

**SURVEI TINGKAT KEBUGARAN AEROBIK, KECERDASAN
INTELEKTUAL DAN PRESTASI BELAJAR SISWA KELAS
BAKAT ISTIMEWA OLAHRAGA ANGKATAN 2013
SMA NEGERI 1 SLOGOHIMO**

SKRIPSI

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

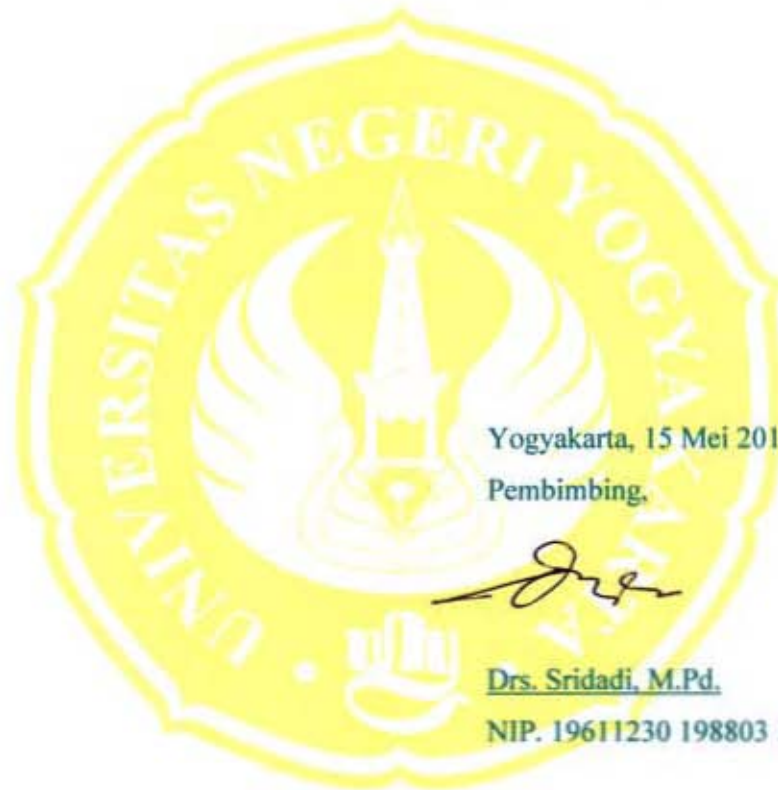


Oleh:
Atrian Cahya Sakti Dewangga
11601244044

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2015**

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul "SURVEI TINGKAT KEBUGARAN AEROBIK, KECERDASAN INTELEKTUAL DAN PRESTASI BELAJAR SISWA KELAS BAKAT ISTIMEWA OLAMRAGA ANGKATAN 2013 SMA NEGERI 1 SLOGOHIMO" yang disusun oleh Atrian Cahya Sakti Dewangga, NIM 11601244044 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.



Yogyakarta, 15 Mei 2015

Pembimbing,



Drs. Sridadi, M.Pd.

NIP. 19611230 198803 1 001

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul "SURVEI TINGKAT KEBUGARAN AEROBIK, KECERDASAN INTELEKTUAL DAN PRESTASI BELAJAR SISWA KELAS BAKAT ISTIMEWA OLAHRAGA ANGKATAN 2013 SMA NEGERI 1 SLOGOHIMO" yang disusun oleh Atrian Cahya Sakti Dewangga, NIM 11601244044 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 18 Juni 2015 dan dinyatakan telah memenuhi syarat guna memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan.

DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda tangan	Tanggal
Drs. Sridadi, M.Pd.	Ketua Penguji		26-06-15
Drs. F. Suharjana, M.Pd.	Sekretaris Penguji		29-06-15
Drs. Subagyo, M.Pd.	Penguji I		22-06-15
Drs. Sismadiyanto, M.Pd.	Penguji II		23-06-15

Yogyakarta, 30 Juni 2015

Fakultas Ilmu Keolahragaan



Rumpis Agus Sudarko, M.S.

NIP 19600824 198601 1 001

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Atrian Cahya Sakti Dewangga

NIM : 11601244044

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Judul Skripsi : SURVEI TINGKAT KEBUGARAN AEROBIK,
KECERDASAN INTELEKTUAL DAN PRESTASI
BELAJAR SISWA KELAS BAKAT ISTIMEWA
OLAHRAGA ANGKATAN 2013 SMA NEGERI 1
SLOGOHIMO

Menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali pada bagian-bagian tertentu yang diambil sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Apabila ternyata terbukti pernyataan saya ini tidak benar, maka sepenuhnya menjadi tanggung jawab saya dan saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan yang berlaku.

Yogyakarta, 15 Mei 2015

Yang Menyatakan,



Atrian Cahya Sakti Dewangga

NIM 11601244044

MOTTO

Manusia dapat dihancurkan, manusia dapat dimatikan, tetapi manusia tidak dapat dikalahkan, selama manusia itu masih setia pada hatinya.

-PSHT-

Sukses adalah jatuh 9x dan bangkit 10x.

-Jon Bon Jovi-

Pernah mencoba, pernah gagal, tak peduli, coba lagi, gagal lagi, cobalah dengan lebih baik lagi.

-Atrian Cahya Sakti Dewangga-

HALAMAN PERSEMBAHAN

Kata demi kata dalam karya sederhana ini kupersembahkan untuk:

1. Bapak Samuri dan Ibu Suyatmi S.Pd selaku kedua orang tua saya yang telah membiayai semua kebutuhan saya selama ini, yang telah membimbing dan senantiasa mendoakan saya. Tanpa kalian saya tidak bisa seperti sekarang. Terimakasih Bapak Ibu.
2. Adik saya, Atrika Cahya Ayu Hapsari dan Atrisna Cahya Rizki Tama, kalian adalah semangat saya untuk menjadi lebih baik agar dapat memberikan contoh yang baik pada kalian. Jadilah lebih baik dari kakak mu ini.
3. Della, Wahyu Chelolo, Agung, Andro, Rian Agung, Koencoro, Dimas, Gira, dan Dila yang telah banyak membantu saya selama masa kuliah. Kalian adalah keluarga baru saya di tengah perjuangan ini. Trimakasih sobat.
4. Ratih Puspitasari Kusumaningrum terimakasih atas semangatnya, dukungannya dan motivasinya walaupun kadang bawel tapi terimakasih untuk semuanya itu. Semoga kita bisa selalu bersama. Amin

**SURVEI TINGKAT KEBUGARAN AEROBIK, KECERDASAN
INTELEKTUAL DAN PRESTASI BELAJAR SISWA KELAS
BAKAT ISTIMEWA OLAHRAGA ANGKATAN 2013
SMA NEGERI 1 SLOGOHIMO**

Oleh
Atrian Cahya Sakti Dewangga
NIM 11601244044

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi yang belum diketahui tingkat kebugaran aerobik, kecerdasan intelektual dan prestasi belajar siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri 1 Slogohimo. Maka dari itu penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran tingkat kebugaran aerobik, kecerdasan intelektual dan prestasi belajar siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri 1 Slogohimo.

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan tiga variabel, menggunakan metode survei. Penelitian ini menggunakan sampel siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri 1 Slogohimo. Instrumen yang digunakan yaitu untuk mengetahui kebugaran aerobik, diukur dengan tes lari 12 menit dari K. H. Cooper, kecerdasan intelektual diukur dengan Tes IQ dan bakat, dan prestasi belajar diukur dengan nilai rapor siswa. Teknik pengambilan data dengan tes, pengukuran dan dokumentasi. Analisis data menggunakan metode deskriptif kuantitatif persentase.

Hasil penelitian pada siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri 1 Slogohimo menunjukkan bahwa tingkat kebugaran aerobik siswa kategori kurang sekali 0%, kategori kurang 25% (5 siswa), kategori sedang 45% (9 siswa), kategori baik 20% (4 siswa), kategori baik sekali 10% (2 siswa), kategori luar biasa 0%. Tingkat kecerdasan intelektual siswa kategori rata-rata 10% (2 siswa), kategori rata-rata+ 70% (14 siswa), kategori cerdas 20% (4 siswa). Tingkat prestasi belajar siswa kategori kurang sekali 0%, kategori kurang 20% (4 siswa), kategori sedang 65% (13 siswa), kategori baik 0%, kategori baik sekali 15% (3 siswa).

Kata kunci: kebugaran aerobik, kecerdasan intelektual, prestasi belajar, siswa kelas bakat istimewa olahraga

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi berjudul “SURVEI TINGKAT KEBUGARAN AEROBIK, KECERDASAN INTELEKTUAL DAN PRESTASI BELAJAR SISWA KELAS BAKAT ISTIMEWA OLAHRAGA ANGKATAN 2013 SMA NEGERI 1 SLOGOHIMO”. Penulisan skripsi ini dibuat untuk memenuhi sebagian persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Jasmani Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta. Penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak.

Oleh karena itu, pada kesempatan ini, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Bapak Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Bapak Drs. Amat Komari, M.Si., selaku Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang telah memberikan persetujuan penulisan skripsi ini.
3. Bapak Drs. Bandi Utama, M.Pd., selaku Penasehat Akademik yang telah membantu demi kelancaran administrasi skripsi serta telah memberikan bimbingan serta motivasi selama kuliah.
4. Bapak Drs. Sridadi, M.Pd., selaku dosen pembimbing yang telah berkenan memberikan waktu luang, arahan, bimbingan serta dengan penuh kesabaran meneliti setiap kata demi kata dalam skripsi ini.

5. Seluruh dosen Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ilmunya kepada penulis.
6. Orangtua dan keluarga yang telah memberikan doa, dukungan, serta semangat kepada penulis.
7. Seluruh teman-teman PJKR angkatan 2011 yang telah berjuang bersama-sama dan saling berbagi dengan penulis
8. Semua pihak yang telah membantu penulisan skripsi ini hingga selesai.

Penulis menyadari adanya ketidak telitian, kekurangan dan kesalahan dalam penulisan tugas akhir skripsi ini. Oleh karena itu, penulis menerima kritik dan saran yang bersifat membangun. Semoga penulisan tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan pihak yang terkait.

Yogyakarta, 15 mei 2015

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Batasan Masalah	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Deskripsi Teori	9
1. Kebugaran Aerobik	9
2. Kecerdasan Intelektual	15
3. Prestasi Belajar	20
4. Kelas Bakat Istimewa Olahraga	23
5. Karakteristik Siswa SMA.....	25
B. Penelitian Yang Relevan	26
C. Kerangka Berfikir	27

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian	30
B. Definisi Operasional Variabel.....	30
C. Tempat dan Waktu Penelitian	31
D. Populasi dan Sampel Penelitian	32
E. Instrumen Penelitian.....	33
F. Teknik Pengumpulan Data.....	34
G. Teknik Analisis Data	38

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Lokasi, Waktu dan Subjek Penelitian	40
B. Hasil Penelitian	40
1. Kebugaran Aerobik	41
2. Kecerdasan Intelektual (IQ)	43
3. Prestasi Belajar	44
C. Pembahasan	46
1. Tingkat Kebugaran Aerobik.....	46
2. Tingkat Kecerdasan Intelektual	49
3. Tingkat Prestasi Belajar	51

BAB IV PENUTUP

A. Kesimpulan	55
B. Implikasi Penelitian	55
C. Keterbatasan Penelitian	56
D. Saran	57

DAFTAR PUSTAKA	58
-----------------------------	-----------

LAMPIRAN	61
-----------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Penilaian lari 12 menit, jarak dalam kilo meter.....	36
Tabel 2	Penggolongan tingkat IQ dan Bakat	37
Tabel 3	Distribusi frekuensi prestasi belajar	38
Tabel 4	Frekuensi data kebugaran aerobik	41
Tabel 5	Frekuensi data kecerdasan intelektual (IQ)	43
Tabel 6	Frekuensi data prestasi belajar	45

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Lintasan Tes Lari 12 Meneit	34
Gambar 2	Histogram Data Tingkat Kebugaran Aerobik siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri 1 Slogohimo	42
Gambar 3	Histogram Data Tingkat Kecerdasan Intelektual (IQ) siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri 1 Slogohimo	44
Gambar 4	Histogram Data Tingkat Prestasi belajar siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri 1 Slogohimo	46

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Surat-surat Izin Penelitian	62
Lampiran 2.	Petunjuk Pelaksanaan Tes Lari 12 Menit.....	68
Lampiran 3.	Blangko Perhitungan Lari 12 Menit.....	70
Lampiran 4.	Sertifikat Peneraan Alat Penelitian.....	71
Lampiran 5.	Rekapitulasi Hasil Tes Lari 12 menit	75
Lampiran 6.	Sertifikat Hasil Tes IQ	76
Lampiran 7.	Rekapitulasi Dokumentasi Tes IQ	80
Lampiran 8.	Rapor Siswa	81
Lampiran 9.	Rekapitulasi Dokumentasi Nilai Rapor.....	83
Lampiran 10.	Dokumentasi Tes Lari 12 Menit	84

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan nasional berfungsi untuk mengembangkan kemampuan serta meningkatkan mutu kehidupan dan martabat manusia Indonesia, sesuai dengan tujuan negara republik Indonesia yang tertuang dalam Pembukaan Undang-Undang Dasar 1945 alinea keempat butir ketiga yaitu “Mencerdaskan kehidupan bangsa”. Banyak upaya yang dilakukan pemerintah dalam meningkatkan mutu pendidikan. Salah satu contoh upaya yang dilakukan adalah dengan mengubah kurikulum pendidikan sesuai dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi. Pendidikan merupakan usaha untuk menyiapkan peserta didik melalui bimbingan, pengajaran dan latihan bagi peranannya di masa yang akan datang. Pertumbuhan dan perkembangan pada seseorang yang bersifat kualitatif juga merupakan hasil dari proses pendidikan, baik disadari maupun tidak disadari. Pendidikan bermaksud mengembangkan segala potensi yang dimiliki oleh individu yang secara alami sudah dimiliki.

SMA Negeri 1 Slogohimo adalah salah satu sekolah menengah atas yang berada di kabupaten Wonogiri, Provinsi Jawa Tengah. Mulai pada tahun ajaran 2010/2011, SMA Negeri 1 Slogohimo membuat terobosan dengan membuka kelas khusus bernama Bakat Istimewa Olahraga (BIO). Dengan adanya kelas tersebut, SMA Negeri 1 Slogohimo menjadi salah satu sekolah menengah atas di Kabupaten Wonogiri Provinsi Jawa Tengah yang memiliki kelas bakat istimewa olahraga. Kelas ini dibuka sebagai bentuk tindak lanjut

pihak sekolah untuk menampung dan mendidik siswa yang berbakat dalam bidang olahraga agar dapat berprestasi maksimal tanpa menomorduakan prestasi akademik. Oleh karena itu kurikulum yang digunakan dalam kelas bakat istimewa olahraga sama dengan kurikulum yang digunakan di kelas regular.

Siswa yang masuk dalam kelas bakat istimewa olahraga adalah siswa yang memiliki keahlian dan prestasi pada cabang olahraga tertentu. Hal ini yang membedakan siswa kelas bakat istimewa olahraga dengan siswa kelas regular. Jika siswa kelas regular menggunakan Nilai Ujian Nasional (NUN) sebagai syarat masuk, berbeda halnya dengan siswa kelas bakat istimewa olahraga. Calon siswa kelas bakat istimewa olahraga bisa masuk bila memiliki piagam prestasi pada cabang olahraga yang ditekuninya walaupun dengan NUN dibawah rata-rata.

Di samping memperoleh mata pelajaran secara umum, siswa kelas bakat istimewa olahraga juga memperoleh mata pelajaran tambahan yang digunakan untuk berlatih sesuai cabang olahraganya masing-masing. Mata pelajaran tambahan tersebut diadakan empat kali seminggu yaitu pada hari senin, rabu, kamis dan jum'at di mulai pukul 14.00 sampai pukul 17.00, dan kusus untuk hari kamis pukul 07.00 sampai pukul 09.00 diadakan latihan fisik serentak kelas X, XI dan XII BIO. Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti dengan guru pendidikan jasmani SMA Negeri 1 Slogohimo, diketahui bahwa setiap siswa kelas khusus olahraga rata-rata melakukan aktivitas fisik selama 4-8 jam dalam sehari. Rinciannya berupa aktivitas di sekolah kurang

lebih selama 5-7 jam dan latihan dilakukan pada sore harinya kurang lebih selama 2-3 jam. Banyaknya aktivitas yang dilakukan tentu saja siswa dituntut untuk memiliki dukungan kebugaran jasmani agar dapat mengikuti proses pembelajaran dengan baik. Sesuai observasi yang dilakukan peneliti masih banyak siswa kelas bakat istimewa olahraga khususnya angkatan 2013 yang sekarang duduk dibangku kelas IX mengalami kelalahan saat melakukan aktivitas yang begitu banyak.

Kebugaran jasmani, atau dalam bahasa inggris: *physical fitness*, adalah kemampuan seseorang untuk melakukan pekerjaan berat sehari-hari dengan mudah tanpa merasa cepat lelah, dan masih mempunyai sisa atau cadangan tenaga untuk menikmati waktu senggang atau untuk keperluan yang sewaktu-waktu dapat digunakan (Senjaya, 1993: 1). Dengan kebugaran jasmani yang baik diharapkan siswa dapat melakukan aktivitas fisik dengan lebih siap dan bersemangat di aktivitas sehari-hari maupun aktivitas pembelajaran di sekolah. Apabila latihan olahraga dilakukan sesuai dengan petunjuk, kemungkinan besar kebugaran jasmani siswa dapat dipertahankan bahkan dapat ditingkatkan, sehingga kebugaran jasmani siswa dapat terus terjaga. Wahyoedi (2000: 61) menerangkan bahwa diantara keempat komponen kebugaran yaitu: daya tahan aerobik, daya tahan otot, kekuatan otot dan fleksibilitas, daya tahan aerobik dianggap komponen pokok dalam kebugaran jasmani, karena daya tahan aerobik sangatlah penting untuk menunjang kerja otot dengan mengambil oksigen dan menyalurkan keseluruh jaringan otot yang sedang aktif sehingga dapat digunakan untuk proses metabolisme tubuh.

Tidak salah jika siswa kelas bakat istimewa olahraga harus memiliki kebugaran aerobik yang baik.

