX	$x'(X- M)$	$x'^2$	$F.x'^2$
1	61-65	5	7,1 %	63	315	-13,84	191,5	957,73
2	66-70	9	12,9 %	68	612	-8,84	78,15	703,31

3	71-75	15	21,4 %	73	1059	-3,84	14,75	221,18
4	76-80	16	22,9 %	78	1248	1,16	1,346	21,53
5	81-85	15	21,4 %	83	1245	6,16	37,95	569,18
6	86-90	6	8,6 %	88	528	11,16	124,5	747,27
7	91-95	4	5,7 %	93	372	16,16	261,1	1044,6
		70	100 %		5379		709,4	4264,8

Rumus yang digunakan untuk menghitung mean (M) adalah:

$$\begin{aligned} \bar{X}_1 &= \frac{\sum f \times}{N} \\ &= \frac{5379}{70} \\ &= 76,84 \end{aligned}$$

Sedangkan rumus yang digunakan untuk mengetahui standar deviasi adalah:

$$\begin{aligned} SD &= \sqrt{\frac{\sum F \cdot x'^2}{N-1}} \\ &= \sqrt{\frac{4264,8}{70-1}} \\ &= \sqrt{\frac{4264,8}{69}} \\ &= \sqrt{61,80} \\ &= 7,86 \text{ dibulatkan menjadi } 8 \end{aligned}$$

Setelah diketahui mean dan standar deviasi variabel intensitas belajar ( $X_2$ ) langkah selanjutnya adalah menentukan kualitas variabel intensitas belajar ( $X_2$ ).

$$1) M + 1,5 SD = 76,84 + 1,5 (8) = 88,84$$

$$2) M + 0,5 SD = 76,84 + 0,5 (8) = 80,84$$

$$3) M - 0,5 SD = 76,84 - 0,5 (8) = 72,84$$

$$4) M - 1,5 SD = 76,84 - 1,5 (8) = 64,84$$

**Tabel 4.9**  
**Kriteria Kualitas Variabel**  
**Intensitas Belajar ( $X_2$ )**

Interval	Rata-rata	Kualifikasi	Kategori
$\geq 88$		Sangat Baik	
80- 87		Baik	
72- 79	76,84	Cukup Baik	Cukup Baik
$\leq 64$		Kurang Baik	

Dari table diatas dapat diketahui bahwa variabel  $X_2$  atau Intensitas Belajar Siswa termasuk dalam kategori cukup baik, yaitu berada pada interval 72 - 79 dengan nilai rata-rata 76,84.

### 3) Data Prestasi Belajar Siswa

Data tentang Prestasi Belajar siswa yang diperoleh dari data yang dimiliki sekolahan yang bersumber dari nilai yang dibuat oleh guru Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti. Data tersebut juga masuk dalam penelian dalam penentuan nilai rapor Pendidikan Agama Islam siswa. Berhubung sekolah sudah memiliki data tersebut penulis berniat untuk menggunakan data tersebut untuk mempercepat waktu peenelitian.

Untuk mengetahui data prestasi belajar siswa dapat dilihat pada table berikut:

**Tabel 4.10**  
**Data Hasil Variabel Prestasi Belajar Pendidikan**  
**Agama Islam dan Budi Pekerti Siswa (Y)**

No	Res	Nilai	No	Res	Nilai
1	R_1	84	41	R_41	90
2	R_2	84	42	R_42	84
3	R_3	80	43	R_43	81
4	R_4	89	44	R_44	91
5	R_5	88	45	R_45	87
6	R_6	89	46	R_46	81
7	R_7	80	47	R_47	80
8	R_8	80	48	R_48	80
9	R_9	75	49	R_49	75
10	R_10	85	50	R_50	89
11	R_11	84	51	R_51	79
12	R_12	78	52	R_52	78
13	R_13	76	53	R_53	80
14	R_14	80	54	R_54	80
15	R_15	79	55	R_55	89
16	R_16	78	56	R_56	84
17	R_17	79	57	R_57	83
18	R_18	80	58	R_58	85
19	R_19	89	59	R_59	78
20	R_20	79	60	R_60	79
21	R_21	82	61	R_61	79
22	R_22	80	62	R_62	85
23	R_23	80	63	R_63	87
24	R_24	74	64	R_64	81
25	R_25	70	65	R_65	82
26	R_26	73	66	R_66	88
27	R_27	89	67	R_67	84
28	R_28	80	68	R_68	79
29	R_29	79	69	R_69	87
30	R_30	75	70	R_70	85
31	R_31	79		∑	5733
32	R_32	78			

33	R_33	89
34	R_34	79
35	R_35	84
36	R_36	78
37	R_37	89
38	R_38	80
39	R_39	81
40	R_40	88

Berdasarkan data yang diperoleh, langkah selanjutnya adalah mentabulasikan data ke dalam table distribusi frekuensi dan menentukan kualitas variable Y.

a) Mentabulasikan Data ke dalam Tabel Distribusi Frekuensi

Untuk membuat table distribusi frekuensi terlebih dahulu harus mencari interval nilai dengan rumus sebagai berikut:

$$I = R/K$$

Dimana:

$$R = H - L$$

$$= 91 - 70$$

$$= 21$$

$$K = 1 + 3,3 \log N$$

$$= 1 + 3,3 \log 70$$

$$= 1 + 3,3 (1,84)$$

$$= 7,08 \text{ (dibulatkan menjadi 7)}$$

Jadi dapat diketahui bahwa interval nilai:

$$I = R/K$$

$$= 21/7$$

$$= 3(\text{dibulatkan menjadi } 5)$$

Keterangan:

N = Jumlah data (responden)

R = Jarak pengukuran (*Range*)

K = Jumlah kelas interval

L = Nilai terendah

H = Nilai tertinggi

I = Interval kelas

Setelah diketahui interval kelasnya selanjutnya dibuat table distribusi frekuensi variabel Y sebagai berikut:

**Tabel 4.11**  
**Distribusi Frekuensi Skor Data Variabel Y**  
**(Prestasi Belajar Siswa)**

Nilai Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
70-72	1	1,43 %
73-75	5	7,14 %
76-78	7	10 %
79-81	27	38,57 %
82-84	10	14,29 %
85-87	7	10%
88-91	13	18,57 %
Jumlah	70	100 %

Dari tabel distribusi frekuensi skor data Nilai Prestasi yang dimiliki Siswa (Y) diatas dapat diketahui dengan responden penelitian 70 siswa, dijadikan 7 kelas dengan

interval kelasnya 3. Sehingga diperoleh frekuensi dari interval 70 – 72 adalah 1 dengan nilai 1,43%, frekuensi dari interval 73 – 75 adalah 5 dengan nilai 7,14%, frekuensi dari interval 76 – 78 adalah 7 dengan nilai 10%, frekuensi dari interval 79 – 81 adalah 27 dengan nilai 38,57%, frekuensi dari interval 82 – 84 adalah 10 dengan nilai 14,29%, frekuensi dari interval 85– 87 adalah 7 dengan nilai 10%, dan frekuensi dari interval 88 – 91 adalah 13 dengan nilai 18,57%.

Dari tabel Distribusi Frekuensi Skor Data Prestasi Belajar (Y) kemudian disajikan dalam bentuk grafik histogram, yaitu sebagai berikut:



**Gambar 4.3**  
**Histogram Frekuensi Prestasi Belajar**  
**Siswa**

- b) Mean dan Standar Deviasi Prestasi Belajar Siswa Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti (Y)

Tabel dibawah ini digunakan untuk mempermudah mengetahui mean dan standar deviasi variabel Prestasi Belajar Siswa (Y).

**Tabel 4.12**  
**Mean dan Standar Deviasi**  
**Prestasi Belajar Siswa**

No	Interval	F	Present	X	F.X	x' (X-M)	x' <sup>2</sup>	F.x' <sup>2</sup>
1	70-72	1	1,43 %	71	71	-10,93	119,46	119,49
2	73-75	5	7,14 %	74	370	-7,93	62,89	314,42
3	76-78	7	10 %	77	539	-4,93	24,30	170,13
4	79-81	27	38,57 %	80	2160	-1,93	3,72	100,57
5	82-84	10	14,29 %	83	830	1,07	1,14	11,45
6	85-87	7	10%	86	602	4,07	16,56	115,95
7	88-91	13	18,57 %	89,5	1163,5	7,57	57,30	744,96
		40	100%		5735,5		285,39	1576,96

Rumus yang digunakan untuk menghitung mean (M) adalah:

$$\begin{aligned} \bar{x} &= \frac{\sum fx}{N} \\ &= \frac{5735,5}{70} \\ &= 81,93 \end{aligned}$$

Sedangkan rumus yang digunakan untuk mengetahui standar deviasi adalah:

$$\begin{aligned} SD &= \sqrt{\frac{\sum F.x'^2}{N-1}} \\ &= \sqrt{\frac{1576,96}{70-1}} \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
&= \sqrt{\frac{1576,96}{69}} \\
&= \sqrt{22,528} \\
&= 4,746 \text{ dibulatkan menjadi } 5
\end{aligned}$$

Setelah diketahui mean dan standar deviasi variabel Prestasi Belajar Siswa (Y) langkah selanjutnya adalah menentukan kualitas variabel Prestasi Belajar Siswa (Y).

- a)  $M + 1,5 SD = 81,93 + 1,5 (5) = 89,43$
- b)  $M + 0,5 SD = 81,93 + 0,5 (5) = 84,43$
- c)  $M - 0,5 SD = 81,93 - 0,5 (5) = 79,43$
- d)  $M - 1,5 SD = 81,93 - 1,5 (5) = 74,43$

Berdasarkan perhitungan diatas kriteria kualitas variabel Prestasi Belajar Siswa adalah sebagai berikut:

**Tabel 4.13**  
**Kriteria Kualitas Variabel Y**  
**Prestasi Belajar Siswa**

Interval	Rata-rata	Kualifikasi	Kategori
$\geq 89,43$		Sangat Baik	
$84,43 - 88,43$		Baik	
$79,43 - 83,43$	81,93	Cukup Baik	Cukup Baik
$\leq 74,43$		Kurang Baik	

Dari table diatas dapat diketahui bahwa variabel Y atau Prestasi Belajar Siswa termasuk dalam kategori cukup baik, yaitu berada pada interval 78 - 82 dengan nilai rata-rata 81.

## B. Analisis Data

### 1. Analisis Pendahuluan

Dalam analisis ini langkah-langkah yang ditempuh adalah memasukkan data-data hasil yang diperoleh kedalam tabel kerja analisis regresi dapat dilihat pada *lampiran 8*.

Dari perhitungan data pada *lampiran 8*, diketahui nilai-nilai sebagai berikut:

$N$	$= 70$
$\sum X_2 Y$	$= 442885$
$\sum X_1$	$= 6034$
$\sum X_1 X_2$	$= 464286$
$\sum X_2$	$= 5387$
$\sum X_1^2$	$= 530540$
$\sum Y$	$= 5733$
$\sum X_2^2$	$= 418797$
$\sum X_1 Y$	$= 494193$
$\sum Y^2$	$= 471031$

### 2. Analisis Uji Hipotesis

A. Uji hipotesis I dan II dapat dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

#### 1) Uji Hipotesis I

- a) Mencari korelasi antara prediktor tingkat kebugaran jasmani ( $X_1$ ) dengan kriterium prestasi belajar pendidikan agama islam dan budi pekerti siswa ( $Y$ ) dengan menggunakan teknik korelasi

momen tangkar dari Pearson, dengan rumus sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{\sum xy}{\sqrt{(\sum x^2)(\sum y^2)}}$$

Setelah dilakukan perhitungan (lampiran 8), hasil yang diperoleh yaitu besarnya pengaruh variabel Tingkat Kebugaran Jasmani ( $X_1$ ) terhadap Prestasi Belajar Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti (Y) adalah 0,010%.

- b) Uji signifikansi korelasi melalui uji t

Uji signifikansi korelasi dilakukan melalui uji t, menggunakan rumus:

$$t_h = \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}}$$

$$t_h = \frac{r\sqrt{70-2}}{\sqrt{1-r^2}}$$

Hasil dari perhitungan uji t didapatkan  $t_h = 0,08246$ . Karena  $t_h = 0,08246 < t_{tabel}$  ( $0,05 = 1,994$ ) berarti korelasi antara Tingkat Kebugaran Jasmani ( $X_1$ ) terhadap Prestasi Belajar Siswa (Y) adalah **tidak signifikan**.