Disamping harus memiliki tingkat kebugaran aerobik yang baik siswa kelas bakat istimewa olahraga juga harus berprestasi belajar karena di kelas bakat istimewa olahraga juga menggunakan kurikulum yang sama dengan kelas reguler. Prestasi belajar diartikan sebagai kemampuan siswa dalam penguasaan materi dan keterampilan berpikir yang meliputi ranah kognitif, psikomotor dan afektif yang dinyatakan dalam proses belajar mengajar melalui pengukuran dan penilaian (Denny Mahendra Kushendar, 2010: 3). Gambaran mengenai prestasi belajar siswa dapat terlihat di buku laporan semester (buku rapor) yang merupakan hasil evaluasi pembelajaran siswa selama satu semester.

Berdasarkan hasil observasi awal melalui wawancara dengan beberapa guru di SMA Negeri I Slogohimo dikatakan bahwa ada beberapa siswa kelas bakat istimewa olahraga yang masih memiliki pemusatan perhatian kurang baik dan membutuhkan waktu relatif lama dalam proses pemecahan masalah yang dihadapi. Prestasi belajar juga ada kaitannya dengan kecedasan intelektual, kecerdasan intelektual sangat berperan dalam proses penerimaan dan pemahaman materi pelajaran yang diberikan kepadanya baik secara teori maupun praktik. Siswa yang memiliki kecerdasan intelektual tinggi akan lebih mudah mengingat materi yang diajarkan kepadanya sekalipun tanpa belajar terlebih dahulu. Selain memiliki kebugaran aerobik yang baik siswa kelas bakat istimewa olahraga juga harus memiliki kecerdasan intelektual

yang baik karena di dalam kelas bakat istimewa olahraga juga menggunakan kurikulum yang sama dengan kelas reguler dengan demikian selain berprestasi dalam bidang non akademik siswa kelas bakat istimewa olahraga juga harus bisa berprestasi di bidang akademik.

Dibukanya kelas bakat istimewa olahraga secara tidak langsung memberikan tanggung jawab lebih besar kepada SMA Negeri 1 Slogohimo untuk mendidik dan mengajar siswanya agar menjadi insan akademik yang berguna bagi masyarakat. Gambaran keberhasilan ini akan terlihat pada prestasi belajar yang di peroleh siswa selama belajar di SMA Negeri 1 Slogohimo, berdasarkan uraian tersebut cukup menarik dan perlu diketahui bagaimana tingkatkebugaran aerobik, kecerdasan intelektual dan prestasi belajar siswakelas bakat istimewa olahragadi SMA Negeri 1 Slogohimo. Sebagai obyek penelitian, peneliti tertarik untuk meneliti siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 yang sekarang menduduki bangku kelas XI (sebelas). Karena itu penulis meneliti “Seperti apa gambaran kebugaran aerobik, kecerdasan intelektual dan prestasi belajarsiswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 di SMA Negeri I Slogohimo”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas, maka dapat diidentifikasi berbagai masalah yaitu sebagai berikut:

1. Siswa yang memiliki nilai Ujian Nasional (UN) di bawah rata-rata bisa masuk kelas bakat istimewa olahraga.

2. Pencapaian prestasi dibidang akademik yang belum maksimal yang ditandai dengan nilai rapor yang masih di bawah kelas reguler.
3. Beberapa siswa di kelas bakat istimewa olahraga mengalami kesulitan dalam memecahkan masalah belajar seperti dalam menangkap materi pelajaran yang diberikan ada beberapa siswa yang sulit memahami dan guru harus mengulang.
4. Belum ada penelitian tentang survei kebugaran aerobik, kecerdasan intelektual dan prestasi belajar kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri 1 Slogohimo.
5. Belum pernah diadakan tes kebugaran aerobik terhadap siswa kelas Bakat Istimewa Olahraga angkatan 2013 SMA Negeri 1 Slogohimo.

C. Batasan Masalah

Agar permasalahan dalam penelitian ini tidak menjadi luas, perlu adanya batasan sehingga penelitian ini jelas. Mengingat terbatasnya kemampuan, tenaga, biaya dan waktu penelitian maka dalam penelitian ini hanya dibatasi pada survei tingkat kebugaran aerobik, kecerdasan intelektual dan prestasi belajar siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 di SMA Negeri I Slogohimo.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, serta batasan masalah yang telah diuraikan tersebut, maka permasalahan yang diangkat dalam penelitian ini adalah:

1. Seperti apa gambaran tingkat kebugaran aerobik siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri I Slogohimo?
2. Seperti apa gambaran tingkat kecerdasan intelektual siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri I Slogohimo?
3. Seperti apa gambaran tingkat prestasi belajar siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri I Slogohimo?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah di atas, tujuan yang ingin dicapai melalui kegiatan penelitian ini adalah:

1. Untuk memperoleh data tentang gambaran tingkat kebugaran aerobik siswa kelas bakat istimewa olahraga di SMA Negeri I Slogohimo.
2. Untuk memperoleh data tentang gambaran tingkat kecerdasan intelektual siswa kelas bakat istimewa olahraga di SMA Negeri I Slogohimo.
3. Untuk memperoleh data tentang gambaran tingkat prestasi belajar siswa kelas bakat istimewa olahraga di SMA Negeri I Slogohimo.

F. Manfaat Penelitian

Dengan mengetahui tingkat kebugaran aerobik, kecerdasan intelektual, dan prestasi belajar siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri I Slogohimo maka dapat dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memperkaya perbendaharaan ilmu pengetahuan yang berkaitan tentang gambaran tingkat kebugaran aerobik, kecerdasan intelektual dan prestasi belajar. Sehingga dapat

dijadikan dasar dalam mengembangkan program pendidikan baik untuk pembelajaran akademik maupun non akademik.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi guru:

Sebagai sarana untuk mengevaluasi keberhasilan tugas mengajarnya dengan diketahuinya tingkat kebugaran aerobik dan kecerdasan intelektual setiap siswanya maka bisa disusun pembelajaran sesuai dengan kemampuan setiap individu.

b. Bagi siswa:

Dapat mengetahui tingkat kebugaran aerobik, kecerdasan intelektual dan prestasi belajar guna mendorong untuk melakukan aktivitas yang membawa pada kehidupan yang lebih baik.

c. Bagi sekolah:

Hasil penelitian ini diharapkan akan memberikan gambaran tentang tingkat kebugaran aerobik, kecerdasan intelektual dan prestasi belajar, sehingga dapat dijadikan dasar untuk penelitian selanjutnya.

BAB II KAJIAN TEORI

A. Deskripsi Teori

1. Kebugaran Aerobik

a. Pengertian Kebugaran Aerobik

Kebugaran merupakan faktor terpenting dan mutlak yang harus dimiliki oleh setiap manusia dalam kehidupan sehari-hari. Tingkat kebugaran seseorang akan menunjang terciptanya belajar dan kinerja yang baik sesuai dengan profesi masing-masing. Secara umum yang dimaksud dengan kebugaran adalah keburan fisik (*Physical Fitness*) yaitu kemampuan seseorang melakukan kerja sehari-hari secara efisien tanpa timbul kelelahan yang berlebih sehingga masih dapat menikmati waktu luangnya demikian pendapat dari Djoko Pekik Irianto (2004: 2). Kebugaran juga dapat diartikan sebagai daya tahan atau stamina yang menggambarkan kemampuan, bagian yang diwarisi dan bagian yang dilatih untuk memepertahankan usaha yang keras dan lama pendapat dari Brian J Sharkey. (2003: 72). Wahyoedi (2000: 61) menerangkan bahwa diantara komponen keempat kebugaran yaitu: daya tahan aerobik, daya tahan otot, kekuatan otot dan fleksibilitas, daya tahan aerobik dianggap komponen pokok dalam kebugaran jasmani karena daya tahan aerobik sangatlah penting untuk menunjang kerja otot dengan mengambil oksigen dan menyalurkan keseluruhan jaringan otot yang sedang aktif sehingga dapat digunakan untuk proses metabolisme tubuh.

Menurut Miller (2002: 115) kebugaran aerobik adalah kemampuan dari system sirkulasi dan respirasi untuk mengatur atau menyesuaikan dari latihan yang berat dan untuk memulihkan efek dari latihan itu sendiri. Brian J. Sharkey (2003: 74) kebugaran aerobik, didefinisikan sebagai kapasitas maksimal untuk menghirup, menyalurkan, dan menggunakan oksigen, sebaiknya diukur dalam tes laboratorium yang disebut maksimal pemasukan oksigen (atau VO₂ max).

Sadoso Sumosardjuno (1990: 89) pengertian kebugaran aerobik berkaitan erat dengan aktivitas atau latihan yang dilakukan dengan adanya oksigen yaitu adanya kemampuan pada yang bersangkutan untuk menggunakan oksigen yang cukup untuk memenuhi kebutuhan pada waktu melakukan aktivitas.

Daya tahan kardiorespirasi sangat erat hubungannya dengan VO₂ maks. V berarti volume, O₂ berarti oksigen, maks berarti maksimal, dengan demikian VO₂ maks berarti volume oksigen yang tubuh dapat gunakan saat bekerja sekeras mungkin (Kathleen dan Jonathan, 1992: 34). Pendapat lain dari (Rusli Lutan, 2002: 40):

Kebugaran aerobik merupakan ukuran kemampuan jantung untuk memompa darah yang kaya oksigen keseluruh tubuh lainnya dan kemampuan untuk menyesuaikan serta memulihkan dari aktivitas jasmani dan kebugaran aerobik diukur dengan memantau penyerapan oksigen maksimum yang dikenal dalam istilah VO₂ maks.

Dari beberapa pendapat di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa daya tahan aerobik artinya sama dengan istilah-istilah lain, yaitu daya

tahan kardiovaskuler, daya tahan kardiorespiratori dengan arti kemampuan ukuran jantung dan paru-paru untuk mensuplai darah yang kaya oksigen keseluruh tubuh dalam jangka waktu yang relatif lama, dan juga daya tahan aerobik merupakan unsur pokok dalam kebugaran jasmani seseorang. Adapun unsur kebugaran aerobik dibatasi oleh kapasitas system sirkulasi meliputi jantung, pembuluh darah dan system respirasi (paru).

b. Faktor yang Mempengaruhi Kebugaran Aerobik

Menurut Djoko Pekik Irianto (2004: 8), untuk mendapatkan kebugaran yang prima maka seseorang dituntut untuk meninggalkan kebiasaan yang tidak sehat seperti merokok, minum beralkohol, makan berlebih dan tidak teratur. Ada beberapa faktor yang dapat menentukan VO₂ maks menurut Dr. Jeanne Wisseman dalam buku “Olahraga Sumber Kesehatan” (Kathleen dan Jonathan, 1992: 35-36), yaitu:

1) Jenis kelamin

Setelah masa pubertas, wanita dalam usia yang sama dengan laki-laki, umumnya mempunyai konsumsi oksigen maksimal yang lebih rendah daripada laki-laki.

2) Usia

Setelah usia 20-an, VO₂ maks menurun dengan perlahan-lahan. Dalam usia 55 tahun, VO₂ maks lebih kurang 27% lebih rendah dari usia 25 tahun. Dengan sendirinya hal ini berbeda dari satu dengan orang lain. Seseorang yang mempunyai banyak kegiatan, VO₂ maks akan menurun dengan lebih perlahan.

3) Keturunan

Seseorang bisa saja mempunyai potensi yang lebih besar dari orang lain untuk mengkonsumsi oksigen yang lebih tinggi dan mempunyai suplai pembuluh darah kapiler yang lebih baik terhadap otot-otot, mempunyai kapasitas paru-paru yang lebih besar, dapat mensuplai hemoglobin dan

sel darah merah yang lebih banyak dan jantung yang lebih kuat karena menurun dari orang tuanya.

4) Komposisi tubuh

VO₂ maks dinyatakan dalam berapa milliliter oksigen yang dikonsumsi per kg berat badan, perbedaan komposisi seseorang menyebabkan konsumsi yang berbeda. Misalnya, tubuh seseorang yang mempunyai lemak dengan presentase yang tinggi, mempunyai konsumsi oksigen maksimum yang lebih rendah.

5) Latihan atau olahraga

Seseorang dapat memperbaiki VO₂ maks dengan olahraga atau latihan. Dengan latihan daya tahan yang sistematis akan memperbaiki konsumsi oksigen maksimum dari 5% sampai 25%.

Sedangkan dalam artikel yang ditulis oleh Sanjaya Yasin (2013:

1). Daya tahan kardiorespirasi dipengaruhi beberapa faktor yakni genetik, umur dan jenis kelamin, aktifitas fisik komposisi lemak tubuh dan kebiasaan merokok.

1) Genetik

Daya tahan kardiorespirasi dipengaruhi oleh faktor genetik yaitu sifat-sifat spesifik yang ada dalam tubuh seseorang sejak lahir. Magnus Tambs (1994) berpendapat bahwa lebih dari setengah perbedaan kekuatan maksimal aerobik dikarenakan oleh perbedaan genotype dan faktor lingkungan (nutrisi) sebagai penyebab lainnya. Pengaruh genetik pada kekuatan otot dan daya tahan otot pada umumnya berhubungan dengan komposisi serat otot yang terdiri dari serat merah dan serat putih. Seseorang yang memiliki lebih banyak serat otot merah lebih tepat untuk melakukan kegiatan bersifat aerobik, sedangkan yang memiliki lebih banyak serat otot putih lebih mampu melakukan kegiatan yang bersifat anaerobik.

2) Umur

Umur mempengaruhi hampir semua komponen kebugaran jasmani. Daya tahan kardiorespirasi menunjukkan tendensi meningkat pada masa kanak-kanak sampai sekitar dua puluh tahun dan mencapai maksimal pada usia 20 sampai 30 tahun (Departemen Kesehatan Republik Indonesia Direktorat Jenderal Pembinaan Kesehatan Masyarakat Direktorat Bina Upaya kesehatan Puskesmas, 1994). Daya tahan kardiorespirasi akan menurun sejalan dengan

bertambahnya usia, dengan penurunan 8-10% perdekade untuk individu yang tidak aktif dan untuk individu yang aktif penurunannya sebesar 4-5% perdekade (Brian J. Sharkey, 2003).

3) Jenis Kelamin

Tingkat kebugaran jasmani dipengaruhi oleh jenis kelamin karena adanya perbedaan ukuran tubuh yang terjadi antara laki-laki dan perempuan setelah masa pubertas. Daya tahan kardiorespirasi pada usia anak-anak antara laki-laki dan perempuan tidak jauh berbeda, tetapi setelah masa pubertas terdapat perbedaan. Rata-rata perempuan muda memiliki kebugaran aerobik antara 15-25% lebih kecil dari laki-laki muda dan ini tergantung pada tingkat aktivitas mereka. Tapi pada atlet remaja putri yang sering berlatih hanya berbeda 10% dibawah atlet putra dalam usia yang sama dalam hal VO2 maks.

4) Kegiatan Fisik

Kegiatan fisik sangat mempengaruhi semua komponen kebugaran jasmani. Latihan yang bersifat aerobik yang dilakukan secara rutin akan dapat meningkatkan daya tahan kardiorespirasi dan dapat mengurangi lemak tubuh (Departemen Kesehatan Republik Indonesia Direktorat Jenderal Pembinaan Kesehatan Masyarakat Direktorat Bina Upaya kesehatan Puskesmas, 1994).

5) Kebiasaan Merokok

Merokok dapat mempengaruhi daya tahan kardiorespirasi karena kandungan zat-zat kimia dalam rokok dapat merusak paru-paru sehingga mengganggu proses respirasi.

Pada asap tembakau terdapat 4% karbon monoksida (CO). afinitas CO pada hemoglobin 200-300 kali lebih kuat daripada oksigen. Hemoglobin dalam tubuh berfungsi untuk mengikat dan sebagai alat pengangkutan oksigen untuk diedarkan ke jaringan tubuh yang membutuhkannya. Bila seseorang merokok 10-20 batang sehari, di dalam hemoglobin mengandung 4,9% CO maka kadar oksigen yang diedarkan ke jaringan akan menurun sekitar 5% (Departemen Kesehatan Republik Indonesia Direktorat Jenderal Pembinaan Kesehatan Masyarakat Direktorat Bina Upaya kesehatan Puskesmas, 1994).

c. Manfaat Kebugaran Aerobik

Menurut Lynne Brick (2001: 4-6) memaparkan bahwa keuntungan fisik yang didapat dari latihan aerobik, terhadap lima segi

dari kesehatan fisik yaitu: 1) Mengenai jantung; 2) Kekuatan otot; 3) Daya tahan otot; 4) Kelenturan; 5) Komposisi tubuh.

Menurut Rusli Lutan (2002: 10-11) seorang yang aktif berolahraga atau rajin melakukan aktivitas jasmani, memperoleh banyak keuntungan. Kegiatan yang teratur ini bermanfaat untuk mencegah: 1) Kematian terlampau dini; 2) Kematian yang disebabkan oleh penyakit jantung; 3) Diabetes; 4) Tekanan darah tinggi; 5) Kanker usus; 6) Kolesterol tinggi.

Menurut Depdikbud (1997: 2) latihan-latihan kesegaran jasmani yang dilakukan secara tepat dan benar akan memberikan manfaat bagi tubuh yaitu: 1) Memperkuat sendi; 2) Meningkatkan kemampuan jantung dan paru-paru (ketahanan kardiorespirasi); 3) Memperkuat otot tubuh; 4). Menurunkan tekanan darah; 5) Mengurangi lemak tubuh (HDL, LDL); 6) Memperbaiki bentuk tubuh; 7) Mengurangi kadar gula; 8) Mengurangi resiko tekanan penyakit jantung koroner; 9) Memperlancar pertukaran gas.

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa manfaat dari kebugaran jasmani yang baik adalah memberikan kemudahan bagi seseorang dalam tugasnya sehari-hari tanpa mengalami kelelahan yang berarti dan terhindar dari berbagai macam penyakit.

2. Kecerdasan Intelektual

a. Pengertian Kecerdasan

Kecerdasan merupakan salah satu anugrah terbesar yang dimiliki manusia yang membedakan manusia dengan makhluk hidup lain. Dengan kecerdasan, manusia dapat meningkatkan serta mempertahankan kualitas hidupnya melalui proses berpikir dan belajar secara terus menerus. Tidak mengherankan jika kecerdasan menjadi suatu hal yang menarik untuk diteliti. Saifuddin Azwar (1996: 2) mendefinisikan bahwa inteligensi merupakan kekuatan atau kemampuan untuk melakukan sesuatu.

Menurut (Izzaty dkk, 2008: 130), satu hal yang membedakan manusia dengan makhluk lain adalah kemampuan berfikir yang dimilikinya. Kemampuan berfikir tersebut tercakup dalam aspek kognitif yang sering disebut kecerdasan atau intelegensi (*intelligence*).

Robert S. Feldman (2012: 334) beberapa psikolog mengambil definisi inteligensi dari konsep pemahaman orang awam. Inteligensi adalah sebuah kapasitas untuk memahami dunia, berpikir rasional, dan menggunakan akal dalam menghadapi tantangan.

Andi Yulianto (2007: 1) mendefinisikan kecerdasan sebagai tingkah laku dan kemampuan adaptasi untuk menyesuaikan diri dengan situasi yang baru, berpikir abstrak dan mengambil makna dari pengalaman-pengalaman.

Dari berbagai definisi di atas dapat disimpulkan bahwa kecerdasan merupakan kemampuan yang dimiliki manusia menggunakan pengetahuannya untuk menyesuaikan diri terhadap situasi yang baru secara cepat dan efektif.

b. Pengertian Kecerdasan Intelektual (IQ)

Kecerdasan Intelektual (IQ) merupakan salah satu dari ketiga jenis kecerdasan dasar yang dimiliki manusia. Danah Zohar dan Ian Marshall (dalam Agus Efendi, 2005: 82) menyebutkan ada tiga ragam kecerdasan yang dimiliki manusia, yaitu IQ (*Intelligence Quotient*), EQ (*Emotional Quotient*), dan SQ (*Social Quotient*). IQ memungkinkan manusia untuk berpikir secara rasional dan logis. EQ memungkinkan manusia untuk menggunakan perasaan yang terwujud dalam tingkah laku dan emosi. Dan SQ memungkinkan manusia untuk berpikir bahwa ada hal-hal yang tidak bisa dicapai dengan logika dan perasaan. Dari ketiga macam kecerdasan disamping kecerdasan intelektual merupakan kecerdasan manusia yang paling utama. Kecerdasan ini ditemukan oleh William Stern pada tahun 1912.

(Deny Mahendra Kushendar, 2010: 22), kecerdasan intelektual adalah sebuah kecerdasan yang memberikan manusia kemampuan untuk berhitung, beranalogi, berimajinasi, berkreasi, serta berinovasi. Oleh karena itu kecerdasan ini sering dikaitkan dengan prestasi akademik yang dapat seseorang ketika berada di lembaga pendidikan. Kecerdasan intelektual sering digunakan sebagai tolak ukur

keberhasilan dan prestasi hidup walaupun tidak sepenuhnya benar karena masih ada jenis-jenis kecerdasan lain yang juga berpengaruh.

Witherington (dalam Izzaty, dkk, 2008: 131), mengidentifikasi beberapa ciri perilaku intelegensi sebagai manifestasi dari kemampuan intelegensi sebagai berikut.

- 1) Kemampuan dalam menggunakan bilangan (*facility in the use of numbers*)
- 2) Efisiensi dalam berbahasa (*language efficiency*)
- 3) Kecepatan dalam pengamatan (*speed of perception*)
- 4) Kemudahan dalam mengingat (*facility in memorizing*)
- 5) Kemudahan dalam memahami hubungan (*facility in comprehending relationship*)
- 6) Imajinasi (*imagination*)

Dari berbagai definisi diatas dapat disimpulkan bahwa kecerdasan intelektual merupakan kemampuan yang dimiliki manusia untuk berfikir secara rasional dan logis, yang memberikan manusia kemampuan untuk berhitung, beranalogi, berimajinasi, berkreasi, serta berinovasi. Oleh karena itu kecerdasan ini sering dikaitkan dengan prestasi akademik yang di dapat seseorang ketika berada di lembaga pendidikan. Sehingga jika seseorang memiliki kecerdasan intelektual yang tinggi maka dipastikan bahwa prestasi belajarnya juga akan tinggi.

c. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Intelektual

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kecerdasan intelektual manusia. Menurut Djaali (2008: 74-75) inteligensi manusia dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu faktor pembawaan, faktor minat, faktor pembentukan, faktor kematangan dan faktor kebebasan. Berikut penjelasan mengenai kelima faktor tersebut.

- 1) Faktor pembawaan, di mana faktor ini ditentukan oleh sifat yang dibawa sejak lahir. Batas kesanggupan atau kecakapan seseorang dalam memecahkan masalah, antara lain ditentukan oleh faktor bawaan. Oleh karena itu, di dalam satu kelas dapat dijumpai anak yang bodoh, agak pintar, dan pintar sekali, meskipun mereka menerima pelajaran dan pelatihan yang sama.
- 2) Faktor minat dan pembawaan yang khas, di mana minat mengarahkan perbuatan kepada suatu tujuan dan merupakan dorongan bagi perbuatan itu. Dalam diri manusia terdapat dorongan atau motif yang mendorong manusia untuk berinteraksi dengan dunia luar, sehingga apa yang diminati oleh manusia dapat memberikan dorongan untuk berbuat lebih giat dan lebih menarik.
- 3) Faktor Pembentukan, di mana pembentukan adalah segala keadaan di luar diri seseorang yang mempengaruhi perkembangan intelegensi. Di sini dapat dibedakan antara pembentukan sengaja, seperti yang dilakukan di sekolah dan pembentukan yang tidak disengaja, misalnya pengaruh alam di sekitarnya
- 4) Faktor kematangan, di mana tiap organ dalam tubuh manusia mengalami pertumbuhan dan perkembangan. Setiap organ manusia baik fisik maupun psikis, dapat dikatakan telah matang, jika ia telah tumbuh atau berkembang hingga mencapai kesanggupan menjalankan fungsinya masing-masing. Oleh karena itu, tidak mengherankan bila anak-anak belum mampu mengerjakan atau memecahkan soal-soal matematika di kelas empat sekolah dasar, karena soal-soal itu masih terlampaui sukar bagi anak. Organ tubuh dan fungsi jiwanya masih belum matang untuk menyelesaikan soal tersebut dan kematangan berhubungan erat dengan umur.
- 5) Faktor kebebasan, yang berarti manusia dapat memilih metode tertentu dalam memecahkan masalah yang dihadapi. Di samping kebebasan memilih metode, juga kebebasan memilih masalah yang sesuai dengan kebutuhannya.

Sedangkan menurut Ngalim Purwanto (1990: 55-56) kecerdasan intelektual manusia dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu faktor:

- 1) Pembawaan
Pembawaan ditentukan oleh sifat-sifat dan cirri-ciri yang dibawa sejak lahir. "Batas kesanggupan kita", yakni dapat tidaknya memecahkan suatu soal, pertama-tama ditentukan oleh pembawaan kita. Orang itu ada yang pintar ada yang bodoh. Meskipun menerima latihan dan pembelajaran yang sama, perbedaan itu masih tetap ada.

2) Kematangan

Tiap organ dalam tubuh manusia mengalami pertumbuhan dan perkembangan. Tiap organ (fisik maupun psikis) dapat dikatakan telah matang jika ia telah mencapai kesanggupan menjalankan fungsinya masing-masing. Anak-anak tidak dapat memecahkan soal-soal tertentu, karena soal-soal itu masih terlampau sukar baginya. Organ-organ tubuhnya dan fungsi-fungsi jiwanya masih belum matang untuk melakukan mengenai soal itu. Kematangan berhubungan erat dengan umur.

3) Pembentukan

Pembentukan ialah segala keadaan diluar diri seseorang yang mempengaruhi perkembangan intelegensi. Dapat kita bedakan pembentukan sengaja (seperti yang dilakukan di sekolah-sekolah) dan pembentukan tidak sengaja.

4) Minat dan pembawaan yang khas

Minat mengarahkan perbuatan kepada suatu tujuan dan merupakan dorongan bagi kegiatan itu. Dalam diri manusia terdapat dorongan-dorongan (motif-motif) yang mendorong manusia berinteraksi dengan dunia luar. Motif menggunakan dan menyelidiki dunia luar (*manipulate and exploring motives*). Dari manipulasi dan eksplorasi yang dilakukan terhadap dunia luar itu, lama kelamaan timbullah minat terhadap sesuatu. Apa yang menarik minat seseorang mendorongnya untuk berbuat lebih giat dan lebih baik.

5) Kebebasan berarti bahwa manusia dapat memilih metode-metode yang tertentu dalam memecahkan masalah-masalah. Manusia mempunyai kebebasan memilih metode, juga bebas dalam memilih masalah sesuai dengan kebutuhannya. Dengan adanya kebebasan ini berarti bahwa minat itu tidak selamanya menjadi syarat dalam perbuatan intelegensi.

Dari beberapa pendapat diatas disimpulkan bahwa semua faktor tersebut bersangkutan satu sama lain. Untuk menentukan intelegensi seseorang, kita tidak dapat hanya berpedoman kepada salah satu faktor tersebut di atas. Intelegensi adalah faktor total. Seluruh pribadi turut serta dalam menentukan tingkat intelegensi seseorang.

d. Penggolongan Kecerdasan Intelektual

Tingkat kecerdasan intelektual manusia dapat diukur dengan menggunakan tes yang bernama tes IQ. Menurut Anne Anastasia dan

Susana Urbina (2007: 227-228), seorang ilmuwan bernama Terman pada tahun 1926 memperkenalkan sebuah tes (alat ujian) yang digunakan untuk mengukur IQ manusia. Alat uji untuk mengukur IQ manusia tersebut didasarkan pada temuan skala yang diperkenalkan oleh Stanford dan Binet. Salah satu tes IQ yang dapat digunakan adalah Tes IQ yang diselenggarakan oleh Yayasan Jasa Psikologi Bina Asih Yogyakarta.

Tes IQ Yayasan Jasa Psikologi Bina Asih Yogyakarta berisi pertanyaan-pertanyaan dengan tujuan supaya testor berfikir. Hasil dari tes ini berupa skor lalu kemudian diklasifikasikan berdasarkan tingkat kecerdasannya. Yayasan Jasa Psikologi Bina Asih Yogyakarta, mengolongkan kecerdasan kedalam delapan kriteria sebagai berikut.

Klasifikasi kecerdasan:

- 1) Nilai 145-ke atas tergolong Genius.
 - 2) Nilai 130-144 tergolong sangat cerdas.
 - 3) Nilai 115-129 tergolong cerdas.
 - 4) Nilai 100-114 tergolong rata-rata+.
 - 5) Nilai 85-99 tergolong rata-rata.
 - 6) Nilai 70-84 tergolong lambat.
 - 7) Nilai 55-69 tergolong sangat lambat.
 - 8) Nilai 54-kebawah tergolong sangat-sangat lambat.
- (Yayasan Jasa Psikologi Bina Asih Yogyakarta)

3. Prestasi belajar

a. Pengertian Prestasi

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Keempat (2008: 1101), “prestasi: hasil yang telah dicapai (dari yang telah dilakukan, dikerjakan dan sebagainya)”. Sedangkan menurut Harmanto (Alfian

Suhendro, 2012: 26) “prestasi: hasil yang dicapai melebihi ketentuan”. Berbeda dengan Anwar (2002: 279) mengartikan bahwa prestasi adalah hasil yang telah dicapai, dilakukan, dikerjakan dan sebagainya.

Jadi dari beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa prestasi adalah suatu hasil yang di capai seseorang dalam suatu hal.

b. Pengertian Belajar

Menurut Oemar Hamalik (2003: 154) mendefinisikan belajar adalah perubahan tingkah laku yang relative mantap berkat latihan dan pengalaman. Uno (2007: 22) menjelaskan lebih jauh bahwa belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan individu untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku secara keseluruhan sebagai hasil pengalaman individu itu sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya, sedangkan Slameto (2010: 2) belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya.

Dari beberapa pendapat diatas dapat diketahui pengertian dari belajar yaitu suatu proses yang dilakukan oleh individu guna untuk memperoleh sesuatu perubahan perilaku, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungan.

c. Pengertian Prestasi Belajar

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Keempat (2008: 1101), prestasi belajar adalah penguasaan pengetahuan atau

keterampilan yang dikembangkan melalui melalui mata pelajaran yang lazimnya ditunjukkan dengan nilai tes atau nilai yang diberikan oleh guru. Menurut Anton M. Moeliono et al. (dalam T. Bakti Anggoro, 2009: 15), prestasi belajar adalah hasil yang telah dicapai berupa penguasaan pengetahuan atau keterampilan yang dikembangkan oleh mata pelajaran, lazimnya ditunjukkan dengan nilai tes atau nilai angka yang diberikan oleh guru. Sedangkan Sumadi Suryabrata (1998: 297) mengemukakan bahwa prestasi adalah nilai yang merupakan perumusan terakhir yang dapat diberikan oleh guru mengenai kemajuan belajar siswa dalam masa tertentu. Jadi kesimpulannya prestasi belajar adalah hasil yang telah dicapai dari apa yang telah dikerjakan siswa, tergantung apa yang dikerjakan atau dilakukan, kalau aktivitas yang dikerjakan aktivitas belajar, maka hasilnya berupa prestasi belajar.

Gambaran tentang prestasi belajar terlihat dalam buku rapor sekolah siswa. Buku rapor kurang lebih memuat semua nilai hasil tes akhir mata pelajaran yang diterima oleh peserta didik selama periode waktu tertentu. Semakin tinggi nilai rapor maka makin tinggi pula prestasi belajar peserta didik tersebut.

d. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prestasi Belajar

Prestasi belajar yang diperoleh siswa melalui proses pembelajaran selain ditentukan oleh siswa sebagai subyek belajar dengan berbagai latar belakang juga dipengaruhi oleh faktor lain. Sehubungan dengan itu

beberapa ahli mengemukakan adanya faktor-faktor yang mempengaruhi proses dan hasil belajar.

Slameto (2010: 54-72) mengemukakan bahwa faktor yang mempengaruhi prestasi belajar banyak jenisnya, tetapi dapat digolongkan menjadi dua golongan saja, yaitu faktor intern dan ekstern.

Secara rinci faktor-faktor tersebut adalah:

- 1) Faktor intern, meliputi:
 - (a) Faktor jasmani terdiri dari faktor kesehatan dan cacat tubuh.
 - (b) Faktor psikologis terdiri dari intelegesi, minat, bakat, motif, kematangan dan kelelahan.
- 2) Faktor ekstern meliputi:
 - (a) Faktor keluarga terdiri atas cara orang tua mendidik, relasi antar anggota keluarga, suasana rumah tangga, dan keadaan ekonomi keluarga.
 - (b) Faktor sekolah terdiri atas metode pembelajaran, kurikulum, relasi guru dengan siswa, disiplin siswa, keadaan gedung, dan tugas rumah (pekerjaan rumah).
 - (c) Faktor kegiatan masyarakat terdiri atas kegiatan siswa dalam masyarakat, masa media, teman bergaul, dan bentuk kegiatan masyarakat.

Menurut Ngalim Purwanto (1990: 107) berpendapat bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi belajar adalah:

- 1) Faktor dari luar, menyangkut faktor lingkungan (lingkungan alam dan lingkungan sosial) dan faktor instrumental (kurikulum, guru atau pengajar, sarana atau fasilitas dan administrasi).
- 2) Faktor dari dalam, menyangkut faktor fisiologis (kondisi fisik dan kondisi panca indera) dan faktor psikologis (bakat, minat, kecerdasan, motivasi, kemampuan kognitif).

4. Kelas Bakat Istimewa Olahraga SMA Negeri 1 Slogohimo

a. Pengertian Kelas Bakat Istimewa Olahraga (BIO)

Kelas Bakat Istimewa Olahraga merupakan kelas yang dibentuk sebagai sarana yang memfasilitasi anak-anak berbakat yang diharapkan

dapat mencapai prestasi baik ditingkat nasional maupun internasional. (Awan Hariono, 2010: 4) Berdasarkan pernyataan diatas dapat diambil kesimpulan bahwa siswa kelas bakat istimewa olahraga melakukan kegiatan belajar mengajar layaknya pada siswa pada umumnya, hanya saja siswa kelas bakat istimewa olahraga memperoleh mata pelajaran tambahan berupa mata pelajaran olahraga. Kelas Bakat Istimewa Olahraga merupakan trobosan yang dilakukan pemerintah melalui Dinas Pendidikan Nasional yang bekerjasama dengan Kementrian Negara Pemuda dan Olahraga. Kelas Khusus Olahraga memiliki tujuan utama yaitu memfasilitasi, mendidik, dan mengasah bakat siswa dalam bidang olahraga. Syarat utama siswa yang dapat masuk kelas khusus olahraga adalah siswa yang memiliki keahlian dan prestasi dalam cabang olahraga tertentu. Selanjutnya sekolah penyelenggara akan menyeleksi siswa pendaftar melalui tes yang diadakan.

b. Kelas Bakat Istimewa Olahraga SMA Negeri 1 Slogohimo

Pada tahun 2010, Dinas Pendidikan Wonogiri merintis kelas bakat istimewa olahraga di SMA Negeri 1 Slogohimo. SMA Negeri 1 Slogohimo merupakan salah satu SMA di kabupaten Wonogiri yang memiliki kelas bakat istimewa olahraga dan merupakan yang pertama ada kelas bakat istimewa olahraga. SMA Negeri 1 Slogohimo secara geografis terletak di Jalan Slogohimo-Purwantoro, Dusun Sanan, Desa Waru, Kecamatan Slogohimo, Kabupaten Wonogiri, Provinsi Jawa Tengah.

Saat ini siswa kelas bakat istimewa olahraga SMA Negeri 1 Slogohimo angkatan 2012 berjumlah 52 siswa, angkatan 2013 berjumlah 20 siswa dan angkatan 2014 berjumlah 30 siswa. Dibukanya kelas bakat istimewa olahraga merupakan realisasi dan amanat Dinas Pendidikan Kabupaten Wonogiri serta sebagai bentuk usaha yang dilakukan pihak SMA Negeri 1 Slogohimo untuk memfasilitasi dan melatih siswa yang juga merupakan atlet muda yang berbakat.

5. Karakteristik Siswa SMA

Siswa SMA merupakan individu yang unik. Hal tersebut dapat dilihat dari pertumbuhan fisik maupun perkembangan psikis yang mencolok. Dengan melihat batasan umur serta melihat pertumbuhan fisik dan perkembangan psikisnya dapat diketahui karakter siswa SMA identik dengan karakteristik masa remaja. Masa remaja merupakan masa perkembangan sikap tergantung terhadap orang tua ke arah kemandirian, termasuk berkembangnya minat-minat seksual, perenungan diri dan perhatian terhadap nilai-nilai estetika dan isu-isu moral (Salzman dalam Syamsu Yusuf, 2004: 184).