- c) Mencari persamaan garis regresi dengan menggunakan rumus regresi sederhana. Rumus regresi sederhana yaitu sebagai berikut:

$$\hat{Y}_1 = a + bX_1$$

Hasil dari persamaan garis regresi dengan menggunakan rumus regresi sederhana, dari data yang terkumpul diperoleh persamaan sebagai berikut:

$$\hat{Y} = 80,130573 + 0,020527X_1$$

- d) Mencari varian regresi

Hasil dari varian regresi diperoleh  $F_{hitung}$  yaitu 0,00710.

Berdasarkan perhitungan yang terdapat pada lampiran 8, hasil uji hipotesis I sebagai berikut:

**Tabel 4.14**  
**Hasil Varian Regresi Hipotesis I**

Sumber Varian	Db	JK	RK	$F_{reg}$	$F_{tabel}$ 5%
Regresi	1	0,15647	0,15647	0,0071	3,98%
Residu	68	1497,8435	22,0271		
Total	69	1497,99997	22,18357		

Hasil dari perhitungan varian regresi diperoleh  $F_{hitung} = 0,00710$ . Dan  $F_{tabel} = 3,98$  pada dk 5% atau 0,05. Karena  $F_{hitung} = 0,00710 < F_{tabel} = 3,98$  berarti **tidak signifikan**.

- 2) Uji Hipotesis II
- a) Mencari korelasi antara prediktor Intensitas Belajar ( $X_2$ ) dengan kriterium Prestasi Belajar Siswa ( $Y$ ) dengan menggunakan teknik korelasi momen tangkar dari Pearson, dengan rumus sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{\sum xy}{\sqrt{(\sum x^2)(\sum y^2)}}$$

Setelah dilakukan penghitungan dengan rumus diatas (lampiran 9), hasil yang diperoleh yaitu besarnya pengaruh variabel Intensitas Belajar ( $X_2$ ) terhadap Prestasi Belajar Siswa (Y) adalah 45,08%.

- b) Uji signifikansi korelasi melalui uji t

Uji signifikansi korelasi dilakukan melalui uji t, menggunakan rumus:

$$t_h = \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}}$$

Hasil dari perhitungan uji t didapatkan  $t_h = 7,471$ . Karena  $t_h = 7,471 > t_{tabel}$  ( $0,05 = 1,994$ ) berarti korelasi antara Intensitas Belajar ( $X_2$ ) terhadap Prestasi Belajar Siswa (Y) adalah **signifikan**.

- c) Mencari persamaan garis regresi dengan menggunakan rumus regresi sederhana. Rumus regresi sederhana yaitu sebagai berikut:

$$\hat{Y} = a + bx_2$$

Hasil dari persamaan garis regresi dengan menggunakan rumus regresi sederhana, dari data yang terkumpul diperoleh persamaan sebagai berikut:

$$\hat{Y} = 51,1507831 + 0,3996 X_2$$

- d) Mencari varian regresi

Hasil dari varian regresi diperoleh  $F_{hitung}$  yaitu 55,83.

Berdasarkan perhitungan yang terdapat pada lampiran 9, hasil uji hipotesis II sebagai berikut:

**Tabel 4.15**  
**Hasil Varian Regresi Hipotesis II**

Sumber Varian	Db	JK	RK	$F_{reg}$	$F_{tabel}$ 5%
Regresi	1	675,381207	675,381207	55,83	3,98%
Residu	68	882,618793	12,097335		
Total	69	1337,99999	687,478542		

Hasil dari perhitungan varian regresi diperoleh  $F_{hitung} = 55,83$ . Dan  $F_{tabel} = 3,98$  pada dk 5% atau 0,05. Karena  $F_{hitung} = 55,83 > F_{tabel} = 3,98$  berarti **signifikan**.

**B. Uji Hipotesis III**

Uji hipotesis III dapat dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- 1) Mencari persamaan regresi untuk dua prediktor dengan rumus:

$$\hat{Y} = a + b_1x_1 + b_2x_2$$

Setelah dilakukan perhitungan yang terdapat pada lampiran 10, hasilnya adalah sebagai berikut:

$$\begin{aligned} \hat{Y} &= a + b_1X_1 + b_2X_2 \\ &= 43,3709553 + 0,09099559X_1 + 0,39873134X_2 \end{aligned}$$

Sehingga didapatkan persamaan sebagai berikut:

$$\hat{Y} = 43,3709553 + 0,09099559X_1 + 0,39873134X_2$$

Persamaan regresi di atas dapat dijelaskan sebagai berikut:

- a) Konstanta sebesar 43,3709553 artinya jika tingkat kebugaran jasmani siswa ( $X_1$ ) dan

Intensitas Belajar Siswa ( $X_2$ ) nilainya adalah 0, maka Prestasi Belajar siswa ( $Y$ ) nilainya adalah 43,3709553

- b) Koefisien regresi variabel tingkat kebugaran jasmani siswa ( $X_1$ ) sebesar 0,09099559, artinya jika variabel *independen* lainnya ( $X_2$ ) tetap dan tingkat kebugaran jasmani siswa ( $X_1$ ) mengalami kenaikan 1%, maka prestasi belajar siswa ( $Y$ ) akan mengalami peningkatan sebesar 0,09099559. Koefisien bernilai positif artinya terjadi hubungan positif antara tingkat kebugaran jasmani siswa ( $X_1$ ) dengan prestasi belajar siswa ( $Y$ ), semakin naik tingkat kebugaran jasmani siswa ( $X_1$ ) maka semakin meningkat prestasi belajar siswa ( $Y$ ).
- c) Koefisien regresi variabel Intensitas Belajar Siswa ( $X_2$ ) sebesar 0,39873134 artinya jika variabel *independent* lainnya ( $X_1$ ) nilainya tetap dan intensitas belajar siswa ( $X_2$ ) mengalami kenaikan 1% maka prestasi belajar siswa ( $Y$ ) akan mengalami penambahan sebesar 0,39873134. Koefisien bernilai positif artinya terjadi hubungan positif antara intensitas belajar siswa ( $X_2$ ) dengan prestasi belajar siswa,

semakin tinggi intensitas belajar siswa ( $X_2$ ) maka semakin tinggi prestasi belajar siswa (Y)

- 2) Mencari korelasi antara prediktor tingkat kebugaran jasmani siswa ( $X_1$ ) dan intensitas belajar siswa ( $X_2$ ) dengan kriterium prestasi Belajar Siswa (Y) dengan rumus sebagai berikut:

$$R_{(1.2)} = \sqrt{\frac{b_1 \sum x_1 y + b_2 \sum x_2 y}{(\sum y^2)}}$$

Setelah dilakukan perhitungan (lampiran 10) hasil yang diperoleh yaitu besarnya pengaruh variabel tingkat kebugaran jasmani siswa ( $X_1$ ) dan intensitas belajar siswa ( $X_2$ ) terhadap prestasi Belajar Siswa (Y) adalah 45,032305%.

- 3) Mencari signifikansi korelasi melalui uji t, dengan rumus sebagai berikut:

$$t_h = \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}}$$

Hasil dari perhitungan uji t didapatkan  $t_{hitung} = 7,46383773$ . Karena  $t_{hitung} = 7,46383773 > t_{tabel} (0,05 = 1,994)$  berarti korelasi antara tingkat kebugaran jasmani siswa ( $X_1$ ), intensitas belajar siswa ( $X_2$ ) terhadap prestasi Belajar Siswa (Y) **signifikan**.

- 4) Mencari varian regresi dengan menggunakan rumus regresi dua prediktor dan hasil yang diperoleh dari data yang ada adalah 27,737.

Berdasarkan perhitungan yang terdapat pada lampiran 10, hasil uji hipotesis III sebagai berikut:

**Tabel 4.16**  
**Hasil Varian Regresi Hipotesis III**

Sumber Varian	Db	JK	RK	$F_{reg}$	$F_{tabel}$	
					5%	1%
Regresi	2	674,5839	339,3191	27,73 7	3,13%	4,93%
Residu	67	823,4161	12,28979			
Total	69	1498,000	349,5807			

Hasil dari perhitungan varian regresi diperoleh  $F_{hitung} = 27,737$ . Dan  $F_{tabel} = 3,13\%$  atau 0,05 dan  $F_{tabel} = 4,93$  pada dk 1% atau 0,01. Karena  $F_{hitung} > F_{tabel}$  berarti **signifikan**.

### C. Analisis Lanjutan

Untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh variabel Tingkat Kebugaran jasmani ( $X_1$ ) dan Intensitas Belajar ( $X_2$ ) terhadap Prestasi belajar siswa (Y) maka setelah hasil analisis regresi diketahui, kemudian hasil tersebut dikonsultasikan dengan  $F_{tabel}$  baik pada taraf signifikansi  $\alpha$  0,05 maupun  $\alpha$  0,01.

Jika  $F_{hitung} > F_{tabel}$  pada taraf 5% maka signifikan dan hipotesis yang diajukan diterima. Sedangkan jika  $F_{hitung} < F_{tabel}$  pada taraf 5% maka non signifikan dan

hipotesis yang diajukan ditolak. Dari hasil perhitungan data di atas, dapat diketahui bahwa:

- 1) Terdapat pengaruh yang rendah antara Tingkat Kebugaran Jasmani ( $X_1$ ) terhadap Prestasi belajar siswa (Y) di SMA N 11 Semarang Tahun 2016. Penelitian ditunjukkan oleh harga  $F_{hitung} = 0,00710$ . yang telah dikonsultasikan dengan  $F_{tabel}$ , dan hasilnya menunjukkan pada taraf  $F_{tabel(0,05)} = 3,96$  dan hasilnya  $F_{hitung} < F_{tabel}$  baik pada taraf  $F_{tabel}$  5% yang berarti tidak signifikan dan hipotesis ditolak.
- 2) Terdapat pengaruh yang signifikan antara Intensitas Belajar ( $X_2$ ) terhadap Prestasi belajar siswa (Y) di di SMA N 11 Semarang Tahun 2016. Penelitian ditunjukkan oleh harga  $F_{hitung} = 55,83$  yang telah dikonsultasikan dengan  $F_{tabel}$ , dan hasilnya menunjukkan pada taraf  $F_{tabel(0,05)} = 3,96$  dan hasilnya  $F_{hitung} > F_{tabel}$  baik pada taraf  $F_{tabel}$  5% yang berarti signifikan dan hipotesis diterima.
- 3) Terdapat pengaruh yang signifikan antara Tingkat Kebugaran Jasmani dan Intensitas Belajar terhadap Prestasi belajar siswa di SMA N 11 Semarang tahun 2016. Penelitian ditunjukkan oleh harga  $F_{hitung} = 27,737$  yang telah dikonsultasikan dengan  $F_{tabel}$ , dan hasilnya menunjukkan pada taraf  $F_{tabel(0,05)} = 3,13$  dan

hasilnya  $F_{hitung} > F_{tabel}$  baik pada taraf  $F_{tabel}$  5% yang berarti signifikan dan hipotesis diterima, selanjutnya dikonsultasikan dengan  $F_{tabel}$ , pada taraf  $F_{tabel(0,01)} = 4,93$  dan hasilnya  $F_{hitung} > F_{tabel}$  baik pada taraf  $F_{tabel}$  1% yang berarti signifikan dan hipotesis diterima

#### **D. Keterbatasan Penelitian**

Dalam penelitian yang peneliti lakukan tentunya memiliki keterbatasan-keterbatasan tertentu meskipun peneliti telah melakukan penelitian dengan sungguh-sungguh yang sesuai dengan prosedur serta berdasarkan keadaan di lapangan. Adapun keterbatasan-keterbatasan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Keterbatasan Tempat Penelitian

Penelitian yang peneliti lakukan hanya terbatas pada satu tempat, yaitu di SMA N 11 Semarang.

2. Keterbatasan Waktu Penelitian

Hasil penelitian ini hanya terbatas pada waktu dimana peneliti melakukan penelitian, tidak selalu sama dengan waktu yang berbeda sehingga belum tentu bisa digunakan dalam waktu yang berbeda.

3. Data Penelitian

Penelitian ini hanya mengambil 70 responden dari jumlah total 455 siswa dari seluruh siswa kelas X di SMA N 11 Semarang

Keterbatasan yang peneliti paparkan di atas dapat dikatakan bahwa inilah kekurangan dari penelitian yang peneliti lakukan di SMA Negeri 11 Semarang. Meskipun banyak hambatan yang dihadapi dalam melakukan penelitian, penulis bersyukur karena penelitian dapat terselesaikan dengan baik dan lancar atas izin dari kepala sekolah, guru pengampu mata pelajaran Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti (PAI) dan guru pengampu Olahraga (PENJASKES).