Lustin Pikunas (dalam Syamsu Yusuf, 2004: 184) membagi masa remaja menjadi tiga fase, yaitu: a) remaja awal: 12-15 tahun; b) remaja madya: 15-18 tahun, dan c) remaja akhir; 19-22 tahun. Berdasarkan klasifikasi di atas, siswa SMA termasuk kedalam masa remaja madya (15-18 tahun).

Lebih lanjut menurut Syamsu Yusuf (2004: 199), karakteristik perkembangan sosial remaja terhadap lingkungannya kurang lebih dideskripsikan sebagai berikut.

- a. Dilingkungan Keluarga
 - 1) Menjalin hubungan baik dengan para anggota keluarga.
 - 2) Menerima peraturan yang ditetapkan orang tua.
 - 3) Menerima tanggung jawab dan batasan-batasan keluarga.
 - 4) Berusaha membantu anggota keluarga.
- b. Di Lingkungan Masyarakat
 - 1) Mengakui dan respek terhadap hak-hak orang lain.
 - 2) Memelihara jalinan persahabatan dengan orang lain.
 - 3) Bersikap simpati dan altruis terhadap kesejahteraan orang lain.
 - 4) Bersikap respek terhadap nilai-nilai, hokum, tradisi, dan kebijakan-kebijakan masyarakat.
- c. Di Lingkungan Sekolah
 - 1) Bersikap respek dan mau menerima peraturan sekolah.
 - 2) Berpartisipasi dalam kegiatan-kegiatan sekolah.
 - 3) Menjalin persahabatan dengan teman-teman sekolah.
 - 4) Bersikap hormat terhadap guru dan warga sekolah lain.
 - 5) Membantu sekolah dalam merealisasikan tujuan-tujuannya.

B. Penelitian Yang Relevan

Beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian ini antara lain adalah sebagai berikut:

1. Survei tingkat kebugaran jantung dan paru siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga di SMA Negeri I Kalasan” oleh Arif Widodo. Sampel yang digunakan 54 siswa. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kebugaran jantung dan paru siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga di SMA Negeri I Kalasan. Hasil penelitian ini adalah (1) Untuk Putra, yaitu sebesar (0%) kategori ”Terlatih dan Baik Sekali”, (0%) kategori ”Baik Sekali”, (0%) kategori ”Baik”, 6 siswa (33,30%) kategori ”Sedang”, 8 siswa (44,40%) kategori ”Kurang”,

dan 4 siswa (22,20%) kategori "Kurang Sekali". (2) Untuk putri, yaitu sebesar (0%) kategori "Terlatih dan Baik Sekali", (0%) kategori "Baik Sekali", (0%) kategori "Baik", 1 siswa (5,55%) kategori "Sedang", 4 siswa (12,50%) kategori "Kurang", dan 27 siswa (84,30%) kategori "Kurang Sekali".

2. Survei tingkat kebugaran jasmani, kecerdasan intelektual dan prestasi belajar siswa putera kelas VIII SMP Negeri 8 Yogyakarta" oleh Ervan Junanto. Sampel yang digunakan 50 siswa. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan tingkat kebugaran jasmani, kecerdasan intelektual dan prestasi belajar siswa putera kelas VII SMP Negeri 8 Yogyakarta. Hasil penelitian ini adalah (1) tingkat kebugaran jasmani, yaitu sebesar (0%) kategori "Baik Sekali", 7 siswa (14%) kategori "Baik", 6 siswa (12%) kategori "Sedang", 22 siswa (44%) kategori "Kurang Sekali", dan 15 siswa (30%). (2) tingkat kecerdasan intelektual, 24 siswa (48%) kategori "Tinggi", 1 siswa (2%) kategori "Rata-Rata Bawah", 12 siswa (24%) kategori "Rata-Rata", 11 siswa (22%) kategori "Rata-Rata Atas", 2 siswa (4%) kategori "Tinggi Sekali". (3) tingkat prestasi belajar, 1 siswa (4%) kategori "Kurang Sekali", 13 siswa (26%) kategori "Kurang", 13 siswa (26%) kategori "Sedang", 17 siswa (34%) kategori "Baik", 6 siswa (12%) kategori "Baik Sekali".

C. Kerangka Berfikir

SMA Negeri 1 Slogohimo merupakan Sekolah Menengah Atas Negeri yang berada di kecamatan Slogohimo dan merupakan Sekolah Menengah

Atas Negeri pertama yang memiliki kelas Bakat Istimewa Olahraga di kabupaten Wonogiri. Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) di SMA Negeri 1 Slogohimo dimulai dari pukul 07.00 sampai dengan pukul 14.00. Dan kusus untuk kelas Bakat Istimewa Olahraga (BIO) ada pelajaran tambahan yaitu berupa latihan kecabangan masing-masing yang dilakukan empat kali seminggu yaitu pada hari senin, rabu, kamis dan jum'at di mulai pukul 14.00 sampai pukul 17.00, dan kusus untuk hari kamis pukul 07.00 sampai pukul 09.00 diadakan latihan fisik serentak kelas X, XI dan XII BIO. Dengan aktivitas yang begitu banyak maka siswa kelas bakat istimewa olahraga harus memiliki kebugaran jasmani yang baik agar dapat melakukan pekerjaan secara maksimal tanpa mengalami kelelahan yang berarti dan sanggup melakukan aktivitas yang lainnya. Menurut Wahyoedi komponen pokok dalam kebugaran jasmani ada empat yaitu: daya tahan aerobik, daya tahan otot, kekuatan otot dan fleksibilitas. Daya tahan aerobik merupakan komponen paling penting. Dengan demikian kebugaran aerobik sangat penting dimiliki oleh siswa, jika memiliki kebugaran aerobik yang baik juga dapat mengantarkan seseorang ke jenjang keberhasilan terutama dalam hal prestasi belajar akademik dan non akademik. Namun sesuai observasi yang dilakukan masih banyak siswa kelas bakat istimewa olahraga kususya angkatan 2013 yang mengalami kelelahan dan juga banyak yang datang terlambat saat latihan bahkan membolos.

Kelas Bakat Istimewa Olahraga juga harus ber prestasi dalam bidang akademik karena kelas ini juga menggunakan kurikulum sama dengan kelas

Reguler, namun pada kenyataannya prestasi belajar siswa masih sangat bervariasi. Baik buruknya prestasi belajar yang dicapai siswa dipengaruhi oleh tingkat intelegensi atau kecerdasan intelektual. Bagi siswa, kecerdasan intelektual sangat berperan dalam proses penerimaan dan pemahaman materi pelajaran yang diberikan, baik secara teori maupun praktik. Berdasarkan hasil observasi awal melalui wawancara dengan beberapa guru yang mengampu kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 di SMA Negeri 1 Slogohimo dikatakan bahwa ada siswa yang masih memiliki pemusatan perhatian yang kurang baik dan membutuhkan waktu yang relatif lama dalam memecahkan masalah, tidak jarang juga guru harus mengulang materi agar siswa tersebut bisa mengikuti. Ini menunjukkan bahwa ada beberapa siswa yang memiliki tingkat kecerdasan intelektual yang kurang baik.

Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini untuk bisa menemukan suatu fakta tentang seberapa besar tingkat kebugaran aerobik, kecerdasan intelektual dan prestasi belajar siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri 1 Slogohimo.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif, yaitu menggambarkan tentang tingkat kebugaran aerobik, kecerdasan intelektual dan prestasi belajar siswa, artinya dalam penelitian ini peneliti hanya ingin menggambarkan situasi (tingkat kebugaran aerobik, kecerdasan intelektual dan prestasi belajar siswa) pada saat penelitian berlangsung tanpa pengujian hipotesis. Menggunakan metode survei dengan teknik tes, pengukuran dan dokumentasi.

B. Definisi Operasional Variabel

Variabel dalam penelitian ini adalah kebugaran aerobik, kecerdasan intelektual (IQ), dan prestasi belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Untuk memperjelas pengertian variabel penelitian, maka perlu dijelaskan definisi operasional variabel sebagai berikut:

1. Kebugaran aerobik

Kebugaran aerobik itu adalah berkaitan erat dengan aktivitas atau latihan yang dilakukan dengan adanya oksigen yaitu adanya kemampuan pada yang bersangkutan untuk menggunakan oksigen yang cukup untuk memenuhi kebutuhan pada waktu melakukan aktivitas. Untuk mengungkap variabel kebugaran aerobik dapat diukur dengan tes lari 12 menit dari Cooper (Cooper Institute for Aerobics Research “pencipta Fitnessgram”). Setelah melakukan lari selama 12 menit kemudian dihitung jarak tempuh, misalkan berhasil menempuh 10 lap (putaran) dan melewati 3 bendera, pada lap terakhir. Tiap-

tiap jarak bendera 25 meter dan total 300 meter, total ditempuh adalah $(10 \times 300 \text{ meter}) + (3 \times 75 \text{ meter}) = 3000 \text{ meter} + 75 \text{ meter} = 3075 \text{ meter}$ atau 3,075 km.

2. Kecerdasan intelektual

Kecerdasan intelektual yang dimaksud dalam penelitian ini adalah sebuah kecerdasan yang memberikan kemampuan untuk berhitung, beranalogi, berimajinasi, berkreasi, serta berinovasi siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri I Slogohimo. Data diperoleh dari dokumentasi hasil Tes IQ yang pernah dilakukan oleh pihak sekolah.

3. Prestasi belajar

Prestasi belajar adalah hasil yang telah dicapai berupa penguasaan pengetahuan atau keterampilan yang dikembangkan oleh mata pelajaran, lazimnya ditunjukkan dengan nilai tes atau nilai angka yang diberikan oleh guru. Prestasi belajar yang dipakai dalam penelitian ini dengan menggunakan nilai rapor yang di peroleh oleh siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri 1 Slogohimo pada semester 1 tahun pelajaran 2014/2015 melalui studi dokumentasi.

C. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Slogohimo pada bulan februari tahun 2015, dengan penjabaran berdasarkan jenis pengambilan data sebagai berikut.

1. Data tentang kebugaran aerobik menggunakan tes lari 12 menit yaitu dilaksanakan pada hari Kamis, 26 Februari 2015 pukul 06.30 s.d 09.30 yang diikuti oleh semua siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013.
2. Data tentang kecerdasan intelektual melalui dokumentasi hasil Tes IQ pada hari Jumat, 28 Februari 2015.
3. Data tentang prestasi belajar melalui dokumentasi nilai rapor pada hari Jumat, 28 Februari 2015.

D. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Deskripsi Populasi dan Sampel Penelitian

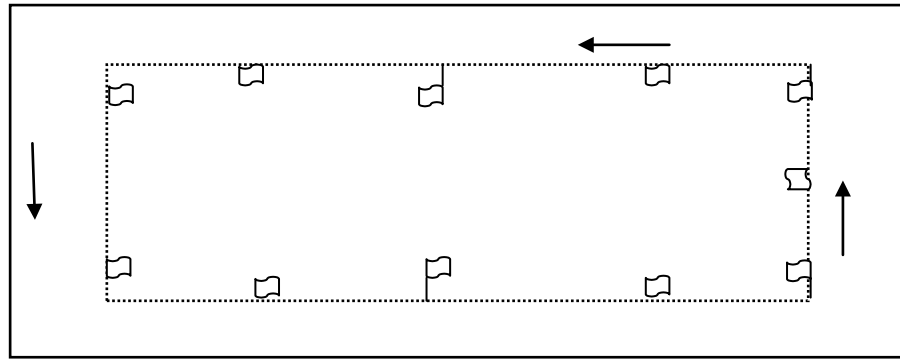
Menurut Sugiyono (2007: 55), populasi penelitian adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek dan subyek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti dan kemudian ditarik kesimpulan. Lebih lanjut menurut Sugiyono (2007: 56), sampel penelitian adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.

Populasi penelitian ini adalah siswa kelas bakat istimewa olahraga SMA Negeri 1 Slogohimo. Subyek penelitian ini adalah seluruh siswa BIO angkatan 2013 yaitu yang berjumlah 20 siswa yang saat ini duduk di kelas XI IPS BIO SMA Negeri 1 Slogohimo. Ke-20 siswa ini merupakan kumpulan atlet dari 4 cabang olahraga, yaitu atletik (2 siswa), sepak bola (11 siswa), bola basket (1 siswa), bola voli (1 siswa), bulutangkis (1 siswa), sepak takraw (2 siswa), karate (1 siswa), dan renang (1 siswa).

E. Instrumen Penelitian

Menurut Suharsimi Arikunto (2006: 160), “Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga mudah diolah”. Dalam penelitian ini instrumen penelitian yang digunakan adalah:

1. Kebugaran aerobik, untuk mengukur digunakan tes daya tahan paru yaitu tes lari 12 menit dari *Cooper*. Tes ini memiliki validitas 0,90 dan reabilitas 0,94 yang dilakukan dengan cara berlari selama 12 menit dari garis *start* mengelilingi lintasan lari dan apabila sudah berlari selama 12 menit (sudah mendengar aba-aba berhenti) maka harus berhenti kemudian dicatat jarak yang ditempuh. (Hari Senjaya, 1993: 42) Cara pelaksanaan tes lari 12 menit hampir sama dengan tes lari 2400 meter. Bedanya, hanya jarak yang akan ditempuh tidak ditentukan terlebih dahulu, sebab masing-masing peserta akan mempunyai hasil tempuh yang berbeda-beda menurut kemampuannya selama melakukan lari dalam waktu 12 menit. Dengan tujuan untuk mengukur daya tahan paru jantung yang kemudian dimasukkan dalam klasifikasi daya tahan paru jantung. Sedangkan alat yang digunakan antara lain lintasan yang datar dan tidak licin, bendera kecil 12 buah warna merah dan putih, meteran, stopwatch 2 buah.



Gambar 1. Lintasan Tes Lari 12 menit

2. Kecerdasan Intelektual, Tes IQ dan bakat digunakan untuk mengetahui tingkat kecerdasan intelektual siswa. Untuk mengungkap variabel ini digunakan analisis dokumentasi dari data siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri 1 Slogohimo yang sebelumnya telah dilaksanakan tes kecerdasan intelektual pada saat masih duduk di kelas X.
3. Prestasi Belajar, untuk mengungkap variable ini digunakan analisis dokumentasi dari guru. Peneliti mengambil data hasil belajar berupa nilai rapor pada semester 1 tahun pelajaran 2014/2015 yang diperoleh oleh siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri 1 Slogohimo.

F. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini melalui metode survei dengan tes dan analisis dokumentasi.

1. Kebugaran Aerobik

Adapun teknik pengumpulan datanya dalam tes lari 12 menit dari *Kenneth Cooper* adalah sebagai berikut:

a. Prosedur

Sebelum lari dimulai, siswa-siswi diberi penjelasan aturan-aturan yang akan dipakai dalam lari 12 menit, siswa-siswi diberi waktu 10-15 menit untuk melakukan pemanasan. Tes ini dibagi menjadi 6 kelompok, yaitu setiap kelompok terdiri 3 orang dan kelompok terakhir 2 orang. Disini putrid di jadikan satu kelompok dan melakukan lari terlebih dahulu kemudian setelah selesai baru kelompok putra melakukan. Pada menit kesebelas instruktur membunyikan peluitnya bahwa waktu kurang 1 menit lagi. Pada akhir menit kesebelas instruktur membunyikan peluitnya dan testi berhenti pada tempat atau bendera yang berhasil dilampaui. Agar tidak terjadi kekeliruan dalam pencatatan hasil tes, setelah dicatat hasil akhir oleh testor baru testi diperbolehkan meninggalkan lapangan.

b. Penyekoran

Testor mencatat hasil tentang jumlah lap yang berhasil dilewati pada lap terakhir yang sudah tertera pada hasil perhitungan yang sudah dibuat oleh instruktur. Contoh: setelah berhasil lari selama 12 menit berhasil menempuh 9 lap (putaran) dan melewati bendera ke 2 pada lap terakhir, tiap-tiap jarak bendera kelipatan 25 meter dan total 300 meter dalam 1 lap. Berarti jarak yang berhasil ditempuh adalah $(9 \times 300 \text{ meter}) + (2 = 50 \text{ meter}) = 2700 \text{ meter} + 50 \text{ meter} = 2750 \text{ meter}$ atau 2,750 km.

Tabel 1. Penilaian Lari 12 Menit – Jarak dalam Kilometer

Kategori	Jenis Kelamin	Umur (tahun)	
		13-19	20-29
Kurang Sekali	(p)	$X < 2,09$	$X < 1,93$
	(w)	$X < 1,61$	$X < 1,55$
Kurang	(p)	2,09-2,20	1,96-3,10
	(w)	1,62-1,90	1,54-1,79
Sedang	(p)	2,22-2,51	2,12-2,40
	(w)	1,91-2,08	1,80-1,96
Baik	(p)	2,53-2,77	2,41-2,64
	(w)	2,09-2,30	1,98-2,16
Baik Sekali	(p)	2,78-2,99	2,65-2,83
	(w)	2,32-2,43	2,17-2,33
Luar Biasa	(p)	$X > 2,85$	$X > 2,85$
	(w)	$X > 2,44$	$X > 2,35$

Sumber (Rusli Lutan, 2000: 160).

2. Kecerdasan Intelektual

Dapat diperoleh dari dokumentasi hasil tes IQ dan bakat yang sudah dilakukan sebelumnya oleh pihak sekolah. Data yang diperoleh merupakan hasil tes yang didasarkan pada tabel penggolongan tingkat IQ dan bakat menurut Yayasan Jasa Psikologi Bina Asih Yogyakarta.

Tabel 2. Penggolongan Tingkat IQ dan Bakat

No.	Nilai	Kategori
1.	145 – Ke atas	Genius
2.	130 – 144	Sangat Cerdas
3.	115– 129	Cerdas
4.	100 – 114	Rata-rata +
5.	85– 99	Rata-rata
6.	70 –84	Lambat
7.	55– 69	Sangat lambat
8.	54 – ke bawah	Sangat-sangat lambat

Sumber: Yayasan Jasa Psikologi Bina Asih Yogyakarta

3. Prestasi belajar

Dokumentasi buku rapor digunakan untuk mengetahui prestasi belajar siswa selama satu semester. Data yang didokumentasikan adalah nilai akhir setiap siswa pada semester gasal. Data kasar yang diperoleh mula-mula dicari mean dan *standar deviasinya* yang selanjutnya disusun distribusi frekuensi berdasarkan nilai Mean dan Standar Deviasi menjadi 5 kategori. Pengkategorian ini didasarkan pada kategori berdasarkan model PAN atau penilaian acuan normative, artinya *Mean* (rerata) dan *Standar Deviasi* (SD) yang digunakan adalah merupakan *mean* dan SD yang diperoleh dari data tersebut. Distribusi frekuensi prestasi belajar siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri 1 Slogohimo disajikan sebagai berikut:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Prestasi Belajar

Norma	Kategori
M + 1,5 SD ke atas	Baik Sekali (BS)
M + 0,5 SD s/d M + 1,5 SD	Baik (B)
M - 0,5 SD s/d < M + 1,5 SD	Sedang (S)
M - 1,5 SD s/d < M - 0,5 SD	Kurang (K)
M - 1,5 SD ke bawah	Kurang Sekali (KS)

Keterangan:

M = *Mean* (rerata)

SD = *Standar Deviasi* (SD)

G. Teknik Analisis Data

Penelitian ini menggunakan metode survei dengan teknik tes dan dokumentasi dalam pengambilan data. Tes yang digunakan adalah tes lari 12 menit dari *cooper*. Tingkat kebugaran aerobik dikategorikan menjadi 6 kelompok, yaitu kurang sekali (KS), kurang (K), sedang (S), baik (B), baik sekali (BS), luar biasa (LB).

Dokumentasi hasil tes IQ dan bakat yang diselenggarakan oleh unit pelayanan psikologi Manusmara Pinasthika. Penggolongan tingkat IQ dan bakat dibagi menjadi 8 golongan, yaitu Genius (G), Sangat Cerdas (SC), Cerdas (C), rata-rata+ (R+), rata-rata (R), Lambat dan Sangat Lambat.

Dokumentasi rapor siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 semester 1 tahun pelajaran 2014/2015. Kemudian nilai tersebut disesuaikan

dengan kategori prestasi belajar yang terbagi kedalam 5 kategori, yaitu baik sekali (BS), baik (B), sedang (S), kurang (K), kurang sekali (KS).

Selanjutnya akan dilakukan perhitungan persentase untuk mengetahui persentase dari masing-masing klasifikasi tersebut dengan rumus

$$P =$$

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Lokasi, Waktu, dan Subjek Penelitian

1. Deskripsi Lokasi dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian Survei Tingkat Kebugaran Aerobik, Kecerdasan Intelektual dan Prestasi Belajar Siswa Kelas Bakat Istimewa Olahraga Angkatan 2013 ini dilakukan di SMA Negeri 1 Slogohimo yang beralamat di Jalan Raya Slogohimo-Purwanto Km. 1 Sanan Waru Slogohimo Wonogiri.

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 26 Februari – 1 Maret 2015. Tanggal 26 Februari 2015 pelaksanaan Tes Lari 12 Menit dan pada tanggal 27 Februari 2015 pengambilan data dokumentasi tentang kecerdasan intelektual dan prestasi belajar.

2. Deskripsi Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri 1 Slogohimo yang berjumlah 20 siswa.

B. Hasil Penelitian

Penelitian ini terdiri dari tiga variabel yaitu kebugaran aerobik, kecerdasan intelektual dan prestasi belajar. Deskripsi data akan dijelaskan nilai maksimum, nilai minimum, rerata, standar deviasi, yang kemudian disusun dalam distribusi frekuensi beserta gambar histogramnya. Berikut deskripsi data dari masing-masing variabel secara rinci:

1. Kebugaran aerobik

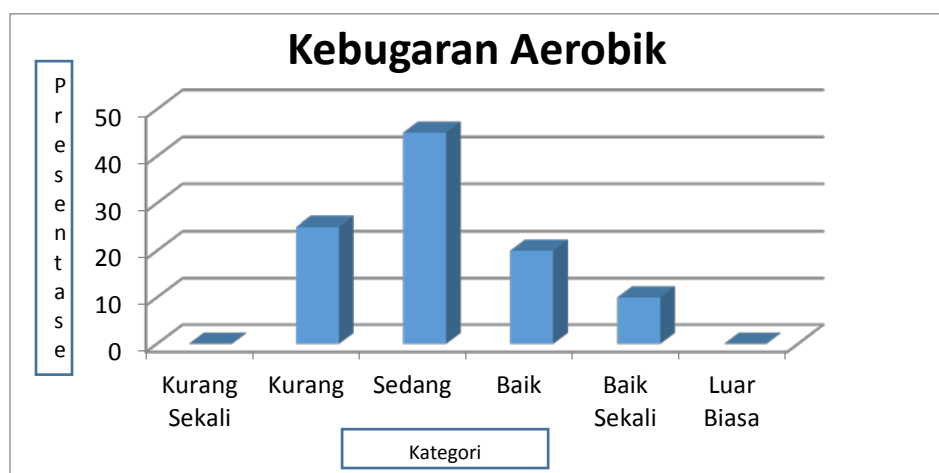
Berdasarkan hasil tes lari 12 menit siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri 1 Slogohimo diperoleh skor maksimum sebesar 2,82, dan skor minimum sebesar 1,65. Rerata diperoleh sebesar 2,34, *standar deviasi* diperoleh sebesar 0,35. Selanjutnya dimasukkan kedalam tabel sebagai berikut:

Tabel 4. Frekuensi Data Kebugaran Aerobik

Kategori	Jenis Kelamin	Umur (tahun)		Frekuensi	Persen
		13-19	20-29		
Kurang Sekali	(p)	$X < 2,09$	$X < 1,93$	0	0%
	(w)	$X < 1,61$	$X < 1,55$		
Kurang	(p)	2,09-2,20	1,96-3,10	5	25%
	(w)	1,62-1,90	1,54-1,79		
Sedang	(p)	2,22-2,51	2,12-2,40	9	45%
	(w)	1,91-2,08	1,80-1,96		
Baik	(p)	2,53-2,77	2,41-2,64	4	20%
	(w)	2,09-2,30	1,98-2,16		
Baik Sekali	(p)	2,78-2,99	2,65-2,83	2	10%
	(w)	2,32-2,43	2,17-2,33		
Luar Biasa	(p)	$2,85 < X$	$2,85 < X$	0	0
	(w)	$2,44 < X$	$2,35 < X$		
Total				20	100%

Adapun hasil rincian dari Tes Kebugaran Aerobik siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri 1 Slogohimo di atas dapat dilihat dalam lampiran hasil Tes. Dari tabel data hasil Tes Kebugaran Aerobik siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri 1 Slogohimo dapat diketahui tingkat kebugaran aerobik siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri 1 Slogohimo berada pada kategori kurang sekali sebanyak (0%), siswa berada pada kategori kurang sebanyak 5 anak (25%), siswa berada pada kategori sedang 9 anak (45%), siswa berada pada kategori baik 4 anak (20%), siswa berada pada kategori baik sekali 2 anak (10%), siswa berada pada kategori luar biasa (0%). Frekuensi terbanyak terdapat pada kategori sedang. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat kebugaran aerobik siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri 1 Slogohimo dikatakan sedang.

Apabila digambar dalam bentuk histogram, berikut histogram tingkat kebugaran aerobik yang diperoleh



Gambar 2. Histogram Data Kebugaran Aerobik

2. Kecerdasan Intelektual / Inteligensi (IQ)

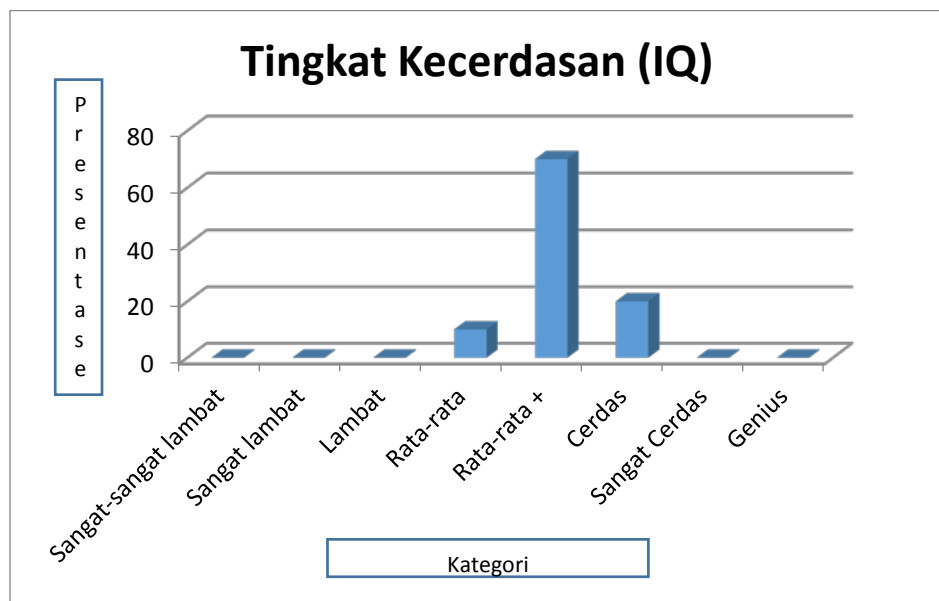
Berdasarkan data dokumentasi dari hasil Tes IQ siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri 1 Slogohimo diperoleh skor maksimum sebesar 118, dan skor minimum sebesar 96. Rerata diperoleh sebesar 110,7, *standar deviasi* diperoleh sebesar 5,95. Selanjutnya dapat dilihat pada tabel 5, yang dalam penentuan kategorinya mengacu pada sertifikat hasil tes IQ (Yayasan Jasa Psikologi Bina Asih Yogyakarta). Berikut data frekuensi kecerdasan intelektual siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri 1 Slogohimo.

Tabel 5. Frekuensi Data Kecerdasan Intelektual (IQ)

Nilai	Kategori	Frekuensi	Persen (%)
145 – Ke atas	Genius	0	0,0 %
130 – 144	Sangat Cerdas	0	0,0%
115 – 129	Cerdas	4	20%
100 – 114	Rata-rata +	14	70%
85 – 99	Rata-rata	2	10%
70 – 84	Lambat	0	0,0%
55 – 69	Sangat lambat	0	0,0%
54 – ke bawah	Sangat-sangat lambat	0	0,0%
Total		20	100%

Dari tabel frekuensi kecerdasan intelektual (IQ) dapat diketahui tingkat inteligensi siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri 1 Slogohimo berada pada kategori rata-rata sebanyak 2 anak (10%), siswa berada pada kategori rata-rata + sebanyak 14 anak (70%), siswa pada kategori cerdas 2 anak (20%), serta tidak ada anak yang mempunyai kecerdasan intelektual diluar tiga kategori tersebut. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat kecerdasan intelektual siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri 1 Slogohimo masuk dalam kategori rata-rata +.

Apabila digambarkan dalam bentuk histogram, berikut histogram tingkat kecerdasan intelektual yang diperoleh.



Gambar 3. Histogram Data Kecerdasan Intelektual

3. Prestasi Belajar

Berdasarkan data dokumentasi raport siswa kelas XI semester gasal SMA Negeri 1 Slogohimo diperoleh skor maksimum sebesar 3,24, dan skor minimum sebesar 2,97. Rerata diperoleh sebesar 3,07, *standar deviasi* diperoleh sebesar 0,07. Selanjutnya disusun distribusi frekuensi berdasar nilai Mean dan Standar Deviasi menjadi 5 kategori. Pengkategorian ini didasarkan pada kategori berdasarkan model PAN atau penilaian acuan normative. Sehingga distribusi frekuensi prestasi belajar siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri 1 Slogohimo disajikan sebagai berikut:

Tabel 6. Frekuensi Data Prestasi Belajar

Norma	Interval Nilai	Kategori	Frekuensi	(%)
M + 1,5 SD ke atas	3,17 < X	Baik Sekali (BS)	3	15%
M + 0,5 SD s/d M + 1,5 SD	3,10 s/d < 3,17	Baik (B)	0	0
M - 0,5 SD s/d < M + 1,5 SD	3,03 s/d < 3,10	Sedang (S)	13	65%
M - 1,5 SD s/d < M - 0,5 SD	2,96 s/d < 3,03	Kurang (K)	4	20%
M - 1,5 SD ke bawah	X < 2,96	Kurang Sekali (KS)	0	0
Total			20	100%

Berdasarkan tabel frekuensi prestasi belajar diperoleh siswa dengan kategori kurang (K) sebanyak 4 siswa (20%), kategori sedang (S) sebanyak 13 siswa (65%), kategori baik sekali (BS) sebanyak 3 siswa (15%). Frekuensi terbanyak terdapat pada kategori sedang (S). Sehingga

dapat disimpulkan bahwa tingkat prestasi belajar siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri 1 Slogohimo adalah sedang (S)

Adapun diagram dalam bentuk histogram, berikut histogram tingkat prestasi belajar yang diperoleh:



Gambar 4. Histogram Data Prestasi Belajar

C. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian di atas ditemukan hal-hal sebagai berikut:

1. Tingkat kebugaran aerobik siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri 1 Slogohimo

Tingkat kebugaran aerobik siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri 1 Slogohimo menunjukkan bahwa termasuk kategori “kurang sekali” 0%, kategori “kurang” 25%, kategori “sedang” 45%, kategori “baik” 20%, kategori “baik sekali” 10%, kategori “luar

biasa” 0%. Apabila dilihat dari tingkat kebugaran aerobik siswa menunjukkan kategori baik sekali 2 siswa (10%) ini dalam latihan sehari-hari dalam latihan kecabangan ataupun gabungan memang menunjukkan contoh yang baik ditandai dengan tidak pernah telat bahkan bolos saat latihan dan merupakan siswa yang berprestasi dalam cabang olahraga sepak bola, sering mewakili kabupaten Wonogiri lomba ditingkat karisidenan. 9 siswa dengan kategori baik (45%) siswa yang memiliki tingkat kebugaran aerobik baik ini juga dalam latihan sehari-harinya dalam latihan kecabangan ataupun gabungan menunjukkan sikap yang baik dengan datang tepat waktu dan tidak pernah membolos dan berprestasi di tingkat kabupaten. 4 siswa dengan kategori sedang (20%) siswa yang memiliki kebugaran aerobik kategori sedang ini rata-rata merupakan berangkat kesekolah dengan bersepeda ataupun berjalan kaki karena letak rumahnya tidak begitu jauh dengan sekolah, namun demikian prestasinya tidak begitu bagus ditandai dengan belum pernah mendapat juara sejak berada di kelas X. 5 siswa dengan kategori kurang (25%) merupakan siswa yang memiliki tingkat kebugaran aerobik kurang ini memang dalam latihan sehari-hari menunjukkan sikap yang kurang baik dengan sering telat dan membolos dalam latihan kecabangan maupun gabungan, dan rata-rata mereka ke sekolah diantar dan dijemput oleh orang tuanya sehingga mereka cenderung malas dan cepat lemas saat melakukan aktivitas fisik.

Dari data diatas dapat diketahui bahwa tingkat kebugaran aerobik siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri 1 Slogohimo sebagian besar masuk dalam kategori baik, dan juga ada yang berada di kategori baik sekali, sedang dan kurang, serta tidak ada yang berada pada kategori luar biasa dan kurang sekali, hal ini dimungkinkan karena:

a. Aktivitas fisik

Aktivitas fisik yang biasa dilakukan merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kebugaran aerobik siswa. Kebiasaan siswa berangkat dan pulang sekolah dengan jalan kaki, naik sepeda merupakan salah satu faktor yang dapat meningkatkan kebugaran aerobik. Siswa yang sering dan teratur melakukan aktivitas fisik tentunya akan memiliki kebugaran aerobik yang baik di bandingkan siswa yang kurang melakukan aktivitas aerobik.

b. Faktor istirahat

Tubuh manusia memiliki kemampuan kerja terbatas. Seseorang tidak akan mampu bekerja terus-menerus tanpa istirahat yang cukup. Kelelahan adalah salah satu indikator keterbatasan fungsi tubuh manusia. Untuk itu istirahat sangat diperlukan agar tubuh memiliki kesempatan melakukan pemulihan. Sehingga dapat melakukan Tes Kebugaran Aerobik yang memerlukan banyak tenaga.

Oleh sebab itu siswa harus benar-benar dalam keadaan sehat dan siap melakukan Tes. Namun masih ada siswa yang mengaku

masih lelah dengan kegiatan sebelumnya. Kondisi seperti ini dapat mempengaruhi stamina dan tingkat kebugaran aerobik para siswa.

c. Kebiasaan sehari-hari

Kebiasaan dalam keseharian yang dilakukan juga sangat membantu dalam meningkatkan kebugaran aerobik seperti: tidur yang teratur, menjaga kebersihan pribadi dan lingkungan, tidak melakukan hal-hal yang merugikan kesehatan “merokok”, pemeriksaan kesehatan secara berkala, pola makan yang teratur asupan gizi seperti: komposisi makanan harus seimbang antara karbohidrat, protein, lemak dan jumlah kalori yang dibutuhkan. Dalam hal ini memang belum bisa di kontrol oleh pihak sekolah, dengan memiliki kelas bakat istimewa olahraga hal-hal seperti diatas memang perlu di terapkan ke setiap siswa. Namun hal tersebut belum bisa di terapkan karena siswa setelah selesai melakukan aktivitas langsung pulang kerumah masing-masing. Berdasarkan informasi yang diperoleh siswa kelas bakat istimewa olahraga terdiri dari kondisi keluarga dengan ekonomi yang bermacam-macam sehingga kebiasaan sehari-hari setiap siswa juga berbeda-beda.

2. Tingkat kecerdasan intelektual (IQ) siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri 1 Slogohimo.

Tingkat kecerdasan intelektual (IQ) siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri 1 Slogohimo menunjukkan bahwa kategori “rata-rata” 10%, kategori “rata-rata+” 70%, kategori “cerdas”

20%, serta tidak ada anak yang mempunyai inteligensi diluar tiga kategori tersebut.