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Pada akhir pembahasan skripsi yang berjudul “Pengaruh Tingkat Kebugaran Jasmani dan Intensitas Belajar terhadap Prestasi Belajar Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti Siswa Kelas X di SMA Negeri 11 Semarang”, dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Tingkat kebugaran yang di miliki siswa di SMA Negeri 11 Semarang sangatlah baik, di karenakan peneliti hanya mengambil siswa yang memiliki nilai kebugaran yang tinggi saja.
2. Intensitas belajar siswa di SMA Negeri 11 Semarang cukup baik itu dilihat dengan rata-rata 76,84.
3. Prestasi belajar SMA Negeri 11 Semarang tergolong cukup baik karena setelah kita mengetahui nilai UAS semester 1 dan diambil rata-rata senilai 81,93.
4. Terdapat pengaruh yang rendah antara tingkat kebugaran jasmani siswa terhadap prestasi belajar pendidikan agama islam dan budi pekerti siswa di kelas X di SMA Negeri 11 Semarang tahun 2016/2017 sebesar 0,010% yang ditunjukkan dengan harga  $F_{hitung} = 0,0071$  yang telah dikonsultasikan dengan  $F_{tabel}$  dan hasilnya menunjukkan pada taraf  $F_{tabel(0,05)} = 3,98$  dan hasilnya  $F_{hitung} < F_{tabel}$  baik pada taraf  $F_{tabel}$  5%. Yang artinya tidak signifikan

antara tingkat kebugaran jasmani siswa terhadap prestasi belajar pendidikan agama islam dan budi pekerti siswa di kelas X di SMA Negeri 11 Semarang tahun 2016/2017.

5. Terdapat pengaruh yang signifikan antara intensitas belajar siswa terhadap prestasi belajar pendidikan agama islam dan budi pekerti siswa di kelas X di SMA Negeri 11 Semarang tahun 2016/2017 sebesar 45,08%. Penelitian ditunjukkan oleh harga  $F_{hitung} = 55,83$  yang telah dikonsultasikan dengan  $F_{tabel}$ , dan hasilnya menunjukkan pada taraf  $F_{tabel(0,05)} = 3,98$  dan hasilnya  $F_{hitung} > F_{tabel}$  baik pada taraf  $F_{tabel}$  5%. Yang artinya terdapat pengaruh yang positif antara intensitas belajar siswa terhadap prestasi belajar pendidikan agama islam dan budi pekerti siswa di kelas X di SMA Negeri 11 Semarang tahun 2016/2017.
6. Terdapat pengaruh yang signifikan antara tingkat kebugaran jasmani siswa ( $X_1$ ) dan intensitas siswa ( $X_2$ ) terhadap prestasi belajar pendidikan agama islam dan budi pekerti (Y) sebesar 45,032305%. Penelitian ditunjukkan oleh harga  $F_{hitung} = 27,7368877$  yang telah dikonsultasikan dengan  $F_{tabel}$ , dan hasilnya menunjukkan pada taraf  $F_{tabel(0,05)} = 3,13$  dan hasilnya  $F_{hitung} > F_{tabel}$  baik pada taraf  $F_{tabel}$  5%. Yang artinya terdapat pengaruh positif antara tingkat kebugaran jasmani siswa ( $X_1$ ) dan intensitas siswa ( $X_2$ ) terhadap prestasi belajar pendidikan

agama islam dan budi pekerti (Y) di SMA Negeri 11 Semarang tahun 2016/2017.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang penulis laksanakan, maka penulis mempunyai saran-saran sebagai berikut :

1. Bagi kepala sekolah SMA Negeri 11 Semarang diharapkan dapat meningkatkan kuantitas maupun kualitas kebugaran jasmani siswa dan intensitas belajar di SMA Negeri 11 Semarang, sehingga dapat meningkatkan prestasi belajar siswa khususnya dalam mata pelajaran Pendidikan Agama Islam.
2. Bagi guru Pendidikan Agama Islam di SMA Negeri 11 Semarang diharapkan dapat meningkatkan tingkat kebugaran siswa dan intensitas belajar siswa sehingga dapat meningkatkan prestasi belajar siswa dalam mata pelajaran Pendidikan Agama Islam.
3. Bagi siswa SMA Negeri 11 Semarang diharapkan mampu merawat, menjaga, dan meningkatkan tingkat kebugaran siswa dan intensitas belajar siswa dengan sebaik-baiknya. Yang pada akhirnya dapat meningkatkan prestasi belajar Pendidikan Agama Islam dan budi pekerti.
4. Berdasarkan hasil penelitian, penulis berharap untuk penelitian selanjutnya dengan judul skripsi yang hampir sama bisa menggunakan teknik kualitatif dikarenakan dilihat dari

hasil penelitian ini penulis menyadari masih kurang validnya dalam pengumpulan data tentang prestasi belajar pendidikan agama islam dan budi pekerti.

### **C. Penutup**

Puji syukur alhamdulillah atas segala limpahan rahmat dan hidayah Allah SWT, sehingga skripsi yang sederhana ini dapat terselesaikan. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan karena berbagai keterbatasan yang penulis miliki. Untuk itu kritik dan saran yang konstruktif senantiasa penulis harapkan demi kesempurnaan skripsi ini.

Penulis berharap semoga skripsi yang sederhana ini dapat memberikan manfaat bagi penulis khususnya dan pembaca umumnya serta dapat memberikan sumbangsih pada perkembangan ilmu Pendidikan Agama Islam khususnya. Amin.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdurahman, Mulyono. *Pendidikan bagi Anak berkesulitan Belajar*.  
Rineka Cipta. Jakarta . 2009
- Ahmadi , Abu. *Didaktik Metodik*.Toha Putra. Semarang. 1978
- Ahmadi, Abu dan Widodo Supriyono, *Psikologi Belajar*.  
PT. Rineka Cipta. Jakarta. 2004
- Arifin, Zainal. *Evaluasi Pembelajaran*. Remaja Rosda Karya.  
Bandung. 2009
- Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*.  
Rineka Cipta. Jakarta. 2006)
- Arikunto, Suharsimi. *Dasar-dasar Evaluasi Pendidikan*. PT Bumi  
Aksara. Jakarta. 2010
- Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*.  
Rineka Cipta. Jakarta. 2006
- Bugiarto, Sigit. *Hubungan antara Tingkat Kebugaran Jasmani  
terhadap Prestasi Belajar Pendidikan Agama Islam Kelas VI  
SD NegeriPakahan I Jogolanan Klaten Tahun ajaran  
2008/2009* . Fakultas Tarbiyah UIN Sunan Kalijaga.  
Yogyakarta. 2009
- Departemen Agama, *Pedoman Umum Pendidikan Agama Islam di  
Sekolah Umum Tingkat Menengah dan Sekolah Luar Biasa*,  
Departemen Agama. 2003
- Djamroh, Syaiful Bahri. *Rahasia Sukses Belajar*. Rineka Cipta.  
Jakarta. 2002

Griwijoyo, Santosa dan Dikdik Zafar Sidik. *Ilmu Faal Olahraga (Fisiologi Olahraga)*. PT Remaja Rosdakarya Offset. Bandung. 2013

Griwijoyo, Santosa dan Dikdik Zafar Sidik. *Ilmu Kesehatan Olahraga*. PT Remaja Rosdakarya Offset. Bandung. 2012

Hadi, Sutrisna . *Analisis Regresi*. Andi Offset. Yogyakarta. 2011.

Hadi, Sutrisno. *Metodologi Research II*. Fakultas Psikologi UGM. Yogyakarta.1987.

Kemenpora, *jurnal olahraga dan pendidikan vol.1*.(jakarta : Kementrian pemuda dan olahraga, 2014)

[http://kemenpora.go.id/ebook/Jurnal\\_Odlk\\_Kemenpora\\_vol\\_1\\_Mei\\_2014.pdf](http://kemenpora.go.id/ebook/Jurnal_Odlk_Kemenpora_vol_1_Mei_2014.pdf)

Khomisah, Amanatul. *Pengaruh Intensitas Belajar dan Tingkat Keberagaman terhadap Prestasi Belajar Pensisikan Agama Islam PAI Siswa Kelas II dan Kelas III SMP Negeri Pengantan Banjarnegara Tahun 2005/2006*. UIN Walisongo. Semarang. 2006)

Kosaseh, Enkos. *Olahraga Teknik dan Program Latihan*. Depdikbut. Jakarta. 1985

Kravitz, Len. *Panduan Lengkap: Bugar Total*. PT. Raja Grafindo Persada. Jakarta. 2001

Kurniawan, Candra. *Peningkatan Program Jasmani melalui Program Latihan Jalan Cepat*. Lampung: Universitas Lampung. 2013

Mahmud, *Psikologi Pendidikan*. Pustaka Setia. Bandung. 2012

Margono,S, *Metodologi Penelitian*. Rineka Cipta. Jakarta. 2000

- Masruro. *Substansi Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti Pada Siswa di Sekolah*. UIN Sunan Kalijaga. Yogyakarta. 2013
- Martono, Nanang. *Statistik Sosial Teori dan Aplikasi SPSS*. Gava Media. Yogyakarta. 2010.
- Muhaimin. *Pengembangan Kurikulum Pendidikan Agama Islam*
- Mukholid, Agus. *PENJASORKES(Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan)*. Yudistira. Jakarta. 2013
- Mustaqim. *Psikologi Pendidikan*. IAIN Walisembilan. Semarang, 2001
- Nasih,Ahmad Munjin dan Lilik Nur Kholidah. *Metode dan Teknik Pembelajaran Pendidikan Agama Islam*.Refika Aditama. Bandung 2009
- Nazarudin, *Manajemen Pembelajaran*. Teras. Yogyakarta. 2007)
- Partino,S dan M. Idrus, *Statistik Deskriptif*. Safiria Insania Press. Yogyakarta. 2009
- Poerwadarminta. *Kamus besar Indonesia*. Balai Pustaka. Jakarta. 2001
- Pusat data dan informasi kementerian RI, *Pembinaan Olahraga Kesehatan Indonesia*,  
<http://www.pusdatin.kemkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/infodatin/infodatin-hari-olahraga.pdf>. diakses 05Agustus 2016
- Ramayulis, *Metodologi Pendidikan Agama Islam*. Kalam Mulia. Jakarta 2008
- Shodiq. *Aplikasi Statistika Dalam Penelitian Kependidikan*. Karya Abadi Jaya. Semarang. 2015

- Sudjana , Nana,dkk. *Cara Belajar Siswa Aktif dalam Proses Belajar Mengajar*. Sinar Baru. Bandung
- Sudjana, Nana, *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Remaja Rosda Karya. Bandung. 2014
- Sudjana. *Metode Statistika*. Tarsito. Bandung. 2005
- Sudjiono, Anas. *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Rajawali Pers. Jakarta. 2009
- Sudjiono, Anas. *Pengantar Statistik Pendidikan*. Rajawali Pers. Jakarta. 2010.
- Sugiono. *Statistik Untuk Penelitian*. Alfabeta. Bandung. 2012
- Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Alfabeta. Bandung 2013
- Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta. Bandung. 2010
- Sulistiyowati, Sofchah. *Cara Belajar yang Efektif dan Efisien*. Cinta Ilmu. Pekalongan.2000
- Suryanti, Ely. *Hubungan Tingkat Kesegaran jasmani terhadap Prestasi Belajar Kelas V Putra SD Negeri Dabin Candra Pekalongan Tahun 2009*. Fakultas Ilmu Keolahragaan UNNES. Semarang. 2009)
- Susanto, Ahmad. *Teori Belajar dan Pembelajaran di Sekolah Dasar*. Kencana Prenada Media Group. Jakarta. 2014
- Syafaat, Aat, dkk. *Peranan Pendidikan Agama Islam*. Raja Grafindo Persada. Jakarta. 2008

Wiaro, Giri. *Fisiologi Dan Olah raga*. Graha Ilmu. Yogyakarta.  
2013

UU Nomor 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen Bab IV Pasal 9

UU Nomor 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen, Bab 1 Pasal 1  
Ayat 1

UU Sistem Pendidikan Nasional No.20 Tahun 2003 Bab 1 Pasal 1  
Ayat 4

Waibsaite SMAN 11 Semarang, pukul 13.05 WIB

[http://berita.suaramerdeka.com/smcetak/sma-11-panen-prestasi-dilihat](http://berita.suaramerdeka.com/smcetak/sma-11-panen-prestasi-dilihat-pada-6.51)  
[pada 6.51](#) tanggal 12-05-2017