Dari data diatas dapat diketahui bahwa tingkat kecerdasan intelektual siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri 1 Slogohimo sebagian besar termasuk kategori rata-rata+, juga masih ada yang berada di kategori rata-rata dan cerdas, serta tidak ada yang berada diluar tiga kategori tersebut, hal ini dimungkinkan karena:

a. Faktor Pembawaan

Pembawaan ditentukan oleh sifat-sifat dan cirri-ciri yang dibawa sejak lahir. Hal ini berkaitan erat dengan gen yang diturunkan oleh orang tua siswa. Orang itu ada yang pintar ada yang bodoh meskipun menerima materi atau latihan dengan porsi yang sama namun perbedaan-perbedaan itu masih tetap ada. Hal ini tentu berpengaruh terhadap tingkat kecerdasan seseorang.

b. Kematangan

Setiap organ dalam tubuh manusia mengalami pertumbuhan dan perkembangan. Pertumbuhan dan perkembangan setiap orang berbeda-beda, ada yang cepat namun ada pula yang lambat. Kondisi yang seperti ini tentu akan berpengaruh terhadap tingkat kecerdasan seseorang.

c. Pembentukan

Segala keadaan di luar diri seseorang yang mempengaruhi perkembangan intelektual dapat dilakukan dengan sengaja maupun

tidak sengaja. Pembentukan tidak sengaja ini biasanya dipengaruhi oleh alam sekitar. Lingkungan tempat tinggal anak yang satu dengan lain tentunya berbeda-beda. Jadi tingkat kecerdasan intelektual yang terbentuk akan berbeda-beda.

d. Minat dan Pembawaan yang Khas

Minat mengarah pada suatu tujuan dan merupakan dorongan-dorongan bagi perbuatan yang dilakukan. Dalam diri siswa terdapat dorongan-dorongan (motif-motif) yang berbeda yang mendorongnya untuk berbuat lebih giat dan lebih baik. Perbedaan dorongan inilah yang nantinya berpengaruh terhadap tingkat kecerdasan intelektual siswa.

e. Kebebasan

Siswa dapat memilih metode-metode tertentu dalam memecahkan masalah-masalahnya. Perbedaan metode pemecahan masalah ini juga dapat membedakan tingkat kecerdasan masing-masing siswa.

3. Tingkat prestasi belajar siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri 1 Slogohimo.

Tingkat prestasi belajar siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri 1 Slogohimo menunjukkan bahwa kategori “kurang” 20%, kategori “sedang” 65%, kategori “baik sekali” 15%. Dari data tersebut dapat diketahui bahwa tingkat prestasi belajar siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri 1

Slogohimo sebagian besar masuk kategori sedang, juga masih ada yang berada pada kategori kurang dan baik sekali, hal ini dimungkinkan karena:

a. Faktor Internal

1) Kesehatan

Kondisi kesehatan yang baik akan mendukung langsung pada proses belajar. Anak dalam kondisi sehat tentu dia akan mempunyai waktu banyak untuk belajar dibandingkan dengan anak yang dalam kondisi sakit. Perbedaan kesempatan belajar ini akan berdampak terhadap prestasi belajar siswa.

2) Minat dan Motivasi

Minat dan motivasi merupakan modal utama untuk meraih prestasi belajar yang maksimal, tentu minat dan motivasi ini antara siswa yang satu dengan yang lain berbeda. Hal ini lah yang akan membuat perbedaan prestasi belajar siswa.

3) Intelegensi dan Bakat

Siswa dengan intelegensi yang tinggi akan memiliki daya tangkap yang melebihi siswa yang dengan intelegensi rendah walaupun dengan materi dan waktu belajar yang sama. Tingkat intelegensi siswa akan mempengaruhi tingkat prestasi belajar siswa.

b. Faktor Eksternal

1) Lingkungan Keluarga

Lingkungan keluarga yang harmonis maka seseorang akan memiliki modal untuk belajar secara baik ketika belajar di rumah maupun sekolah. Tidak semua siswa dengan keadaan keluarga yang sama, setiap siswa memiliki keluarga yang berbeda-beda, sehingga hal seperti ini juga mempengaruhi prestasi belajar siswa.

2) Lingkungan Sekolah

Sekolah dengan sarana dan prasarana yang baik dapat mendukung dalam proses pembelajaran. Dalam hal ini SMA Negeri 1 Slogohimo sudah memiliki sarana dan prasarana yang baik untuk mendukung kegiatan pembelajaran. Yaitu memiliki ruang perpustakaan, ruang Lab Komputer, Lab MIPA dan ruang kelas yang sudah ada Proyektor. Dengan demikian tinggal bagaimana siswa dapat memaksimalkan sarana dan prasarana tersebut atau tidak.

3) Lingkungan Masyarakat

Ketika siswa berinteraksi dengan masyarakat sekitar secara tidak langsung siswa memiliki pola pikir yang sama dengan masyarakat dimana dia berinteraksi. Semakin berpendidikan kondisi masyarakat di sekitar maka akan semakin termotivasi siswa tersebut untuk belajar. Lingkungan

masyarakat sebagai tempat bergaul siswa ini tidak dapat sama antar siswa satu dengan yang lain di karenakan setiap siswa memiliki kehidupan sendiri-sendiri.

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, dan pembahasan dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat kebugaran aerobik siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri 1 Slogohimo, siswa yang termasuk kategori “kurang” 25%, kategori “sedang” 45%, kategori “baik” 20%, kategori “baik sekali” 10%.
2. Tingkat kecerdasan intelektual siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri 1 Slogohimo, siswa yang termasuk kategori “rata-rata” 10%, “kategori rata-rata+” 70%, kategori “cerdas” 20%, serta tidak ada anak yang mempunyai kecerdasan intelektual diluar tiga kategori tersebut.
3. Tingkat prestasi belajar siswa kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri 1 Slogohimo, siswa yang termasuk kategori “kurang sekali” 0%, kategori “kurang” 20%, kategori “sedang” 65%, kategori “baik” 0%, kategori “baik sekali” 15%.

B. Implikasi Penelitian

Berdasarkan kesimpulan di atas, hasil penelitian ini berimplikasi pada:

1. Menjadi masukan bagi siswa yang memiliki tingkat kebugaran aerobik kurang dan sedang perlu diusahakan latihan yang lebih teratur, terarah dan terprogram sehingga bisa meningkatkan kebugaran aerobik, sedangkan

untuk siswa yang memiliki kebugaran aerobik baik dan baik sekali supaya ditingkatkan lagi atau minimal bisa mempertahankan.

2. Menjadi masukan bagi siswa yang memiliki tingkat kecerdasan intelektual rata-rata agar segera mungkin melakukan introspeksi diri, mengoreksi apa yang salah dalam dirinya.
3. Menjadi masukan bagi siswa yang mempunyai tingkat prestasi belajar kurang dan sedang supaya lebih giat belajar untuk meningkatkan prestasi belajarnya.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini telah dilakukan pembatasan masalah agar penelitian yang dilakukan lebih fokus dan terarah. Namun demikian dalam pelaksanaan di lapangan masih ada kekurangan atau keterbatasan. Beberapa kekurangan dan kelemahan yang dapat dikemukakan di sini antara lain:

1. Peneliti tidak dapat mengontrol peserta tes apakah melakukan aktivitas yang berat atau tidak sebelum tes walaupun sebelumnya sudah diberitahukan akan di adakan tes kebugaran aerobik.
2. Peneliti tidak memperhatikan kondisi sarana dan prasarana apakah sudah sesuai standar pelaksanaan tes kebugaran aerobik, tes IQ dan tes semester gasal tahun ajaran 2014/2015.
3. Peneliti tidak bisa mengetahui Validitas dan Realibilitas Tes IQ dan Bakat karena Tes IQ dan Bakat dilaksanakan oleh lembaga diluar sekolah, sehingga hal-hal semacam ini menjadi rahasia lembaga tersebut.

4. Peneliti tidak bisa mengetahui Validitas dan Reliabilitas hasil prestasi belajar siswa.

D. Saran

Melihat permasalahan dan hasil penelitian yang ada, maka peneliti memberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi siswa hendaknya selalu menyadari bahwa pentingnya kebugaran aerobik dalam menunjang kegiatan sehari-hari bahkan untuk meraih prestasi dibidang akademik dan nonakademik.
2. Untuk guru pendidikan jasmani dan pelatih masing-masing cabang olahraga hendaknya lebih memperhatikan siswanya agar lebih tertib lagi selama melakukan latihan fisik agar bisa meningkatkan kebugaran aerobik siswa.
3. Bagi siswa yang memiliki prestasi belajar yang kurang baik hendaknya pihak sekolah memberikan jam tambahan agar mereka bisa meningkatkan prestasi belajarnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Efendi. (2005). *Revolusi Kecerdasan Abad 21*. Bandung: Alfabeta.
- Andi Yulianto. (2007). *Pengantar Psikologi Intelegensi*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Anastasi, Anne. & Urbina, Susana. (2007). *Tes Psikologi (Psychological Testing) Edisi Ketujuh*. (Alih bahasa: Drs. Robertus Hartino S. & Imam S. A). Jakarta: PT Indeks.
- Anwar, Desi. 2002. *Kamus Bahasa Indonesia Modern*. Surabaya: Amelia.
- Arif Widodo. (2011). *Survei Tingkat Kebugaran Jantung Dan Paru Siswa Yang Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga di SMA Negeri I Kalasan*. Yogyakarta: *Skripsi*. FIK UNY.
- Awan hariono. (2010). *Sebagai Pemateri Program Sekolah Kelas Bakat Istimewa Olahraga di SMA Negeri 1 Sewon*. Diunduh 9 Desember 2014 dari staff.uny.ac.id/file/132300164.
- Denny Mahendra Kushendar. (2010). *Hubungan Antara Kebugaran Jasmani dan Kecerdasan dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas VII di SMP Negeri I Kedungreja Cilacap*. Yogyakarta: *Skripsi*. FIK UNY.
- Departemen Pendidikan Nasional. (2008). *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Keempat*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Depdikbud. (1997). *Petunjuk Pelaksanaan Umum Pembinaan dan Pengembangan Kesegaran Jasmani*. Jakarta: Bagian Proyek Peningkatan Kesegaran Jasmani dan Rekreasi.
- Djoko Pekik Irianto. (2004). *Pedoman Praktis Berolahraga*. Yogyakarta: Andi Offset.
- H. Djaali. (2008). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Izzaty, Rita Eka, dkk. 2008. *Perkembangan Peserta Didik*. Yogyakarta: UNY Pres.
- Kuntaraf, Kathleen Liwijaya dan Jonathan Kuntaraf. (1992). *Olahraga Sumber Kesehatan*. Bandung: Advent Indonesia.
- Lynne Brick. (2001). *Fitness aerobics (Bugar dengan senam aerobik)*. Penerjemah: Anna Agustina. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Miller. D.K. (2002). *Measurement by the physical Educator: Why and How*. New York: The McGraw-Hill Companies, inc.

- Ngalim Purwanto. (1990). *Psikologi Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosda Karya
- Oemar Hamalik. (2008). *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Robert S. Feldman. (2012). *Understanding psychology (Pengantar psikologi)*. Penerjemah: Petty Gina Gayatri & Putri Nurdina Sofyan. Jakarta: Salemba Humanika.
- Rusli Lutan. (2002). *Menuju Sehat Dan Bugar*. Jakarta: Direktorat Jendral Olahraga Depdiknas.
- RS. Hari Senjaya. (1993). *Penuntun Tes Kesegaran Jasmani*. Bandung: Refika Aditama.
- Sadoso Sumosardjuno. (1990). *Pengetahuan Praktis Kesehatan Olahraga 2*. Jakarta: Pt Garamedia Pustaka Utama.
- Saifuddin Azwar. (1996). *Pengantar Psikologi Intelegensi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset.
- Sharkey Brian J. (2003). *Kebugaran dan Kesehatan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Slameto. (2010). *Belajar dan Faktor-Faktor yang mempengaruhinya*. Jakarta: PT Bina Aksara.
- Sugiyono. (2007). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Suhendro, Alfian. (2012). Hubungan antara Kebugaran Jasmani, Kecerdasan Intelektual dan Pendidikan Orang Tua terhadap Prestasi Belajar Semester Gasal Siswa Kelas Khusus Olahraga Angkatan 2010 SMA Negeri 4 Yogyakarta. *Skripsi*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Sumadi Suryabrata. (1998). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: CV Rajawali.
- Syamsu Yusuf. (2004). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT. Remaja Rosda Karya.
- Sanjaya Yasin. (2013). *Pengertian Daya Tahan Kardiorespirasi Artikel Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi*. Diunduh 8 Desember 2014 dari <http://www.sarjanaku.com/2013/04/pengertian-daya-tahan-kardiorespirasi.html>.
- T. Bakti Anggoro. (2009). Perbedaan Prestasi Belajar Siswa antara Kelas Umum dan Kelas Olahraga Berdasarkan Tingkat Pendidikan Orang Tua pada Kelas VII SMP N 13 Yogyakarta. *Skripsi*. Yogyakarta: FIK UNY.

Uno, Hamzah B. (2007). *Teori motivasi dan Pengukurannya Analisis di Bidang Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.

Wahyoedi. (2000). *Landasan Evaluasi Pendidikan Jasmani*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Perkasa.

LAMPIRAN



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta, Telp.(0274) 513092 psw 255

Nomor : 086/UN.34.16/PP/2015 11 Februari 2015
Lamp. : 1 Eks.
Hal : Permohonan Ijin Penelitian
Yth. : Ka. Badan Kesbanglinmas
Jl. Jenderal Sudirman No. 5
Yogyakarta

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan ijin penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama : Atrian Cahya Sakti Dewangga
NIM : 11601244044
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR)

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : Februari s.d April 2015
Tempat/obyek : SMA N I SLOGOHIMO Wonogiri
Judul Skripsi : Survei Tingkat Kebugaran Aerobik, Kecerdasan Intelektual Dan Prestasi Belajar Siswa Kelas Bakat Istimewa Olahraga Angkatan 2013 SMA Negeri I Slogohimo

Demikian surat ijin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Rumpis Agus Sudarko, M.S.
19600824 198601 1 001

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



PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
**BADAN KESATUAN BANGSA DAN PERLINDUNGAN MASYARAKAT
(BADAN KESBANGLINMAS)**

Jl. Jenderal Sudirman No 5 Yogyakarta - 55233
Telepon : (0274) 551136, 551275, Fax (0274) 551137

Yogyakarta, 11 Februari 2015

Nomor : 074/467/Kesbang/2015
Perihal : Rekomendasi Perijinan

Kepada Yth. :
Gubernur Jawa Tengah
Up. Kepala Badan Penanaman Modal Daerah
Provinsi Jawa Tengah
di
SEMARANG

Memperhatikan surat :

Dari : Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY
Nomor : 086/UN.34.16/PP/2015
Tanggal : 11 Februari 2015
Perihal : Permohonan Ijin Penelitian

Setelah mempelajari surat permohonan dan proposal yang diajukan, maka dapat diberikan surat rekomendasi tidak keberatan untuk melaksanakan riset/penelitian dalam rangka penyusunan skripsi dengan judul proposal : **"SURVEI TINGKAT KEBUGARAN AEROBIK, KECERDASAN INTELEKTUAL DAN PRESTASI BELAJAR SISWA KELAS BAKAT ISTIMEWA OLAHRAGA ANGKATAN 2013 SMA NEGERI I SLOGOHIMO"**, kepada :

Nama : ATRIAN CAHYA SAKTI DEWANGGA
NIM : 11601244044
No.HP/KTP : 085290066046/3312202403930002
Prodi/Jurusan : PJKR
Fakultas : Ilmu Keolahragaan UNY
Lokasi : SMA Negeri I Slogohimo, Wonogiri, Jawa Tengah
Waktu : 12 Februari s.d 12 April 2015

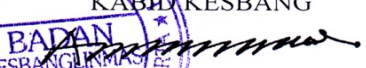
Sehubungan dengan maksud tersebut, diharapkan agar pihak yang terkait dapat memberikan bantuan/fasilitas yang dibutuhkan.

Kepada yang bersangkutan diwajibkan :

1. Menghormati dan mentaati peraturan dan tata tertib yang berlaku di wilayah riset/penelitian;
2. Tidak dibenarkan melakukan riset/penelitian yang tidak sesuai atau tidak ada kaitannya dengan judul riset/penelitian dimaksud;
3. Melaporkan hasil riset/penelitian kepada Badan Kesbanglinmas DIY.
4. Surat Rekomendasi ini dapat diperpanjang maksimal 2 (dua) kali dengan menunjukkan surat rekomendasi sebelumnya, paling lambat 7 (tujuh) hari kerja sebelum berakhirnya surat rekomendasi ini.

Rekomendasi Ijin Riset/Penelitian ini dinyatakan tidak berlaku, apabila ternyata pemegang tidak mentaati ketentuan tersebut di atas.

Demikian untuk menjadikan maklum.

An. KEPALA
BADAN KESBANGLINMAS DIY
KABID KESBANG

Dra. AMIARSI HARWANI, SH., MS
NIP. 19600404 199303 2 001

Tembusan disampaikan Kepada Yth :

1. Gubernur DIY (sebagai laporan);
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY;



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
BADAN PENANAMAN MODAL DAERAH

Alamat : Jl. Mgr. Soegiopranoto No. 1 Telepon : (024) 3547091 – 3547438 – 3541487
Fax : (024) 3549560 E-mail : bpmd@jatengprov.go.id <http://bpmd.jatengprov.go.id>
Semarang - 50131

Nomor : 070/351/12015
Lampiran : 1 (Satu) Lembar
Perihal : Rekomendasi Penelitian

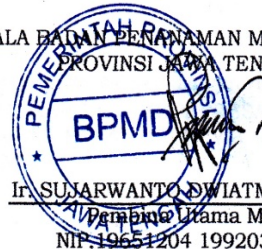
Semarang, 18 Februari 2015

Kepada
Yth. Bupati Wonogiri
u.p. Kepala Kantor Kesbangpol dan
Linmas Kab. Wonogiri.

Dalam rangka memperlancar pelaksanaan kegiatan penelitian bersama ini terlampir disampaikan Rekomendasi Penelitian Nomor. 070/396/04.5/2015 Tanggal 18 Februari 2015 atas nama ATRIAN CAHYA SAKTI DEWANGGA dengan judul proposal SURVEI TINGKAT KEBUGARAN AEROBIK, KECERDASAN INTELEKTUAL DAN PRESTASI BELAJAR SISWA KELAS BAKAT ISTIMEWA OLAHRAGA ANGKATAN 2013 SMA NEGERI 1 SLOGOHIMO, untuk dapat ditindaklanjuti.

Demikian untuk menjadi maklum dan terimakasih.

KEPALA BADAN PENANAMAN MODAL DAERAH
PROVINSI JAWA TENGAH



Ir. SUJARWANTO DWIATMOKO, M.Si
Kepala Utama Muda
NIP. 19651204 199203 1 012

Tembusan :

1. Gubernur Jawa Tengah (sebagai laporan);
2. Kepala Badan Kesbangpol dan Linmas Provinsi Jawa Tengah;
3. Kepala Badan Kesbanglinmas Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta;
4. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta;
5. Sdr. ATRIAN CAHYA SAKTI DEWANGGA;
6. Arsip,-



**PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
BADAN PENANAMAN MODAL DAERAH**

Alamat : Jl. Mgr. Soegiopranoto No. 1 Telepon : (024) 3547091 – 3547438 – 3541487
Fax : (024) 3549560 E-mail : bcmd@jatengprov.go.id http ://bcmd.jatengprov.go.id
Semarang - 50131

REKOMENDASI PENELITIAN

NOMOR : 070/396/04.5/2015

- Dasar : 1. Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011 tanggal 20 Desember 2011 tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian;
2. Peraturan Gubernur Jawa Tengah No. 74 Tahun 2012 tentang Organisasi dan Tata Kerja Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Terpadu Satu Pintu Pada Badan Penanaman Modal Daerah Provinsi Jawa Tengah;
3. Peraturan Gubernur Jawa Tengah No. 67 Tahun 2013 tentang Penyelenggaraan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Jawa Tengah sebagaimana telah diubah dengan peraturan Gubernur Jawa Tengah Nomor 27 Tahun 2014.
- Memperhatikan : Surat Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Perlindungan Masyarakat Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor. 074/467/Kesbang/2015 tanggal 11 Februari 2015 perihal : Rekomendasi Perijinan.

Kepala Badan Penanaman Modal Daerah Provinsi Jawa Tengah, memberikan rekomendasi kepada :

1. Nama : ATRIAN CAHYA SAKTI DEWANGGA
2. Alamat : Tanggung Rt. 001/Rw.004, Kel. Sumberejo, Kec. Jatisono, Kab. Wonogiri, Provinsi Jawa Tengah
3. Pekerjaan : Mahasiswa S1.

- Untuk : Melakukan penelitian dalam rangka penyusunan skripsi dengan rincian sebagai berikut :
- a. Judul Proposal : SURVEI TINGKAT KEBUGARAN AEROBIK, KECERDASAN INTELEKTUAL DAN PRESTASI BELAJAR SISWA KELAS BAKAT ISTIMEWA OLAHRAGA ANGKATAN 2013 SMA NEGERI 1 SLOGOHIMO.
 - b. Tempat / Lokasi : SMA Negeri 1 Slogohimo, Kab. Wonogiri, Provinsi Jawa Tengah.
 - c. Bidang Penelitian : Keolahragaan.
 - d. Waktu Penelitian : 18 Februari s.d. 12 April 2015
 - e. Penanggung Jawab : Sridadi, M.Pd
 - f. Status Penelitian : Baru.
 - g. Anggota Peneliti : -
 - h. Nama Lembaga : Universitas Negeri Yogyakarta.

Ketentuan yang harus ditaati adalah :

- a. Sebelum melakukan kegiatan terlebih dahulu melaporkan kepada Pejabat setempat /Lembaga swasta yang akan di jadikan obyek lokasi;
- b. Pelaksanaan kegiatan dimaksud tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan pemerintahan;
- c. Setelah pelaksanaan kegiatan dimaksud selesai supaya menyerahkan hasilnya kepada Kepala Badan Penanaman Modal Daerah Provinsi Jawa Tengah;
- d. Apabila masa berlaku Surat Rekomendasi ini sudah berakhir, sedang pelaksanaan kegiatan belum selesai, perpanjangan waktu harus diajukan kepada instansi pemohon dengan menyertakan hasil penelitian sebelumnya;
- e. Surat rekomendasi ini dapat diubah apabila di kemudian hari terdapat kekeliruan dan akan diadakan perbaikan sebagaimana mestinya.

Demikian rekomendasi ini dibuat untuk dipergunakan seperlunya.

Semarang, 18 Februari 2015

KEPALA BADAN PENANAMAN MODAL DAERAH
PROVINSI JAWA TENGAH





**PEMERINTAH KABUPATEN WONOGIRI
KANTOR KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
Jl. Pemuda 1 / 8 Wonogiri ☎ (0273) 325373
WONOGIRI 57612**

SURAT REKOMENDASI

Nomor : 072/1237

TENTANG

SURVEY/RISET/PENELITIAN/PENGABDIAN MASYARAKAT

Memperhatikan/menunjuk Surat Kepala BPMD Provinsi Jawa Tengah tanggal 18 Februari 2015 Nomor: 070/396/04.5/2015 perihal Permohonan Ijin Penelitian.

Pada prinsipnya kami TIDAK KEBERATAN/Dapat menerima atas Ijin Penelitian di Kabupaten Wonogiri. Yang dilaksanakan oleh :

1. Nama : **ATRIAN CAHYA SAKTI DEWANGGA.**
2. Kebangsaan : Indonesia.
3. Alamat : Tanggung RT 001/ RW 004, Desa/Kel. Sumberejo, Kec. Jatisrono, Kab. Wonogiri.
4. Pekerjaan : Mahasiswa.
5. Penanggung Jawab : **SRIDADI, M. Pd.**
6. Maksud/Tujuan : Mengadakan kegiatan Penelitian dalam rangka penyusunan Skripsi berjudul "**SURVEI TINGKAT KEBUGARAN AEROBIK, KECERDASAN INTELEKTUAL DAN PRESTASI BELAJAR SISWA KELAS BAKAT ISTIMEWA OLAHRAGA ANGGKATAN 2013 SMA NEGERI 1 SLOGOHIMO**".
7. Lokasi : **SMA NEGERI 1 SLOGOHIMO, KAB. WONOGIRI.**

KETENTUAN SEBAGAI BERIKUT :

1. Sebelum melakukan kegiatan terlebih dahulu melaporkan kepada Pejabat setempat/Lembaga swasta yang akan dijadikan obyek lokasi untuk mendapatkan petunjuk seperlunya.
2. Pelaksanaan survey/Riset tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan pemerintah.
3. Untuk penelitian yang mendapat dukungan dana dari sponsor baik dari dalam negeri maupun luar negeri, agar dijelaskan pada saat mengajukan perijinan.
4. Tidak membahas masalah Politik dan atau agama yang dapat menimbulkan terganggunya stabilitas keamanan dan ketertiban.
5. Surat Rekomendasi dapat dicabut dan dinyatakan tidak berlaku apabila pemegang Surat Rekomendasi ini tidak mentaati/mengindahkan peraturan yang berlaku atau obyek penelitian menolak untuk menerima Peneliti.
6. Setelah survey/riset selesai, supaya menyerahkan hasilnya kepada Bupati Wonogiri Cq. Kepala Kantor Kesatuan Bangsa dan Politik.
7. Surat Rekomendasi ini berlaku dari **tanggal 04 Maret s/d 04 Juni 2015.**

Demikian untuk menjadikan perhatian dan maklum.

Dikeluarkan di Wonogiri, 04 Maret 2015.

**An: BUPATI WONOGIRI
KEPALA KANTOR KESATUAN BANGSA DAN
POLITIK**



**SULARDI, S.Sos, MH.
Pembina**

NIP. 19640423 198607 1 001.

Tembusan, Kepada Yth :

1. Bupati Wonogiri, sebagai Laporan.
2. Kepala SMA Negeri 1 Slogohimo, Kab. Wonogiri.
3. Kasat Intelkam Polres Wonogiri.
4. Kepala Kantor Litbang dan Iptek Kab. Wonogiri.
5. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY.
6. Yang bersangkutan.



PEMERINTAH KABUPATEN WONOGIRI
DINAS PENDIDIKAN
SMA NEGERI 1 SLOGOHIMO

Jl. Raya Slogohimo – Purwanto Km 1 Telp (0273) 412589 Kode Pos 57694

SURAT KETERANGAN

Nomor : 421.4 / 0162. b / 2015

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : SINGGIH SANTOSO, S.Pd. M. Pd. Si
NIP. : 19681210 199201 1 001
Jabatan : Kepala Sekolah
Instansi : SMA Negeri 1 Slogohimo

Dengan ini menerangkan dengan sebenarnya bahwa :

Nama : ATRIAN CAHYA SAKTI DEWANGGA
NIM : 11601244044
Asal Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melaksanakan penelitian dengan Judul ” Survei Tingkat Kebugaran Aerobik, Kecerdasan Intelektual dan Prestasi Belajar Siswa Kelas Bakat Istimewa Olahraga Angkatan 2013 SMAN 1 Slogohimo “. Pada tgl , 26 Februari 2015

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Slogohimo, 10 Maret, 2015
Kepala Sekolah SMA N 1 Slogohimo

SINGGIH SANTOSO, S.Pd, M.Pd.Si

NIP : 19681210 199201 1 001

Petunjuk Pelaksanaan Tes Lari 12 Menit

A. Petunjuk Umum

1. Peserta
 - a. Tes ini memerlukan banyak tenaga, oleh sebab itu peserta tes harus berada pada keadaan yang benar-benar sehat.
 - b. Disarankan agar peserta memakai pakaian olahraga dan bersepatu olahraga.
 - c. Hendaknya mengerti dan memahami cara pelaksanaan tes.
 - d. Diharapkan melakukan pemanasan dengan serius, yang akan dipandu oleh petugas.
2. Petugas
 - a. Harap membimbing pemanasan peserta terlebih dahulu.
 - b. Harap mengecek sarana dan prasarana terlebih dahulu sebelum tes dimulai.
 - c. Petugas harap berkonsentrasi selama pelaksanaan tes.
 - d. Bagi peserta yang tidak mampu bertahan selama 12 menit tidak diberi nilai.
 - e. Untuk mencatat hasil tes dapat menggunakan blangko tes lari 12 menit.

B. Petunjuk Pelaksanaan Tes

1. Tes Lari 12 Menit dari K H Cooper
 - a. Tes ini bertujuan untuk mengukur kebugaran aerobik seseorang
 - b. Alat dan fasilitas yang digunakan:
 - 1) Lintasan lari yang luasnya 300 meter, rata dan tidak licin.
 - 2) Bendera start, bendera tanda jarak per 25 meter.
 - 3) Kun.
 - 4) Peluit.
 - 5) Stopwatch.

- 6) Blangko atau formulir.
 - 7) Alat tulis.
- c. Petugas tes:
- 1) 1 juru keberangkatan merangkap pemberhentian.
 - 2) 1 juru timer.
 - 3) 3 juru pengukur jarak merangkap pencatat hasil.
- d. Pelaksanaan:
- 1) Sikap permulaan peserta berdiri dibelakang garis start.
 - 2) Pada aba-aba “SIAP” peserta mengambil start berdiri, kemudian setelah mendengar 1 kali bunyi peluit dan diikuti bendera start dinaikan peserta langsung mulai lari selama 12 menit.
 - 3) Bila tidak kuat lari boleh berjalan kemudian lanjut lari lagi sampai waktu 12 menit selesai.
 - 4) Bila waktu sudah menunjukkan 11 menit petugas akan memberikan tanda membunyikan peluit sebanyak 1 kali, menandakan waktu kurang 1 menit.
 - 5) Setelah waktu menunjukkan 12 menit petugas akan meberikan aba-aba peluit sebanyak 3 kali.
 - 6) Setelah bunyi peluit tanda berhenti dibunyikan peserta tetap tinggal di tempat sampai petugas pengukur menghampiri kemudian baru boleh pergi.
- e. Pencatatan hasil: hasil yang dicatat adalah jarak yang ditempuh peserta selama 12 menit.


Lampiran 3

Blangko Perhitungan Lari 12 Menit

Nama :
 Umur :
 Jenis Kelamin :

Putaran	Shuttle (meter)											Lebih di shuttle (meter)
	25	50	75	100	125	150	175	200	225	250	275	
1	25	50	75	100	125	150	175	200	225	250	275	
2	25	50	75	100	125	150	175	200	225	250	275	
3	25	50	75	100	125	150	175	200	225	250	275	
4	25	50	75	100	125	150	175	200	225	250	275	
5	25	50	75	100	125	150	175	200	225	250	275	
6	25	50	75	100	125	150	175	200	225	250	275	
7	25	50	75	100	125	150	175	200	225	250	275	
8	25	50	75	100	125	150	175	200	225	250	275	
9	25	50	75	100	125	150	175	200	225	250	275	
10	25	50	75	100	125	150	175	200	225	250	275	
11	25	50	75	100	125	150	175	200	225	250	275	
12	25	50	75	100	125	150	175	200	225	250	275	
13	25	50	75	100	125	150	175	200	225	250	275	
14	25	50	75	100	125	150	175	200	225	250	275	
15	25	50	75	100	125	150	175	200	225	250	275	
16	25	50	75	100	125	150	175	200	225	250	275	
17	25	50	75	100	125	150	175	200	225	250	275	
18	25	50	75	100	125	150	175	200	225	250	275	
19	25	50	75	100	125	150	175	200	225	250	275	
20	25	50	75	100	125	150	175	200	225	250	275	

Hasil:
 Putaran :
 Shuttle :
 Lebih di shuttle :
 Jumlah Jarak Tempuh (km) :



PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
DINAS PERINDUSTRIAN, PERDAGANGAN, KOPERASI DAN USAHA KECIL MENENGAH
BALAI METROLOGI
 Jl. Sisingamangaraja No. 21 Yogyakarta Telp. (0274) 375062, 377303 Fax. (0274) 375062

SERTIFIKAT PENERAAN
 VERIFICATION CERTIFICATE

Nomor : 1489 / UP - 59 / II / 2015
 Number

ALAT
Equipment

Nama : Ban Ukur
Name

Kapasitas : 30 meter
Capacity

Daya Baca : 100 mm
Readability

Tipe/Model :
Type/Model

Nomor Seri :
Serial number

Merek/Buatan : Bison
Trade Mark / Manufaktur

No. Order : 006964

Diterima tgl : 25 Februari 2015

PEMILIK
Owner

Nama : Della Ardhani
Name

Alamat : Sewon Argomulyo Cangkringan Sleman
Address

METODE, STANDART, TELUSURAN
Method, Standard, Traceability

Metode : SK Ditjen PDN No 32/ PDN /KEP/3/2010
Method

Standart : Komparator 1 m
Standard

Telusuran : Ke satuan SI melalui LK-045-IDN
Traceability

TANGGAL TERA ULANG : 26 Februari 2015
Date of Verification

LOKASI TERA ULANG : Balai Metrologi Yogyakarta
Location of Verification

KONDISI LINGKUNGAN TERA ULANG : Suhu : 30°C ± 2°C ; Kelembaban : 55% ± 10%
Environment condition of Verification

HASIL TERA ULANG : DISAHKAN UNTUK TERA ULANG TAHUN 2015
Result of verification

DITERA ULANG KEMBALI : 25 Februari 2016
Reverification

Yogyakarta, 26 Februari 2015

Ket. Bal.
BALAI METROLOGI
 Sorodarmo SE
 NIP. 19580114 197903 1 006

Halaman 1 dari 2 Halaman

FBM.22-01.T

DILARANG MENGGANDAKAN SEBAGIAN ATAU SELURUHNYA ISI DARI SERTIFIKAT INI TANPA SEIZIN KEPALA BALAI METROLOGI YOGYAKARTA

LAMPIRAN SERTIFIKAT PENERAAN
ATTACHMENT OF VERIFICATION CERTIFICATE

I. DATA PENERAAN
Verification data

1. Referensi : Della Ardhani
2. Ditera ulang oleh : Sukardjono NIP. 19591010.198203.1.023
Verified by

II. HASIL
Result

Nominal (m)	Nilai Sebenarnya (m)
0 - 10	10,00
0 - 20	20,02
0 - 30	30,06

Kepala Seksi Teknik K metrologian



Gono, SE. MM

NIP. 19610807.198202.1.007



PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
DINAS PERINDUSTRIAN, PERDAGANGAN, KOPERASI DAN USAHA KECIL MENENGAH

BALAI METROLOGI

Jl. Sisingamangaraja No. 21 Yogyakarta Telp. (0274) 375062, 377303 Fax. (0274) 375062

SERTIFIKAT KALIBRASI CALIBRATION CERTIFICATE

Nomor : 1055 / SW - 49 / III / 2014

Number

No. Order : 005256

Diterima tgl : 18 Maret 2014

ALAT

Equipment

Nama : Stopwatch

Kapasitas : 9 jam

Daya Baca : 0,01 detik

Tipe/Model

Nomor Seri

Serial number

Merek/Buatan

Trade Mark/Manufaktur : Yasaka

PEMILIK

Owner

Nama : Wahyu Eka Pujiyanto

Alamat : Jl Kaliwaru No 70 Condongcatur Depok Sleman

METODE, STANDAR, TELUSURAN

Method, Standard, Traceability

Metode : ISO 4168 (1976) Time Measurement Instrument

Standar : Casio HS-80TW.IDF

Telusuran : Ke satuan SI melalui LK -045 IDN

TANGGAL DIKALIBRASI

Date of Calibrated

: 18 Maret 2014

LOKASI KALIBRASI

Location of calibration

: Balai Metrologi Yogyakarta

KONDISI LINGKUNGAN KALIBRASI

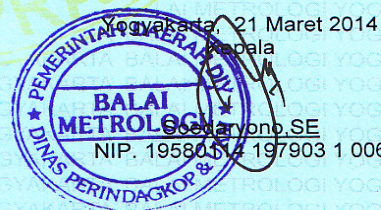
Environment condition of calibration

: Suhu : 30°C ± 2°C ; Kelembaban : 55% ± 2%

HASIL

Result

: Lihat sebaliknya



Halaman 1 dari 1 Halaman

FBM.22-02.T

DILARANG MENGGANDAKAN SEBAGIAN ATAU SELURUHNYA ISI DARI SERTIFIKAT INI TANPA SEIZIN KEPALA BALAI METROLOGI YOGYAKARTA

LAMPIRAN SERTIFIKAT KALIBRASI
ATTACHMENT OF CALIBRATION CERTIFICATE

I. DATA KALIBRASI

Calibration data

1. Referensi : -
2. Dikalibrasi oleh : Sukardjono NIP. 19591010.198203.1.023
Calibrated by

II. HASIL KALIBRASI

Result of Calibration

Nominal (menit)	Nilai Sebenarnya (menit)
00,01'00"00	00,01'00"03
00,05'00"00	00,05'00"03
00,10'00"00	00,10'00"02
00,15'00"00	00,15'00"04
00,30'00"00	00,30'00"03
00,59'00"00	00,59'00"04