Lampiran 1

**a. Identitas SMA N 11 Semarang**

<b>Nama Sekolah</b>	<b>SMA Negeri 11 Semarang</b>
Nomor Statistik Sekolah	30.1.03.63.05.065
Alamat Sekolah :	
1) Jalan	Lamper Tengah
2) Rt	01
3) Rw	01
4) Kabupaten/ kota	Semarang
5) Provinsi	Jawa Tengah
6) Nomor Telepon	(024) 8413670
7) Website	<a href="http://www.sman11Semarang.sch.id">www.sman11Semarang.sch.id</a>
Sekolah dibuka tahun	1985
Bentuk Sekolah	Biasa/ Konvensional
Status Sekolah	Negeri
Waktu Penyelenggaraan	Pagi
Akreditasi Sekolah	“A”

**b. Data Guru dan Pegawai SMA N 11 Semarang**

1. Data Guru (GT dan GTT) menurut Tingkat Pendidikan

Ijazah Tertinggi	Guru Tetap	Guru Tidak Tetap	Jumlah
S-2	13	0	13
S-1	55	14	69
D-3	0	0	0
<b>Jumlah</b>	<b>68</b>	<b>14</b>	<b>82</b>

2. Data Pegawai menurut Tingkat Pendidikan

Ijazah Tertinggi	Pegawai Tetap	Pegawai Tidak Tetap	Jumlah
S-2	1	0	1
S-1/D3/D2	3	1	4
SMA/SMP	1	8	9
SD	0	3	3
<b>Jumlah</b>	<b>5</b>	<b>12</b>	<b>17</b>

c. Data Jumlah Peserta Didik SMA N 11 Semarang Tahun Pelajaran 2015/2016

Kelas	Jumlah Siswa
X	455
XI	450
XII	436
<b>Jumlah</b>	<b>1341</b>

d. Data Sarana dan Prasarana SMA N 11 Semarang

JENIS RUANG	Jml (Ruang)	LUAS (m <sup>2</sup> )	KONDISI RUANG			KET
			Baik	Rusak Ringan	Rusak Berat	
R. KELAS	35	28.800	35	-	-	-
R. PRAKTIK	0		-	-	-	-
Laboratorium:						
a. Lab. Kimia	1	240	-	1	-	-
b. Lab. Biologi	1	240	1	-	-	-
c. Lab. Fisika	1	250	-	1	-	-
d. Lab. Komputer	2	320	1	1	-	-
e. Lab. Bahasa	1	90	1	-	-	-
Perpustakaan	1	230	1	-	-	-
R. KEPSEK	1	48	1	-	-	-
R. GURU	1	230	1	-	-	-
R. TU	1	120	1	-	-	-
R. BK	1	48	1	-	-	-

R. UKS	2	36	1	1	-	-
R. Koperasi	1	36	-	1	-	-
R. OSIS	1	36	-	1	-	-
R. PMR	1	36	-	1	-	-
R. Musik	1	90	-	1	-	-
R. Pramuka	1	36	-	1	-	-
R. Musholla	1	184	-	1	-	-
Rumah Penjaga	1	48	-	1	-	-
Gudang	1	48	1	-	-	-
KM/WC bp guru	1	16	1	-	-	-
KM/WC ibu guru	1	16	1	-	-	-
KM siswa putra	13	28	8	5	-	-
KM siswa putri	13	28	8	5	-	-
Pos Satpam	1	30	-	1	-	-
Rumah Kompos	1	48	1	-	-	-

**e. Data Sarana Olahraga**

No Urut	Jenis Barang/ Nama Barang	Kadaan Barang			
		Jumlah	Baik	Kurang Baik	Rusak Berat
1	Bola Sepak	15	V	-	-
2	Bola Volly	14	V	-	-
3	Bola Basket	8	V	-	-
4	Bola Tangan	3	V	-	-
5	Lembing	10	V	-	-
6	Cakram	15	V	-	-
7	Peluru	15	V	-	-
8	Matras	5	V	-	-

**f. Struktur Organisasi SMA N 11 Semarang**

Ketua Komite : Drs. Pudjo Rahayu R, M, Si.

Kepala Sekolah : Drs. Yuwana, M. com.

Kepala TU : Sri Kusyanti, SE, MM.

Wakasek Kurikulum : Ahmad Rifai, S.Pd, M.Si

Wakasek Kesiswaan : Mujo, S. Pd.

Wakasek Sarpras : Padmi Susilawati, S.Pd., M.Si.

Wakasek Humas : Dra. Murti Sriyati

*Lampiran 2*

**PEDOMAN PENYUSUNAN INSTRUMEN ANGKET UJI COBA  
INTENSITAS BELAJAR SISWA**

**A. Indikator dan Kisi-kisi Instrumen**

Variabel	Indikator	Jumlah item	
		positif	negatif
Intensitas Belajar	1. Selalu mengikuti pelajaran	3,4,5	21
	2. Mengulangi membaca di rumah apa yang sudah dipelajari di sekolah	13,29,30,7	20
	3. Memiliki buku catatan pelajaran	8,28	23,32
	4. Menyusun perlengkapan yang digunakan untuk belajar	9	19,22
	5. Disiplin dalam menepati jadwal belajar yg telah disusun sendiri	2	17,18,27
	6. Disiplin dalam mengatasi godaan yang akan menunda-nunda waktu belajar	24,25	10,15
	7. Disiplin untuk menumbuhkan kemauan dan semangat belajar di rumah maupun di sekolah	1,11,12	16,26
	8. Disiplin menjaga kondisi fisik agar selalu sehat	31	6

### Lampiran 3

#### Angket Uji Coba

##### A. IDENTITAS

NAMA :

KELAS :

##### B. Keterangan

1. Bacalah setiap pertanyaan di bawah ini dengan cermat dan teliti sebelum menjawab.
2. Pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan keadaan anda dengan memberi tanda *check list* (√) pada salah satu pilihan yang tersedia di kolom.
3. Angket ini diberikan dalam rangka penelitian ilmiah, mohon angket ini diisi dengan jawaban yang jujur sesuai dengan hati dan diri anda sendiri.
4. Adapun pilihan tersebut adalah:

**SL** : Selalu

**SR** : Seri

**KD** : Kadang-kadang

**TP** : Tidak pernah

5. Kejujuran dari jawaban tidak mempengaruhi nilai pada raport dan jawaban serta identitas responden akan dirahasiakan.
6. Atas segala bantuan dan kesediaan anda mengisi angket ini, sebelum dan sesudahnya peneliti mengucapkan banyak terima kasih.

##### C. Petunjuk mengerjakan

No.	Pernyataan	Alternatif jawaban			
		SL	SR	KD	TP
1.	Saya selalu semangat berangkat sekolah setiap hari				
2.	Saya tidak pernah terlambat masuk sekolah.				
3.	Ketika jam istirahat saya lebih memilih ke perpustakaan dari pada ke kantin.				
4.	Saya selalu memperhatikan ketika guru sedang menjelaskan.				
5.	Saya selalu mengerjakan tugas tugas yang diberikan oleh guru				
6.	Ketika saya sakit keras saya tetap berusaha masuk sekolah				
7.	Ketika jam kosong saya tetap belajar didalam kelas				
8.	Saya memiliki koleksi buku catatan yang lumayan banyak				
9.	Setelah belajar saya selalu merapikan tempat belajar dan buku buku yg digunakan untuk belajar				
10.	Pulang sekolah saya jalan jalan bersama teman teman				
11.	Saya suka berkonsultasi dengan guru jika menemukan kesulitan dalam pelajaran.				
12.	Saya senang jika mengikuti jam tambahan belajar di sekolah.				
13.	Setiap malam saya menyiapkan materi belajar untuk hari berikutnya.				
14.	Sebelum berangkat sekolah saya selalu sarapan agar kuat dalam belajar disekolah.				
15.	Jam kegiatan bermain saya lebih banyak				

	dari pada kegiatan belajar.				
16.	Ketika hari senin saya malas berangkat sekolah.				
17.	Saya langsung mau diajak teman jalan jalan ketika saya sedang belajar.				
18.	Ketika ulangan saya pernah menyontek.				
19.	Tempat belajar saya dirumah acak acakan/ berantakan				
20.	Ketika dirumah saya tidak pernah belajar				
21.	Saya pernah membolos sekolah.				
22.	Saya meninggalkan buku catatan saya di laci meja sekolah dan tidak pernah dibawa pulang				
23.	Karena tulisan saya berantakan, saya malas mencatat.				
24.	Saya selalu memperhatikan pelajaran di kelas ketika guru sedang menerangkan.				
25.	Ketika guru tidak masuk kelas, saya tetap mengerjakan tugas yang telah diberikan oleh guru.				
26.	Saya mengerjakan PR di kelas pagi-pagi sebelum dikumpulkan kepada guru.				
27.	Saya memilih ke kantin jika guru tidak masuk kelas				
28.	Saya meminjam catatan pelajaran teman untuk melengkapi catatan pelajaran saya				
29.	Sebelum tidur saya menyempatkan membaca buku catatan saya.				
30.	Ketika bangun tidur, saya membaca kembali buku catatan saya meskipun hanya sebentar.				
31.	Pada hari libur, saya meluangkan waktu untuk berolahraga.				
32.	Saya hanya mencatat pelajaran ketika diawasi oleh guru.				

Lampiran 4

**a. Data Nama Responden Uji Coba**

No	Nama	Kelas
RU-1	AFFADAN CAHYA SAMUDRA	X IIS 1
RU-2	AL AZIZ VERREL DAFFA YUDHA	X IIS 1
RU-3	ALFANDY HIMAWAN BAGUS RAFLI	X IIS 1
RU-4	ARIZKA SYVA VYANESTI	X IIS 1
RU-5	ASTI DWI RAHMAWATI PUTRI	X IIS 1
RU-6	DEVIDA MITA MARCELIA	X IIS 1
RU-7	DIMAS RAKA PUTRA	X IIS 1
RU-8	EKA PERTAMASARI	X IIS 1
RU-9	FUAD KHOIRUL NI'AM	X IIS 1
RU-10	GRACELDA AURELIA FIRSTIANA DIELLA	X IIS 1
RU-11	LILIANA SHINTADEWI	X IIS 1
RU-12	MICHAEL KEYVEN PRANATA	X IIS 1
RU-13	MIRRA FASYA HAPSARI	X IIS 1
RU-14	MUHAMMAD FERNANDA SUPRIYADI	X IIS 1
RU-15	MUHAMMAD SULTHON FAARIH	X IIS 1
RU-16	MUTHIA ORYZA PPUTRI	X IIS 1
RU-17	NAELA QOTRUN NADA	X IIS 1

RU-18	NANDO SAM PRAMUDANA	X IIS 1
RU-19	NESKYKA ALEA SHAFAA	X IIS 1
RU-20	NOVIYANTI MUGHNI PRATIWI	X IIS 1
RU-21	NUR KHANIFAH	X IIS 1
RU-22	OLIVIA LUNA ARIAWAN	X IIS 1
RU-23	PUTRI AMATUL BARI	X IIS 1
RU-24	RAPEEL NURMAS WIJAYA	X IIS 1
RU-25	RIZQI MEIDIANTO KRESNA MUKTI	X IIS 1
RU-26	ROHMA SUTRA NINGRUM	X IIS 1
RU-27	STEPHANI JESSICA PUTRI ASTUTI	X IIS 1
RU-28	VIKY ARMADHANI	X IIS 1
RU-29	WILUJENG SESAPUTRI ASHARI	X IIS 1
RU-30	ZIDAN MAULANA	X IIS 1

Lampiran 5

**ANALISIS UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS  
ANGKET KELENGKAPAN SARANA DAN PRASARANA  
BELAJAR**

**A. Analisis Uji Validitas**

No	Intensitas Belajar Siswa ( $X_2$ )														
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
R-1	4	1	1	3	3	4	2	3	2	4	1	2	3	4	1
R-2	4	4	4	4	4	3	3	3	4	2	3	4	4	4	3
R-3	4	1	1	3	3	4	1	2	2	2	1	4	4	2	4
R-4	4	4	3	4	3	1	2	2	4	2	2	2	2	4	2
R-5	4	4	3	3	4	3	3	3	3	1	2	4	4	4	1
R-6	4	4	2	2	3	4	3	2	3	2	2	3	1	4	2
R-7	4	3	3	4	4	3	2	3	4	2	2	2	2	4	3
R-8	4	4	3	4	4	3	3	4	4	2	3	4	4	3	4
R-9	4	4	1	3	4	3	2	4	4	1	2	3	2	4	3
R-10	4	4	2	4	4	3	2	2	3	3	2	4	2	4	2
R-11	4	4	3	4	3	1	2	2	4	2	2	4	4	4	1
R-12	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	1	1	3
R-13	4	2	3	3	3	4	2	3	2	1	1	2	3	4	1
R-14	4	3	2	1	2	4	4	3	2	1	4	3	4	4	4
R-15	4	4	3	4	4	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3
R-16	4	4	2	4	4	2	3	3	4	1	4	4	4	2	3
R-17	4	3	2	4	4	1	2	2	3	1	3	3	2	4	2
R-18	1	4	2	4	4	4	4	1	4	1	1	2	2	3	4
R-19	2	2	1	2	3	4	2	2	2	2	1	2	3	4	1
R-20	2	2	1	2	3	4	2	1	4	2	1	2	4	4	2
R-21	4	4	3	3	4	1	3	3	4	1	2	3	3	2	3
R-22	4	4	2	4	4	3	2	2	3	2	3	3	4	2	3
R-23	4	1	3	4	4	4	3	3	3	1	2	4	3	3	3
R-24	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	4	2	3
R-25	2	1	3	3	4	3	3	4	4	2	2	2	3	4	4
R-26	4	4	2	4	4	1	4	4	3	2	4	4	3	3	3
R-27	4	4	1	4	4	1	4	4	4	3	4	3	3	3	1
R-28	4	4	1	4	4	4	4	4	2	4	3	3	3	1	3
R-29	4	4	3	3	4	1	3	3	4	4	2	3	3	2	3
R-30	4	4	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	2
$\Sigma X$	109	96	66	100	107	82	80	82	96	61	70	89	90	95	77
korelasi	0,390	0,489	0,499	0,388	0,458	-0,173	0,430	0,539	0,405	-0,091	0,544	0,564	0,400	-0,066	0,361
r tabel	0,361														
validitas	valid	valid	valid	valid	valid	invalid	valid	valid	valid	invalid	valid	valid	valid	invalid	valid

16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	JUMLAH
2	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	2	3	3	3	90
4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	117
3	3	3	4	3	4	4	4	2	2	3	2	3	2	1	4	3	88
2	2	3	3	3	3	3	3	4	4	2	3	3	2	3	4	3	91
4	3	2	2	3	4	4	4	3	3	3	4	2	3	2	4	4	100
4	2	2	4	3	4	4	3	3	2	3	3	3	2	1	3	3	90
2	2	2	3	2	4	4	4	3	3	3	3	2	2	1	2	4	91
3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	2	3	2	4	3	110
3	4	3	4	3	4	4	4	2	2	3	3	2	3	2	4	4	98
1	3	3	2	2	4	4	3	3	2	3	2	3	1	1	2	2	86
4	3	2	2	4	4	4	4	3	3	3	4	2	3	2	4	4	99
2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	1	1	4	3	79
2	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	2	3	3	3	90
4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	1	3	3	4	4	4	3	101
4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	2	2	4	104
3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	2	3	3	4	104
1	4	2	2	2	3	4	3	4	2	3	1	4	2	3	4	4	88
3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	2	3	3	4	97
1	3	3	2	3	4	1	4	2	2	3	3	2	1	2	2	3	74
3	4	2	1	3	4	4	3	2	3	3	3	3	1	2	2	3	82
4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	2	3	3	3	3	98
4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	2	4	2	4	107
3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	2	2	2	2	4	99
2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	83
3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	2	3	3	4	100
4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	3	4	2	2	2	3	4	106
3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	1	3	3	3	2	3	3	96
3	3	3	3	3	4	3	4	3	1	3	3	3	2	3	3	3	98
4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	103
4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	2	3	2	3	4	4	104
89	98	87	92	90	112	109	104	102	85	87	92	90	69	71	93	102	2873
0,731	0,474	0,436	0,558	0,380	0,358	0,440	0,470	0,556	0,367	0,113	0,436	0,180	0,704	0,456	0,130	0,550	1,000
valid	valid	valid	valid	valid	invalid	valid	valid	valid	valid	invalid	valid	invalid	valid	valid	invalid	valid	

## Perhitungan Validitas Butir Soal Uji Coba Instrumen Angket Intensitas Belajar Siswa

Analisis validitas dari hasil uji coba instrumen angket adalah dengan menggunakan Rumus:

$$r_{xy} = \frac{N\sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N\sum X^2 - (\sum X)^2][N\sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

### Keterangan :

- $r_{xy}$  = koefisien korelasi antara X dan Y  
 N = Jumlah Sampel  
 $\sum XY$  = Jumlah perkalian antara skor X dan skor Y  
 $\sum X$  = Jumlah seluruh skor X  
 $\sum Y$  = Jumlah seluruh skor Y  
 $\sum X^2$  = Jumlah kuadrat skor X  
 $\sum Y^2$  = Jumlah kuadrat skor Y

### Kriteria:

Tes Valid jika  $r_{xy} \geq r_{tabel}$

Berikut Perhitungan validitas pertanyaan nomer 1, untuk pertanyaan yang lain dihitung dengan cara yang sama.

KODE	Soal 1 ( $X_1$ )	Y	XY	$X^2$	$Y^2$
R-1	4	90	360	16	8100
R-2	4	117	468	16	13689
R-3	4	88	352	16	7744
R-4	4	91	364	16	8281
R-5	4	100	400	16	10000

R-6	4	90	360	16	8100
R-7	4	91	364	16	8281
R-8	4	110	440	16	12100
R-9	4	98	392	16	9604
R-10	4	86	344	16	7396
R-11	4	99	396	16	9801
R-12	3	79	237	9	6241
R-13	4	90	360	16	8100
R-14	4	101	404	16	10201
R-15	4	104	416	16	10816
R-16	4	104	416	16	10816
R-17	4	88	352	16	7744
R-18	1	97	97	1	9409
R-19	2	74	148	4	5476
R-20	2	82	164	4	6724
R-21	4	98	392	16	9604
R-22	4	107	428	16	11449
R-23	4	99	396	16	9801
R-24	3	83	249	9	6889
R-25	2	100	200	4	10000
R-26	4	106	424	16	11236
R-27	4	96	384	16	9216
R-28	4	98	392	16	9604
R-29	4	103	412	16	10609
R-30	4	104	416	16	10816
$\Sigma X$	109				

Diketahui:

N	$\Sigma XY$	$\Sigma X$	$\Sigma X^2$	$\Sigma Y$	$\Sigma Y^2$
30	10527	109	415	2873	277847

$$r_{xy} = \frac{N\sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N\sum X^2 - (\sum X)^2][N\sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

$$r_{xy} = \frac{30(10527) - (109)(2873)}{\sqrt{\{30(415) - (109)^2\}\{30(277847) - (2873)^2\}}}$$

$$r_{xy} = \frac{315810 - 313157}{\sqrt{12450 - 11881}(8335410 - 8254129)}$$

$$r_{xy} = \frac{2653}{\sqrt{(569)(81281)}}$$

$$r_{xy} = \frac{2653}{\sqrt{46248889}}$$

$$r_{xy} = \frac{2653}{6800,65357}$$

$$r_{xy} = 0,390$$

Pada taraf signifikan 5% dengan  $N = 30$ , diperoleh  $r_{\text{tabel}} = 0,361$ .

Karena  $r_{xy} \geq r_{\text{tabel}}$  maka pertanyaan nomer 1 valid. Dan untuk menghitung validitas butir soal lainnya adalah dengan menggunakan cara yang sama.

## B. Analisis Uji Reliabilitas

### Perhitungan Reliabel Butir Soal Uji Coba Instrumen

#### Angket Tingkat Kebugaran Siswa

Untuk mengetahui reliabilitas butir soal angket menggunakan rumus *Alpha Cronbach*, yaitu:

$$r_{11} = \left[ \frac{K}{k-1} \right] \cdot \left[ 1 - \frac{\sum \sigma_i^2}{\sigma_t^2} \right]$$

Keterangan :

$r_{11}$  = reliabilitas instrumen atau koefisien alfa

K = banyaknya butir soal

$\sum \sigma_i^2$  = jumlah varians butir

$\sigma_t^2$  = varians total

N = jumlah responden.

#### Kriteria:

Jika  $r_{11} \geq r_{\text{tabel}}$  maka instrumen tersebut reliabel.

#### Keterangan:

Varian Total

$$\sigma_t^2 = \frac{\sum Y^2 - \frac{(\sum Y)^2}{N}}{N}$$

$$\sigma_t^2 = \frac{277847 - \frac{(2873)^2}{30}}{30}$$

$$\sigma_t^2 = \frac{277847 - 275137,633}{30}$$

$$\sigma_t^2 = \frac{2709,367}{30}$$

$$\sigma_t^2 = 90,312$$

## Varian Butir

$$\sigma_i^2 = \frac{\sum X^2 - \frac{(\sum X)^2}{N}}{N}$$

$$\sigma_i^2 = \frac{415 - \frac{(109)^2}{30}}{30}$$

$$\sigma_i^2 = \frac{415 - \frac{11881}{30}}{30}$$

$$\sigma_i^2 = \frac{415 - 396,033}{30}$$

$$\sigma_i^2 = \frac{18,967}{30}$$

$$\sigma_{i1}^2 = 0,6322$$

$$\sigma_{i32}^2 = 0,3733$$

$$\sum \sigma_i^2 = 0,6322 + \dots + 0,3733 = 20,40$$

## Koefisien Reliabilitas

$$r_{11} = \left[ \frac{K}{k-1} \right] \cdot \left[ 1 - \frac{\sum \sigma_i^2}{\sigma^2 t} \right]$$

$$r_{11} = \left[ \frac{30}{30-1} \right] \cdot \left[ 1 - \frac{20,40}{90,312} \right]$$

$$r_{11} = [1,03448] \cdot [1 - 0,2258831]$$

$$r_{11} = [1,03448] \cdot [0,77411689672]$$

$$r_{11} = 0,80081$$

Dengan  $\alpha = 5\%$  dan  $N = 30$  diperoleh  $r_{\text{tabel}} = 0,361$ ,  $r_{11} = 0,80081$ . Karena  $r_{\text{hitung}} > r_{\text{tabel}}$  ( $0,80081 > 0,361$ ) maka dapat disimpulkan bahwa instrumen tersebut reliabel.

Lampiran 6a

**Angket Intensitas Belajar**

**A. Identitas Responden**

Nama Siswa :  
Kelas :  
Jenis kelamin :

**B. Keterangan**

7. Bacalah setiap pertanyaan di bawah ini dengan cermat dan teliti sebelum menjawab.
8. Pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan keadaan anda dengan memberi tanda *check list* (√) pada salah satu pilihan yang tersedia di kolom.
9. Angket ini diberikan dalam rangka penelitian ilmiah, mohon angket ini diisi dengan jawaban yang jujur sesuai dengan hati dan diri anda sendiri.
10. Adapun pilihan tersebut adalah:  
  
    **SL** : Selalu  
  
    **SR** : Seri  
  
    **KD** : Kadang-kadang  
  
    **TP** : Tidak pernah
11. Kejujuran dari jawaban tidak mempengaruhi nilai pada raport dan jawaban serta identitas responden akan dirahasiakan.

12. Atas segala bantuan dan kesediaan anda mengisi angket ini, sebelum dan sesudahnya peneliti mengucapkan banyak terima kasih.

**C. Petunjuk mengerjakan**

No	Pernyataan	Alternatif jawaban			
		SL	SR	KD	TP
1.	Saya selalu semangat berangkat sekolah setiap hari				
2.	Saya tidak pernah terlambat masuk sekolah.				
3.	Ketika jam istirahat saya lebih memilih ke kantin dari pada ke perpustakaan.				
4.	Saya selalu memperhatikan ketika guru sedang menjelaskan.				
5.	Saya selalu mengerjakan tugas tugas yang diberikan oleh guru				
6.	Ketika jam kosong saya tetap belajar didalam kelas				
7.	Saya memiliki koleksi buku catatan yang lumayan banyak				
8.	Setelah belajar saya selalu merapikan tempat belajar dan buku buku yg digunakan untuk belajar				
9.	Saya suka berkonsultasi dengan guru jika menemukan kesulitan dalam				

	pelajaran.				
10.	Saya senang jika mengikuti jam tambahan belajar di sekolah.				
11.	Setiap malam saya menyiapkan materi belajar untuk hari berikutnya.				
12.	Jam kegiatan bermain saya lebih banyak dari pada kegiatan belajar.				
13.	Ketika hari senin saya malas berangkat sekolah.				
14.	Saya langsung mau diajak teman jalan jalan ketika saya sedang belajar.				
15.	Ketika ulangan saya pernah menyontek.				
16.	Tempat belajar saya dirumah acak acakan/ berantakan				
17.	Ketika dirumah saya tidak pernah belajar				
18.	Saya meninggalkan buku catatan saya di laci meja sekolah dan tidak pernah dibawa pulang				
19.	Karena tulisan saya berantakan, saya malas mencatat.				
20.	Saya selalu memperhatikan pelajaran di kelas ketika guru sedang menerangkan.				
21.	Ketika guru tidak masuk kelas, saya tetap mengerjakan tugas yang telah				

	diberikan oleh guru.				
22.	Saya memilih ke kantin jika guru tidak masuk kelas				
23.	Sebelum tidur saya menyempatkan membaca buku catatan saya.				
24.	Ketika bangun tidur, saya membaca kembali buku catatan saya meskipun hanya sebentar.				
25.	Saya hanya mencatat pelajaran ketika diawasi oleh guru.				

Lampiran 6b

**Daftar Nama Responden Angket Penelitian**

No	Nama	Kelas
R-1	A.MOZALUNA GRIS FAUTIKASARI	X IIS 1
R-2	ANNISA DESYA RACHMADHANI	X IIS 1
R-3	MUHAMMAD RAKHA NOER KENANDI	X IIS 1
R-4	BAGUS RIZKY ANANDA PUTRA	X IIS 1
R-5	DIKA ACHBIANTO	X IIS 1
R-6	GITA RAHMA YULIANI	X IIS 1
R-7	IRNI NUR AULIASARI	X IIS 1
R-8	EDHITA AZZAHRIA GALUH SUYONO	X IIS 2
R-9	ELISA RAHMAWATI	X IIS 2
R-10	MUHAMMAD FAIZ FIRMANSYAH	X IIS 2
R-11	DENNA AMANTASI RAHMAN	X IIS 2
R-12	BIMA AJI PRATAMA	X IIS 2
R-13	HAKIKI ERIKA PRIHATIN	X IIS 3
R-14	HERLAMBANG BUDI PUTRA NAGARA	X IIS 3
R-15	ROSSA PUTRI NURMALA	X IIS 3
R-16	SAVINA AYU AZKYA	X IIS 3
R-17	SEKAR JASMINE SEPHIANA	X IIS 3

R-18	ZAHRA AULIYANSAYAH	X IIS 3
R-19	ALMAS AMALIA AWANARIS	X IIS 4
R-20	ANNISA NURUL RAHMAWATI	X IIS 4
R-21	IDA LUTFI AYUNINGTYAS	X IIS 4
R-22	MUHAMMAD NDARU PRATAMA	X IIS 4
R-23	MUHAMMAD RAFLI FAHREZI	X IIS 4
R-24	AZKA BAYU ARDHANA WIBOWO	X IIS 4
R-25	BAGAS PERDANA PUTRA NUGROHO	X IIS 4
R-26	ADINDA RIZKY AULIYA	X IIS 5
R-27	ANNISA SALSABILA PERMADANI	X IIS 5
R-28	FAREAL FRISMA ANANDA	X IIS 5
R-29	ICHSAN RINANTO	X IIS 5
R-30	INDAH NURCAHYANI	X IIS 5
R-31	SATRIO JATI	X IIS 5
R-32	URBANAYA THOHA ISHTIGFAR	X IIS 5
R-33	AFFADAN CAHYA SAMUDRA	X MIPA 1
R-34	AL AZIZ VARREL DAFFA YUDHA	X MIPA 1
R-35	ASTI DWI RAHMA WATI PUTRI	X MIPA 1
R-36	EKA PERMATA SARI	X MIPA 1
R-37	MUHAMMAD SULTHON FAARIH	X MIPA 1

R-38	RIZKQI MEIDIANTO KRESNA MUKTI	X MIPA 1
R-39	FAIRUS CANDRA KURNIAWAN TETUKO	X MIPA 2
R-40	MUHAMMAD YUSUF DWI NUGROHO	X MIPA 2
R-41	NIDA KUSUMA DEWI	X MIPA 2
R-42	WAHYU FITRIANI	X MIPA 2
R-43	YUDHISTIRA TEGAR SETYO PRABOWO	X MIPA 2
R-44	YUSAK SAMULYA	X MIPA 2
R-45	ALFITA AYU IRMAWATI	X MIPA 3
R-46	IRFAN AN NAUFAL	X MIPA 3
R-47	FITRA ILHAM RAMADHAN	X MIPA 3
R-48	MUH. REMAMAMETIO RAHEL TABRASTA	X MIPA 3
R-49	MUHAMMAD FIKRI AL AMIN	X MIPA 3
R-50	SITI LATIEPUL HOFI	X MIPA 3
R-51	ADAM ZUFAR MAJID SUPRAYOGI	X MIPA 4
R-52	AGUM RULY PRABOWO	X MIPA 4
R-53	ALEYANDRO KEMAL ATTARIK	X MIPA 4
R-54	DESY SONIA PUTRI	X MIPA 4
R-55	PUTRI NUR ADRIANTI	X MIPA 4
R-56	TITA NADYA KHAIRUNISA	X MIPA 4
R-57	RADEN MUHAMMAD YUSUF	X MIPA 5

	BRYANSYAH	
R-58	RIZKYANTO DANDI WIBOWO	X MIPA 5
R-59	SUTTAN ARIIQ SANTOSA	X MIPA 5
R-60	TITTO RAFI' RAMADHAN	X MIPA 5
R-61	MUHAMMAD HAIDAR IBNU MAS'UD	X MIPA 5
R-62	AINDA NOVA ARDHANI	X MIPA 6
R-63	ADITYA RAFLI PRATAMA	X MIPA 6
R-64	AKBAR SETYAWAN	X MIPA 6
R-65	TAUFIQ HIDAYAT	X MIPA 6
R-66	AMALIA KHOIRINNISA	X MIPA 7
R-67	AHMAD RIZQI WIRATAMA PUTRA	X MIPA 7
R-68	BIYANISA RIZKY ANDINI	X MIPA 7
R-69	MUHAMMAD HAFIDZ SYAHPUTRA	X MIPA 7
R-70	RAYHAN AL ATTAR	X MIPA 7

Lampiran 7

**Data Tabel Kerja Analisis Regresi Ganda Pengaruh Tingkat  
Kebugaran Jasmani dan Intensitas Belajar Terhadap Prestasi  
Belajar Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti kelas X di  
SMAN 11 Semarang 2016**

Res	X <sub>1</sub>	X <sub>2</sub>	Y	X <sub>1</sub> <sup>2</sup>	X <sub>2</sub> <sup>2</sup>	Y <sup>2</sup>	X <sub>1</sub> · X <sub>2</sub>	X <sub>1</sub> · Y	X <sub>2</sub> · Y
1.	85	73	84	7225	5329	7056	6205	7140	6132
2	88	68	84	7744	4624	7056	5984	7392	5712
3	85	73	80	7225	5329	6400	6205	6800	5840
4	85	91	89	7225	8281	7921	7735	7565	8099
5	88	86	88	7744	7396	7744	7568	7744	7568
6	85	91	89	7225	8281	7921	7735	7565	8099
7	88	77	80	7744	5929	6400	6776	7040	6160
8	84	78	80	7056	6084	6400	6552	6720	6240
9	85	73	75	7225	5329	5625	6205	6375	5475
10	85	82	85	7225	6724	7225	6970	7225	6970
11	83	81	84	6889	6561	7056	6723	6972	6804
12	82	73	78	6724	5329	6084	5986	6396	5694
13	87	73	76	7569	5329	5776	6351	6612	5548
14	86	71	80	7396	5041	6400	6106	6880	5680
15	88	73	79	7744	5329	6241	6424	6952	5767
16	88	76	78	7744	5776	6084	6688	6864	5928
17	84	77	79	7056	5929	6241	6468	6636	6083
18	86	82	80	7396	6724	6400	7052	6880	6560
19	87	84	89	7569	7056	7921	7308	7743	7476
20	87	79	79	7569	6241	6241	6873	6873	6241
21	87	79	82	7569	6241	6724	6873	7134	6478
22	94	77	80	8836	5929	6400	7238	7520	6160
23	91	78	80	8281	6084	6400	7098	7280	6240
24	83	70	74	6889	4900	5476	5810	6142	5180
25	83	66	70	6889	4356	4900	5478	5810	4620
26	86	69	73	7396	4761	5329	5934	6278	5037
27	86	91	89	7396	8281	7921	7826	7654	8099

28	92	78	80	8464	6084	6400	7176	7360	6240
29	90	69	79	8100	4761	6241	6210	7110	5451
30	86	61	75	7396	3721	5625	5246	6450	4575
31	90	74	79	8100	5476	6241	6660	7110	5846
32	92	71	78	8464	5041	6084	6532	7176	5538
33	90	69	89	8100	4761	7921	6210	8010	6141
34	85	71	79	7225	5041	6241	6035	6715	5609
35	88	83	84	7744	6889	7056	7304	7392	6972
36	85	64	78	7225	4096	6084	5440	6630	4992
37	83	85	89	6889	7225	7921	7055	7387	7565
38	83	77	80	6889	5929	6400	6391	6640	6160
39	85	83	81	7225	6889	6561	7055	6885	6723
40	88	87	88	7744	7569	7744	7656	7744	7656
41	85	90	90	7225	8100	8100	7650	7650	8100
42	85	75	84	7225	5625	7056	6375	7140	6300
43	85	64	81	7225	4096	6561	5440	6885	5184
44	85	93	91	7225	8649	8281	7905	7735	8463
45	87	67	87	7569	4489	7569	5829	7569	5829
46	83	71	81	6889	5041	6561	5893	6723	5751
47	83	80	80	6889	6400	6400	6640	6640	6400
48	90	69	80	8100	4761	6400	6210	7200	5520
49	87	71	75	7569	5041	5625	6177	6525	5325
50	88	88	89	7744	7744	7921	7744	7832	7832
51	85	76	79	7225	5776	6241	6460	6715	6004
52	85	67	78	7225	4489	6084	5695	6630	5226
53	88	77	80	7744	5929	6400	6776	7040	6160
54	85	62	80	7225	3844	6400	5270	6800	4960
56	85	71	89	7225	5041	7921	6035	7565	6319
57	88	82	84	7744	6724	7056	7216	7392	6888
58	84	86	83	7056	7396	6889	7224	6972	7138
59	85	85	85	7225	7225	7225	7225	7225	7225
60	88	72	78	7744	5184	6084	6336	6864	5616
61	88	79	79	7744	6241	6241	6952	6952	6241
62	85	61	79	7225	3721	6241	5185	6715	4819
63	85	82	85	7225	6724	7225	6970	7225	6970
64	88	84	87	7744	7056	7569	7392	7656	7308

65	85	81	81	7225	6561	6561	6885	6885	6561
66	85	77	82	7225	5929	6724	6545	6970	6314
67	85	90	88	7225	8100	7744	7650	7480	7920
68	84	82	84	7056	6724	7056	6888	7056	6888
69	83	78	79	6889	6084	6241	6474	6557	6162
70	87	82	87	7569	6724	7569	7134	7569	7134
$\Sigma$	60 34	538 7	573 3	5205 40	4187 97	47103 1	46428 6	4941 93	44288 5

## Lampiran 8

### Perhitungan Uji Hipotesis I

Uji Hipotesis I dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Mencari korelasi antara prediktor ( $X_1$ ) dengan kriterium (Y) dengan menggunakan teknik korelasi momen tangkar dari Pearson, dengan rumus sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{\sum xy}{\sqrt{(\sum x^2)(\sum y^2)}}$$

Telah kita ketahui bahwa:

$$\begin{aligned}\sum x_1^2 &= \sum X_1^2 - \frac{(\sum X_1)^2}{N} \\ &= 520540 - \frac{(6034)^2}{70} \\ &= 520540 - \frac{36409156}{70} \\ &= 520540 - 520130,8 \\ &= 409,2\end{aligned}$$

$$\begin{aligned}\sum x_2^2 &= \sum X_2^2 - \frac{(\sum x_2)^2}{N} \\ &= 418797 - \frac{(5387)^2}{70} \\ &= 418797 - \frac{29019769}{70} \\ &= 418797 - 414568,129 \\ &= 4228,871\end{aligned}$$

$$\begin{aligned}\sum y^2 &= \sum Y^2 - \frac{(\sum Y)^2}{N} \\ &= 471031 - \frac{(5733)^2}{70}\end{aligned}$$

$$= 471031 - \frac{32867289}{70}$$

$$= 471031 - 469532,7$$

$$= 1498,3$$

$$\sum x_1 x_2 = \sum X_1 X_2 - \frac{(\sum X_1)(\sum X_2)}{70}$$

$$= 464286 - \frac{(6034)(5387)}{70}$$

$$= 464286 - \frac{32505158}{70}$$

$$= 464286 - 464359,4$$

$$= -73,4$$

$$\sum x_1 y = \sum X_1 Y - \frac{(\sum X_1)(\sum Y)}{N}$$

$$= 494193 - \frac{(6034)(5733)}{70}$$

$$= 494193 - \frac{34592922}{70}$$

$$= 494193 - 494185$$

$$= 8$$

$$\sum x_2 y = \sum X_2 Y - \frac{(\sum X_2)(\sum Y)}{N}$$

$$= 442885 - \frac{(5387)(5733)}{70}$$

$$= 437908 - \frac{30883671}{70}$$

$$= 437908 - 441195$$

$$= 1690$$

Sehingga

$$r_{xy} = \frac{\sum xy}{\sqrt{(\sum x^2)(\sum y^2)}}$$

$$= \frac{8}{\sqrt{(409)(1498)}}$$

$$\begin{aligned}
&= \frac{8}{\sqrt{612682}} \\
&= \frac{8}{782,740} \\
&= 0,010 \text{ (Rendah)}
\end{aligned}$$

Adapun koefisien korelasi determinasi  $r^2 = 0,00010$

Dan besarnya pengaruh variabel  $X_1$  terhadap Y adalah:

$$\begin{aligned}
r^2 \times 100\% &= 0,00010 \times 100\% \\
&= 0,010\%
\end{aligned}$$

2. Uji signifikansi korelasi melalui uji t

Rumus:

$$\begin{aligned}
t_h &= \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}} \\
&= \frac{0,010 \sqrt{70-2}}{\sqrt{1-(0,00010)}} \\
&= \frac{0,010\sqrt{68}}{\sqrt{0,99999}} \\
&= \frac{(0,010)(8,246)}{0,99995} \\
&= \frac{0,08246}{0,99995} \\
&= 0,08246
\end{aligned}$$

Karena  $t_{hitung} = 0,08246 < t_{tabel} (0,05 = 1,994)$  berarti korelasi antara  $X_1$  terhadap Y **tidak signifikan**.

3. Mencari persamaan garis regresi dengan menggunakan rumus regresi sederhana , sebagai berikut:

$$\hat{Y} = a + bx_1$$

$$b = \frac{n \cdot \sum X^1 Y - \sum X^1 \cdot \sum Y}{n \cdot \sum X^{12} - (\sum X^2)^2}$$

$$a = \hat{Y} - bX_1$$

Dari data yang terkumpul dapat dicari:

$$\hat{Y} = a + bx_1$$

$$\hat{Y} = \frac{\sum Y}{N}$$
$$= \frac{5733}{70}$$

$$= 81,9$$

$$\sum X = \frac{\sum X_1}{N}$$
$$= \frac{6034}{70}$$

$$= 86,2$$

$$b = \frac{n \cdot \sum X_1 Y - \sum X_1 \cdot \sum Y}{n \cdot \sum X_1^2 - (\sum X_1)^2}$$
$$= \frac{(70)(494193) - (6034)(5733)}{(70)(520540) - (6034)^2}$$
$$= \frac{34593510 - 34592922}{36437800 - 36409156}$$
$$= \frac{588}{28644}$$

$$= 0,020527$$

$$a = \hat{Y} - bX_1$$
$$= 81,9 - (0,020527)(86,2)$$
$$= 81,9 - (1,76950)$$
$$= 80,130573$$

$$\text{Jadi } \hat{Y} = a + bx_1$$
$$= 80,130573 + (0,020527X_1)$$
$$= 80,130573 + 0,020527X_1$$

4. Mencari varian regresi

$$F_{reg} = \frac{RK_{reg}}{RK_{res}}$$

$$JK_{reg} = \frac{\sum x_1 y^2}{\sum x_1^2}$$

$$= \frac{(8)^2}{409}$$

$$= \frac{64}{409}$$

$$= 0,15647$$

$$db_{reg} = 1$$

$$RK_{reg} = \frac{JK_{reg}}{db_{reg}}$$

$$= \frac{0,15647}{1}$$

$$= 0,15647$$

$$JK_{res} = \sum y^2 - \frac{(\sum xy)^2}{\sum x_1^2}$$

$$= 1498 - \frac{(8)^2}{409}$$

$$= 1498 - \frac{64}{409}$$

$$= 1498 - 0,15647$$

$$= 1497,8435$$

$$db_{res} = N - 2$$

$$= 70 - 2$$

$$= 68$$

$$RK_{res} = \frac{JK_{res}}{db_{res}}$$

$$= \frac{1497,8435}{68}$$

$$= 22,0271$$

$$\begin{aligned} \text{Jadi, } F_{reg} &= \frac{RK_{reg}}{RK_{kes}} \\ &= \frac{0,15647}{22,0271} \\ &= 0,00710 \end{aligned}$$

## Lampiran 9

### Perhitungan Uji Hipotesis II

Uji Hipotesis II dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Mencari korelasi antara prediktor ( $X_2$ ) dengan kriterium (Y) dengan menggunakan teknik korelasi momen tangkar dari Pearson, dengan rumus sebagai berikut:

$$\begin{aligned}r_{xy} &= \frac{\sum xy}{\sqrt{(\sum x^2)(\sum y^2)}} \\ &= \frac{1690}{\sqrt{(4228.871)(1498)}} \\ &= \frac{1690}{\sqrt{6335042}} \\ &= \frac{1690}{2516,950} \\ &= 0,67144 \text{ ( Sedang )}\end{aligned}$$

Adapun koefisien korelasi determinasi  $r^2 = 0,4508$

Dan besarnya pengaruh variabel  $X_2$  terhadap Y adalah:

$$\begin{aligned}r^2 \times 100\% &= 0,4508 \times 100\% \\ &= 45,08\%\end{aligned}$$

2. Uji signifikansi korelasi melalui uji t

Rumus:

$$\begin{aligned}t_h &= \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}} \\ &= \frac{0,67144 \sqrt{70-2}}{\sqrt{1-0,45083167}} \\ &= \frac{0,67144 \sqrt{68}}{\sqrt{0,54916833}}\end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
&= \frac{(0,67144)(8,24621125)}{0,74105892} \\
&= \frac{5,53683608}{0,74105892} \\
&= 7,47151938
\end{aligned}$$

Karena  $t_{hitung} = 7,47151938 > t_{tabel} (0,05 = 1,994)$  berarti korelasi antara  $X_2$  terhadap  $Y$  **signifikan**.

3. Mencari persamaan garis regresi dengan menggunakan rumus regresi sederhana , sebagai berikut:

$$\hat{Y} = a + bX_2$$

$$b = \frac{n \cdot \sum X_2 Y - \sum X_2 \cdot \sum Y}{n \cdot \sum X_2^2 - (\sum X_2)^2}$$

$$a = \hat{Y} - bX_2$$

Dari data yang terkumpul dapat dicari:

$$\hat{Y} = a + bX_2$$

$$\begin{aligned}
\hat{Y} &= \frac{\sum Y}{N} \\
&= \frac{5733}{70} \\
&= 81,9
\end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
\sum X &= \frac{\sum X_2}{N} \\
&= \frac{5387}{70} \\
&= 76,957143
\end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
b &= \frac{n \cdot \sum X_2 Y - \sum X_2 \cdot \sum Y}{n \cdot \sum X_2^2 - (\sum X_2)^2} \\
&= \frac{(70)(442885) - (5387)(5733)}{(70)(418797) - (5387)^2} \\
&= \frac{31001950 - 30883671}{29315790 - 29019769}
\end{aligned}$$

$$= \frac{118279}{296021}$$

$$= 0,3996$$

$$a = \hat{Y} - bX_2$$

$$= 81,9 - (0,3996)(76,957143)$$

$$= 81,9 - 30,7492169$$

$$= 51,1507831$$

$$\text{Jadi } \hat{Y} = a + bx_2$$

$$= 51,1507831 + 0,3996X_2$$

$$= 51,1507831 + 0,3996 X_2$$

#### 4. Mencari varian regresi

$$F_{reg} = \frac{RK_{reg}}{RK_{res}}$$

$$JK_{reg} = \frac{\sum x_2 y^2}{\sum x_2^2}$$

$$= \frac{(1690)^2}{4228,871}$$

$$= \frac{2856100}{4228,871}$$

$$= 675,381207$$

$$db_{reg} = 1$$

$$RK_{reg} = \frac{JK_{reg}}{db_{reg}}$$

$$= \frac{675,381207}{1}$$

$$= 675,381207$$

$$JK_{res} = \sum y^2 - \frac{(\sum x_2 y)^2}{\sum x_2^2}$$

$$= 1498 - \frac{(1690)^2}{4228,871}$$

$$\begin{aligned} &= 1498 - \frac{2856100}{4228,871} \\ &= 1498 - 675,381207 \\ &= 882,618793 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} db_{res} &= N - 2 \\ &= 70 - 2 \\ &= 68 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} RK_{res} &= \frac{JK_{res}}{db_{res}} \\ &= \frac{882,618793}{68} \\ &= 12,0973352 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Jadi, } F_{reg} &= \frac{RK_{reg}}{RK_{res}} \\ &= \frac{675,381207}{12,0973352} \\ &= 55,828924 \end{aligned}$$

## Lampiran 10

### Perhitungan Uji Hipotesis III

1. Mencari persamaan regresi untuk dua prediktor dengan rumus sebagai berikut:

$$\hat{Y} = a + b_1x_1 + b_2x_2$$

Untuk menghitung harga-harga a, b<sub>1</sub>, b<sub>2</sub> dapat menggunakan persamaan sebagai berikut:

$$\begin{aligned} b_1 &= \frac{(\sum x_2^2)(\sum x_1y) - (\sum x_1x_2)(\sum x_2y)}{(\sum x_1^2)(\sum x_2^2) - (\sum x_1x_2)^2} \\ &= \frac{(4228,871)(8) - (-73,4)(1690)}{(409)(4228,871) - (-73,4)^2} \\ &= \frac{33830,968 - (-124046)}{1729608,24 - (-5387,56)} \\ &= \frac{157876,968}{1734995,8} \\ &= 0,09099559 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} b_2 &= \frac{(\sum x_1^2)(\sum x_2y) - (\sum x_1x_2)(\sum x_1y)}{(\sum x_1^2)(\sum x_2^2) - (\sum x_1x_2)^2} \\ &= \frac{(409)(1690) - (-73,4)(8)}{(409)(4228,871) - (-73,4)^2} \\ &= \frac{691210 - (-587,2)}{1729608,24 - (-5387,56)} \\ &= \frac{691797,2}{1734995,8} \\ &= 0,39873134 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} a &= \hat{Y} - b_1X_1 - b_2X_2 \\ &= 81,9 - (0,09099559)(86,2) - (0,39873134)(76,957143) \\ &= 81,9 - 7,84381986 - 30,6852248 \end{aligned}$$

$$= 43,3709553$$

$$\begin{aligned}\hat{Y} &= a + b_1X_1 + b_2X_2 \\ &= 43,3709553 + 0,09099559X_1 + 0,39873134X_2\end{aligned}$$

2. Mencari korelasi antara prediktor ( $X_{1,2}$ ) dengan kriterium (Y) dengan rumus sebagai berikut:

$$\begin{aligned}R_{(1.2)} &= \sqrt{\frac{b_1\sum x_1y + b_2\sum x_2y}{(\sum y^2)}} \\ &= \sqrt{\frac{(0,09099559)(8) + (0,39873134)(1690)}{(1498)}} \\ &= \sqrt{\frac{0,72796472 + 673,855965}{(1498)}} \\ &= \sqrt{\frac{674,58393}{(1498)}} \\ &= \sqrt{0,45032305} \\ &= 0,67106114\end{aligned}$$

Adapun koefisien determinasinya adalah  $r^2 = 0,45032305$

Dan besarnya pengaruh variabel  $X_1$ ,  $X_2$ , terhadap Y adalah:

$$\begin{aligned}r^2 \times 100\% &= 0,45032305 \times 100\% \\ &= 45,032305\%\end{aligned}$$

3. Mencari signifikansi korelasi melalui uji t

$$\begin{aligned}t_h &= \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}} \\ &= \frac{0,67106114 \sqrt{70-2}}{\sqrt{1-0,45032305}} \\ &= \frac{0,67106114 \sqrt{68}}{\sqrt{0,54967695}}\end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
&= \frac{(0,67106114)(8,2462)}{0,74140202} \\
&= \frac{5,53370437}{0,74140202} \\
&= 7,46383773
\end{aligned}$$

Karena  $t_{hitung} = 7,46383773 > t_{tabel} (0,05 = 1,994)$  berarti korelasi antara  $X_1, X_2$  terhadap  $Y$  **signifikan**.

4. Mencari varian regresi dengan menggunakan rumus regresi sebagai berikut:

$$\begin{aligned}
JK_{reg} &= R^2 (\Sigma y^2) \\
&= 0,45032305 (1498) \\
&= 674,583929
\end{aligned}$$

$$db_{reg} = m = 2$$

$$\begin{aligned}
RK_{reg} &= \frac{JK_{reg}}{db_{reg}} \\
&= \frac{674,583929}{2} \\
&= 339,3191964
\end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
JK_{res} &= (1 - R^2)(\Sigma y^2) \\
&= (1 - 0,45032305)(1498) \\
&= (0,54967695)(1498) \\
&= 823,416071
\end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
db_{res} &= N - m - 1 \\
&= 70 - 2 - 1 \\
&= 67
\end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
RK_{res} &= \frac{JK_{res}}{db_{res}} \\
&= \frac{823,416071}{67}
\end{aligned}$$

$$= 12,2897921$$

$$\text{Jadi, } F_{reg} = \frac{RK_{reg}}{RK_{res}}$$

$$= \frac{337,291964}{12,2897921}$$

$$= 27,7368877$$

*Lampiran 11*

*DOKUMENTASI SMA Negeri 11 Semarang*







**LABORATORIUM MATEMATIKA  
FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI  
UIN WALISONGO SEMARANG**

*Jln. Prof. Dr. H. M. Kompasari 2 (Gdg. Lab. MIPA Terpadu Lt.1) 5061291 Fax. 7511357 Semarang 50512*

**PENELITI** : Jafar Sodik  
**NIM** : 123111086  
**JURUSAN** : Pendidikan Agama Islam  
**JUDUL** : PENGARUH TINGKAT KEBUGARAN JASMANI DAN INTENSITAS BELAJAR TERHADAP PRESTASI BELAJAR PENDIDIKAN AGAMA ISLAM DAN BUDI PEKERTI KELAS X DI SMA NEGERI 11 SEMARANG TAHUN PELAJARAN 2016/2017

**HIPOTESIS :**

a. Hipotesis Korelasi:

$H_0$  : Tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat kebugaran jasmani dan intensitas belajar terhadap prestasi belajar PAI dan budi pekerti.

$H_1$  : Ada hubungan yang signifikan antara tingkat kebugaran jasmani dan intensitas belajar terhadap prestasi belajar PAI dan budi pekerti.

b. Hipotesis Model Regresi

$H_0$  : Model regresi tidak signifikan

$H_1$  : Model regresi signifikan

c. Hipotesis Koefisien Regresi

$H_0$  : Koefisien regresi tidak signifikan

$H_1$  : Koefisien regresi signifikan

**HASIL DAN ANALISIS DATA**

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
prestasi belajar	81.9000	4.65988	70
kebugaran jasmani	66.2000	2.43528	70
intensitas belajar	76.9571	7.82866	70



**LABORATORIUM MATEMATIKA  
FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI  
UIN WALISONGO SEMARANG**

Jl. Prof. Dr. H. Nanda Kumpas 2 (Gdg. Lab. MP4 Terpadu I.C.) ☎ 7611295 Fax. 7611387 Semarang 50132

**Correlations**

		prestasi belajar	kebugaran jasmani	intensitas belajar
Pearson Correlation	prestasi belajar	1.000	.011	.671
	kebugaran jasmani	.011	1.000	-.056
	intensitas belajar	.671	-.056	1.000
Sig. (1-tailed)	prestasi belajar		.465	.000
	kebugaran jasmani	.488		.323
	intensitas belajar	.000	.323	
N	prestasi belajar	70	70	70
	kebugaran jasmani	70	70	70
	intensitas belajar	70	70	70

**Model Summary**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.673 <sup>a</sup>	.453	.437	3.45766

a. Predictors: (Constant), intensitas belajar, kebugaran jasmani

**Keterangan:**

$R = 0,673$  artinya hubungan antara tingkat kebugaran jasmani dan intensitas belajar terhadap prestasi belajar PAI dan budi pekerti Cukup karena  $0,400 \leq R \leq 0,699$ , dan kontribusi tingkat kebugaran jasmani dan intensitas belajar dalam mempengaruhi prestasi belajar PAI dan budi pekerti sebesar 45,3% (R square).

**ANOVA<sup>a</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	678.631	2	339.315	27.736	.000 <sup>a</sup>
	Residual	819.869	67	12.234		
	Total	1498.500	69			

a. Predictors: (Constant), intensitas belajar, kebugaran jasmani

b. Dependent Variable: prestasi belajar

**Keterangan:**

Sig. =  $0,000 < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak,

artinya model regresi  $Y = 0,092X_1 + 0,401X_2 + 43,055$  SIGNIFIKAN



**LABORATORIUM MATEMATIKA  
FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI  
UIN WALISONGO SEMARANG**

*Dr. Prof. Dr. Hana Kumpus 2 N02, Lab. MIPA Empuh 03.01 7007201 Fax. 7615107 Semarang 50162*

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		Sig.
	B	Std. Error	Beta	t	
1 (Constant)	43,055	15,720		2,739	,008
kebugaran jasmani	,092	,173	,048	,534	,596
intensitas belajar	,401	,054	,674	7,447	,000

a. Dependent Variable: prestasi belajar

**Keterangan:**

Persamaan Regresi adalah  $Y = 0,092X_1 + 0,401X_2 + 43,055$

Uji koefisien variabel ( $X_1$ ) (0,092) : Sig. = 0,595  $\geq$  0,05, maka  $H_0$  diterima, artinya koefisien variabel X tidak **SIGNIFIKAN** (dalam mempengaruhi variabel Y).

Uji koefisien variabel ( $X_2$ ) (0,401) : Sig. = 0,000  $<$  0,05, maka  $H_0$  ditolak, artinya koefisien variabel X **SIGNIFIKAN** (dalam mempengaruhi variabel Y).

Uji konstanta (6,838) : Sig. = 0,008  $<$  0,05, maka  $H_0$  ditolak, artinya konstanta **SIGNIFIKAN** (dalam mempengaruhi variabel Y).



Lampiran 13



KEMENTERIAN AGAMA RI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN  
Jl. Prof. Dr. Hamka (Kampus II) Ngaliyan Telp. 7601295 Fax. 7615387 Semarang 50185

Nomor : In.06.3/J.I/pp.00.9/4527/2016

Semarang, 14 Oktober 2016

Lamp : -

Hal : **Penunjukan Pembimbing Skripsi**

Kepada Yth

1. Dr. H. Darmu'in, M. Ag
2. Agus Sutiyono, M. Ag

Assalamualaikum Wr. Wb.

Berdasarkan hasil pembahasan usulan judul penelitian di Jurusan Pendidikan Agama Islam (PAI), maka Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan menyetujui judul skripsi mahasiswa:

Nama : Jufar Sodiq

NIM : 123111086

Judul : "PENGARUH TINGKAT KEBUGARAN JASMANI DAN INTENSITAS BELAJAR TERHADAP PRESTASI BELAJAR PENDIDIKAN AGAMA ISLAM di SMAN 11 SEMARANG KELAS X".

Dan merujuk :

Pembimbing I : Dr. H. Darmu'in, M. Ag

Pembimbing II : Agus Sutiyono, M. Ag

Demikian penunjukan pembimbing skripsi ini disampaikan, dan atas kerjasamanya, kami ucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.



Tembusan disampaikan kepada Yth:

1. Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Walisongo Semarang
2. Mahasiswa yang bersangkutan

Lampiran 14



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN  
Jl. Prof. Dr. Hamka Kampus II Ngaliyan Telp. 7601295 Fax. 7615387 Semarang 50185

Nomor : B- 5435/Un. 10.3/ D.I/ TL. 00/11/2016 Semarang, 21 November 2016

Lamp : -

Hal : Mohon Izin Riset  
A.n : Jafar Sodik  
NIM : 123111086

Kepada Yth. :  
Kepala Dinas Pendidikan  
di Semarang

Assalamu'alaikum Wr.Wb.  
Diberitahukan dengan hormat dalam rangka penulisan skripsi, bersama ini kami harapkan mahasiswa:

Nama : Jafar Sodik  
NIM : 123111086  
Alamat : Dsn. Gadon, Ds. Crewek, Kec. Kradenan, Kab. Grobogan  
Judul Skripsi : Pengaruh Tingkat Kebugaran dan Intensitas Belajar Terhadap Prestasi Belajar Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti Siswa Kelas X di SMA N 11 Semarang  
Pembimbing : 1. Dr. H. Darmu'in, M. Ag  
2. Agus Sutiyono, M. Ag, M, Pd

Bahwa mahasiswa tersebut membutuhkan data-data dengan tema/judul skripsi yang sedang disusunnya, dan oleh karena itu kami mohon diberijin riset selama 14 hari, pada tanggal 24 November 2016 sampai dengan tanggal 7 Desember 2016.  
Demikian atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terimakasih  
Wassalamu'alaikum Wr. Wb.



Tembusan :  
Dosen Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Walisongo Semarang

Lampiran 15



PENERintah KOTA SEMARANG  
DINAS PENDIDIKAN  
SMA NEGERI 11 SEMARANG  
AKREDITASI "A"

Jl. Lawey Tengah, Semarang Gg. XIV RT. DI RW.01 Semarang 50248  
T / Fax: TU (021) 8413670  
Website : [www.sman11-smg.sch.id](http://www.sman11-smg.sch.id) - Email : [info@sman11-smg.sch.id](mailto:info@sman11-smg.sch.id)



SURAT KETERANGAN

NO. 070 / 0576 / 2016

Berdasarkan surat Dinas Pendidikan No. 070/9944 hal : ijin Penelitian , maka Kami menerangkan bahwa nama tersebut di bawah ini :

NO	NAMA/NIM	PROGRAM STUDI
1.	Jafar Sodiq/ 123111086	Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

Telah melaksanakan penelitian di SMAN 11 Semarang pada tanggal, 28 November 2016 – 16 Desember 2016 Tahun Pelajaran 2016/2017, dengan judul "Pengaruh Tingkat Kebugaran dan Intensitas Belajar Terhadap prestasi belajar Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti Siswa kelas X di SMA Negeri 11 Semarang."

Demikian , surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, 13 Desember 2016  
Kepala Sekolah  
  
Drs. Yuyana M, Kom  
NIP. 196708271995121003

  
**KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN  
KEPADA MASYARAKAT (LP2M)**  
Jl. Walisongo No. 3-5 Semarang 50185 telp/fax. (024) 7617923 email: [lp2m@uin-srowali.ac.id](mailto:lp2m@uin-srowali.ac.id)

---

**PIAGAM**  
Nomor : **Un.06.0/L.1/PP.03.06/375/2016**

Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LP2M) Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo Semarang, menerangkan bahwa :

Nama : **JAFAR SHODIQ**  
NIM : **123111086**  
Fakultas : **ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN**

Telah melaksanakan kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) Reguler Angkatan ke-66 Semester Genap Tahun Akademik 2015/2016 di Kabupaten Pati, dengan nilai :

**85** ( **4,0 / A** )

Semarang, 21 Juni 2016

  
*[Signature]*  
**Dr. H. Sholihan, M.Ag.**  
NIP. 196006041994032004

## RIWAYAT HIDUP

### A. Identitas Diri

1. Nama Lengkap : Jafar Sodiq
2. Tempat&TanggalLahir : Grobogan, 14 Mei 1993
3. NIM : 123111086
4. AlamatRumah : Dsn. Gadon, RT/RW 02/ 06  
Ds. Crewek, Kec. Kradenan, Kab. Grobogan
5. Hp : 085727656947
6. E-mail : [jsodiq30@gmail.com](mailto:jsodiq30@gmail.com)

### B. Riwayat Pendidikan

1. Pendidikan formal
  - a. SD N 3 Kradenan lulus tahun 2005
  - b. MTs Al-Hamidah Kradenan lulus tahun 2008
  - c. SMA Negeri 11 Semarang lulus tahun 2011
  - d. UIN Walisongo Semarang lulus tahun 2017
2. Pendidikan Non Formal
  - a. Madrasah diniyah Al-Ma'arif Kradenan lulus tahun 2007
  - b. BLKI Semarang lulus tahun 2011

Semarang, 15 Juni 2017

**Jafar Sodiq**

NIM: 123111086