Kepala Seksi Teknik Kemetrolgian



Gono SE, MM
NIP. 19610807.198202.1.007



Lampiran 5

Hasil Tes Lari 12 Menit
Kelas bakat istimewa olahraga angkatan 2013 SMA Negeri 1 Slogohimo

No	Nama	Jarak Tempuh				Jumlah (km)	Kategori
		KL	putaran	Shuttle (meter)	Lebih di shuttle (meter)		
1	AGUNG PRASETYO	L	7	200	10,5	2,31	S
2	ARIE PRASETYO P	L	8	25	5	2,43	S
3	DAVID K	L	9	100	20	2,82	BS
4	DELIA PANGESTUTI	P	5	225	3	1,73	K
5	DENNY SETIAWAN	L	8	175	2	2,58	B
6	DIKI KURNIAWAN	L	7	275	20	2,40	S
7	DIMAS SATRIYO U	L	9	75	1,21	2,78	BS
8	ENGLES M	L	7	250	22,17	2,37	S
9	FEBRYANTO B	L	6	275	23	2,10	K
10	FERI SANDRIA	L	7	275	5,13	2,38	S
11	PRAYOGA A	L	7	100	24	2,22	S
12	RATIH INDRAWATI	P	5	150	3,28	1,65	K
13	RIZKI FEPBRI S	L	7	100	23	2,22	S
14	ROKHMAT ANUNG	L	7	125	5	2,23	S
15	RONI SETIAWAN	L	9	50	4,24	2,75	B
16	SURYA RAMADHAN	L	8	25	10	2,44	S
17	TEGUH SANTOSO	L	9	50	15	2,77	B
18	YANT PUSPITA C	P	6	25	8	1,83	K
19	YUDHI ADHITYA F	L	9	25	9,31	2,73	B
20	ZENTIAGO AJI P	L	6	275	18,41	2,09	K

 YAYASAN JASA PSIKOLOGI BINA ASIH YOGYAKARTA										
AKTE NOTARIS : NO.30 TGL. 19 APRIL 1983 KANTOR PUSAT : JL. BALIREJO I/33 YOGYAKARTA. Telp/Fax : (0274) 582051 e-mail: binaasih_yogyakarta@yahoo.com										
HASIL PEMERIKSAAN PSIKOLOGIS										
Nama		: RIZKI FEPBRI S				Tanggal Lahir				: 03-02-1998
Sekolah		: SMA N 1 SLOGOHIMO				Umur				: 15 th 5 bln
Ruang		: 1				Tanggal Tes				: 10-07-2013
Keperluan		: Bimbingan Belajar				Jenis Kelamin				: L/P
Score Kategori	ASPEK KEMAMPUAN								MINAT	
	IQ	A	B	L	M	S	KV	KNV		
115 Cerdas	50 Cukup	60 Cukup	81 Baik	54 Cukup	53 Cukup	52 Cukup	62 Cukup	62 Cukup	IPS	
HASIL TES EQ, MINAT DAN KEPERIBADIAN					SKALA/GOLONGAN					
					A	B	C	K	KS	
ASPEK EQ (KECERDASAN EMOSI)										
1. Kemampuan mengendalikan diri							x			
2. Kemampuan memahami diri sendiri							x			
3. Semangat dan daya juang						x				
4. Kemampuan memotivasi diri							x			
5. Ketangkasan sosialisasi atau adaptasi								x		
6. Empati							x			
ASPEK MINAT										
A. MINAT EKSAKTA										
1. Minat Penelitian							x			
2. Minat Teknik						x				
3. Minat Genetika					x					
B. MINAT NON EKSAKTA										
1. Minat Budaya/Sastra						x				
2. Minat Sosial						x				
ASPEK KEPERIBADIAN										
1. Ketekunan Kerja						x				
2. Sistematis Kerja							x			
3. Sosialisasi								x		
4. Kepemimpinan								x		
5. Kestabilan Emosi							x			
6. Kreativitas								x		
7. Motivasi Kerja							x			
Program Studi	Angka	Saran/Anjuran								
IPA	68	Alternatif I : IPA								
IPS	65	Alternatif II : IPS								
BHS	50									
Dunia Kerja :		1. Perusahaan 2. Wiraswasta								
					 Ketua Tim Peneliti Fitri Julianto, S.Psi., M.Psi. Psikolog					

KETERANGAN

Hasil tes ini sedikit banyak memberi gambaran tentang tingkat kecerdasan dan bakat dasar siswa yang tidak lepas dari pengaruh kondisi dan situasi siswa pada waktu dites. Disamping itu semua hasil tes ini dapat membantu sekolah, siswa dan orang tua dalam rangka memberikan bimbingan belajar dan pengarahannya dalam mengambil keputusan studi yang sesuai dengan kecerdasan dan bakatnya.

Aspek kemampuan	
* IQ	Intelligent quotient, yaitu kecerdasan seseorang untuk memecahkan masalah pada umumnya.
* A	Kemampuan seseorang dalam berbahasa.
* B	Kemampuan dalam tata bilangan dan tata hitungan.
* L	Logika abstrak, yaitu kemampuan berpikir logis dengan menggunakan simbol-simbol.
* M	Mekanik, yaitu kemampuan seseorang dalam bidang teknik mekanik.
* S	Kemampuan mengenal barang-barang kongkrit melalui proses penglihatan khususnya mengenal barang secara tiga dimensi.
* KV	Kemampuan berpikir seseorang yang terikat pada bahasa.
* KNV	Kemampuan berpikir seseorang yang tidak terikat pada bahasa.
* IPA	Kemampuan seseorang dalam bidang ilmu alam.
* IPS	Kemampuan seseorang dalam bidang ilmu sosial.

Minat	Kemampuan seseorang untuk mencapai tujuan belajar dengan sebaik-baiknya.
EQ	Kecerdasan emosi, meliputi aspek : kemampuan mengendalikan diri, kemampuan memahami diri sendiri, semangat dan daya juang, kemampuan memotivasi diri, ketangkasan sosialisasi atau adaptasi serta empati.

Aspek Kepribadian	
* KK	Ketekunan kerja, yaitu kemampuan seseorang untuk menyelesaikan tugas-tugas yang sulit dan menantang.
* RH	Rasa hormat, yaitu seberapa jauh seseorang menghormati orang lain.
* SK	Sistematika kerja, yaitu cara seseorang dalam menyelesaikan suatu pekerjaan tertentu.
* EGO	Egoistis, yaitu sikap memementingkan diri sendiri di atas kepentingan orang lain.
* KMD	Kemandirian, yaitu kemampuan seseorang untuk berdiri sendiri dalam membuat keputusan.
* SOS	Sosialisasi, yaitu kondisi seseorang terhadap kepedulian sosial dan kemampuannya dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan.
* HO	Menghargai orang lain, yaitu seberapa jauh seseorang menghargai pendapat orang lain.
* ND	Menonjolkan diri, yaitu kemampuan seseorang dalam menonjolkan diri dan keberanian diri seseorang untuk tampil di muka umum.
* KPM	Kepemimpinan, yaitu kemampuan seseorang untuk mengatasi dan mempengaruhi orang lain.
* KE	Kestabilan emosi, yaitu kondisi seseorang dalam menghadapi sesuatu yang menimpa dirinya.
* KPD	Kepedulian, yaitu seberapa jauh seseorang bersedia memberikan pertolongan terhadap orang lain.
* KRE	Kreativitas, yaitu kemampuan seseorang dalam menyelesaikan sesuatu dalam menciptakan sesuatu yang baru.
* MK	Motivasi kerja, yaitu kondisi atau keadaan yang mendorong seseorang untuk melakukan suatu pekerjaan.
* HLJ	Hubungan dengan lawan jenis, yaitu kemampuan seseorang dalam berinteraksi sosial dengan lawan jenisnya.
* AGR	Agresivitas, yaitu kemampuan seseorang dalam beradu argumentasi dan mempertahankan pendapatnya di hadapan orang lain yang berbeda pendapat dengannya.
TC	Task commitment, yaitu komitmen seseorang terhadap tugas yang diberikan kepadanya.

Sikap Kerja	
* PAN	Kecepatan kerja, yaitu kemampuan seseorang dalam menyelesaikan suatu pekerjaan/tugas secara cepat.
* JAN	Ketajaman kerja, yaitu konsistensi dari pola atau irama dalam melaksanakan tugas.
* TIAN	Ketelitian kerja, yaitu seberapa jauh kesalahan yang dilakukan seseorang dalam menyelesaikan tugas tertentu.
* HAN	Ketahanan kerja, yaitu kemampuan untuk mempertahankan kualitas dan ketepatan tugas sesuai dengan standar dan aturan yang ada walaupun dengan beban tugas yang tinggi.

Aspek Minat (Lengkap)	
* OD	Minat kerja luar (out door), pekerjaan di mana aktivitasnya dilakukan di luar atau di udara terbuka.
* MC	Minat teknik (mechanical), pekerjaan yang berhubungan atau menggunakan mesin, alat-alat dan daya mekanik.
* CP	Minat komputasi (computational), pekerjaan yang berhubungan dengan angka-angka.
* SC	Minat ilmu/pencelitian (scientific), pekerjaan yang dapat disebutkan sebagai keaktifan dalam analisa dan penyelidikan, eksperimen, kimia dan ilmu pengetahuan pada umumnya.
* PC	Minat persuasi (personal contact), pekerjaan yang berhubungan dengan manusia, diskusi, membujuk, bergaul dengan orang lain.
* AT	Minat estenika (aesthetic), pekerjaan yang berhubungan dengan hal-hal yang bersifat seni dan menciptakan sesuatu.
* LT	Minat sastra budaya (literary), pekerjaan yang berhubungan dengan buku-buku, kegiatan membaca dan mengarang.
* MS	Minat musik (musical), minat memainkan alat-alat musik, mendengarkan orang lain bermain, bernyanyi atau membaca sesuatu yang berhubungan dengan musik.
* SS	Minat hubungan sosial (social service), minat terhadap kesejahteraan penduduk, dengan keinginan menolong dan membimbing mengenai problem dan kesulitan mereka.
* CL	Minat administrasi (clerical), minat terhadap tugas-tugas rutin yang menuntut ketepatan dan ketelitian.
* PR	Minat praktis (practical), minat pekerjaan yang praktis, karya pertukangan dan memerlukan ketrampilan.
* MD	Minat medis (medical), minat terhadap pengobatan, meringangi akibat dari penyakit, penyembuhan dan bidang medis serta biologi pada umumnya.

KLASIFIKASI SCORE INTELEGENSI

Tingkat Kecerdasan	Kategori	Prestasi Potensial	Daya Kualitatif
145 - keatas	Genius	10	Istimewa
130 - 144	Sangat Cerdas	9	Sangat Kuat
115 - 129	Cerdas	8	Kuat
100 - 114	Rata-rata +	6,5	Rata-rata +
85 - 99	Rata-rata	6	Rata-rata
70 - 84	Lambat	5,5	Lambat
55 - 69	Sangat lambat	4	Kurang
54 - ke bawah	Sangat-sangat lambat	2	Sangat-sangat kurang

KLASIFIKASI SKOR BAKAT DAN ASPEK YANG LAIN

- Skala Score	Golongan	Prestasi Potensial	Daya Kualitatif
100 ke atas	A	10	Baik Sekali
70 - 99	B	9	Baik
50 - 69	C	6	Sedang

PERHATIAN !

Mohon dipertimbangkan dalam memilih lembaga yang melayani jasa Psikologi, banyak lembaga psikologi yang pada dasarnya tidak berkopetensi. Lembaga psikologi yang kompeten dan berhak menyelenggarakan jasa psikologi harus diakui dan diakui oleh HIMPSI (Himpunan Psikologi Indonesia) Yayasan Jasa Psikologi Bina Asih diketuai oleh Fitri Yulianto, S.Psi., M.Psi, HIMPSI No. 02572-04/0195-11-2-1. Bila ada hal-hal yang kurang jelas dapat menghubungi kami di nomor (0274) 582051 atau HP 081 227 350 11 atau 085 729 900 777.



YAYASAN JASA PSIKOLOGI BINA ASIH YOGYAKARTA

AKTE NOTARIS : NO.30 TGL. 19 APRIL 1983
KANTOR PUSAT : JL. BALIREJO 1/33 YOGYAKARTA. TELP/FAX : (0274) 582051
e-mail: binaasih_yogyakarta@yahoo.com

HASIL PEMERIKSAAN PSIKOLOGIS

Nama : **AGUNG PRASEETYO** Tanggal Lahir : 21-05-1997
Sekolah : **SMA N 1 SLOGOHIMO** Umur : 16 th 2 bln
Ruang : **1** Tanggal Tes : 10-07-2013
Keperluan : **Bimbingan Belajar** Jenis Kelamin : **L/P**

Score Kategori	ASPEK KEMAMPUAN								MINAT
	IQ	A	B	L	M	S	KV	KNV	
106	50	50	50	50	50	50	51	51	IPA
Rata-rata +	Cukup	Cukup	Cukup	Cukup	Cukup	Cukup	Cukup	Cukup	

HASIL TES EQ, MINAT DAN KEPERIBADIAN	SKALA/GOLONGAN				
	A	B	C	K	KS
ASPEK EQ (KECERDASAN EMOSI)					
1. Kemampuan mengendalikan diri			x		
2. Kemampuan memahami diri sendiri			x		
3. Semangat dan daya juang			x		
4. Kemampuan memotivasi diri			x		
5. Ketangkasan sosialisasi atau adaptasi			x		
6. Empati			x		
ASPEK MINAT					
A. MINAT EKSAKTA					
1. Minat Penelitian		x			
2. Minat Teknik		x			
3. Minat Genetika	x				
B. MINAT NON EKSAKTA					
1. Minat Budaya/Sastra			x		
2. Minat Sosial			x		
ASPEK KEPERIBADIAN					
1. Ketekunan Kerja			x		
2. Sistematis Kerja			x		
3. Sosialisasi			x		
4. Kepemimpinan				x	
5. Kestabilan Emosi			x		
6. Kreativitas			x		
7. Motivasi Kerja			x		

Program Studi	Angka	Saran/Anjuran
IPA	50	Alternatif I : BHS
IPS	50	Alternatif II : IPS
BHS	50	

Dunia Kerja :
1. Perusahaan
2. Wiraswasta

Ketua Tim Pemeriksa

Fitri Yudianto, S.Psi., M.Psi.
Psikolog

KETERANGAN

Hasil tes ini sedikit banyak memberi gambaran tentang tingkat kecerdasan dan bakat dasar siswa yang tidak lepas dari pengaruh kondisi dan situasi siswa pada waktu dites. Disamping itu semua hasil tes ini dapat membantu sekolah, siswa dan orang tua dalam rangka memberikan bimbingan belajar dan pengarahannya dalam mengambil keputusan studi yang sesuai dengan kecerdasan dan bakatnya.

Aspek kemampuan	
* IQ	Intelligent quotient, yaitu kecerdasan seseorang untuk memecahkan masalah pada umumnya.
* A	Kemampuan seseorang dalam berbahasa.
* B	Kemampuan dalam tata bilangan dan tata hitungan.
* L	Logika abstrak, yaitu kemampuan berpikir logis dengan menggunakan simbol-simbol.
* M	Mekanik, yaitu kemampuan seseorang dalam bidang teknik mekanik.
* S	Kemampuan mengenal barang-barang kongkrit melalui proses penglihatan khususnya mengenai barang secara tiga dimensi.
* KV	Kemampuan berpikir seseorang yang terikat pada bahasa.
* KNV	Kemampuan berpikir seseorang yang tidak terikat pada bahasa.
* IPA	Kemampuan seseorang dalam bidang ilmu alam.
* IPS	Kemampuan seseorang dalam bidang ilmu sosial.

Minat	Kemampuan seseorang untuk mencapai tujuan belajar dengan sebaik-baiknya.
EQ	Kecerdasan emosi, meliputi aspek : kemampuan mengendalikan diri, kemampuan memahami diri sendiri, semangat dan daya juang, kemampuan memotivasi diri, ketangkasan sosialisasi atau adaptasi serta empati.

Aspek Kepribadian	
* KK	Ketekunan kerja, yaitu kemampuan seseorang untuk menyelesaikan tugas-tugas yang sulit dan menantang.
* RH	Rasa hormat, yaitu seberapa jauh seseorang menghormati orang lain.
* SK	Sistematika kerja, yaitu cara seseorang dalam menyelesaikan suatu pekerjaan tertentu.
* EGO	Egoisitas, yaitu sikap mementingkan diri sendiri di atas kepentingan orang lain.
* KMD	Kemandirian, yaitu kemampuan seseorang untuk berdiri sendiri dalam membuat keputusan.
* SOS	Sosialisasi, yaitu kondisi seseorang terhadap kepedulian sosial dan kemampuannya dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan.
* HO	Menghargai orang lain, yaitu seberapa jauh seseorang menghargai pendapat orang lain.
* ND	Menonjolkan diri, yaitu kemampuan seseorang dalam menonjolkan diri dan keberanian diri seseorang untuk tampil di muka umum.
* KPM	Kepemimpinan, yaitu kemampuan seseorang untuk mengatasi dan mempengaruhi orang lain.
* KE	Kestabilan emosi, yaitu kondisi seseorang dalam menghadapi sesuatu yang menimpa dirinya.
* KPD	Kepedulian, yaitu seberapa jauh seseorang bersedia memberikan pertolongan terhadap orang lain.
* KRE	Kreativitas, yaitu kemampuan seseorang dalam menyelesaikan sesuatu dalam menciptakan sesuatu yang baru.
* MK	Motivasi kerja, yaitu kondisi atau keadaan yang mendorong seseorang untuk melakukan suatu pekerjaan.
* HILJ	Hubungan dengan lawan jenis, yaitu kemampuan seseorang dalam berinteraksi sosial dengan lawan jenisnya.
* AGR	Agresivitas, yaitu kemampuan seseorang dalam beradu argumentasi dan mempertahankan pendapatnya di hadapan orang lain yang berbeda pendapat dengannya.
TC	Task commitment, yaitu komitmen seseorang terhadap tugas yang diberikan kepadanya.

Sikap Kerja	
* PAN	Kecepatan kerja, yaitu kemampuan seseorang dalam menyelesaikan suatu pekerjaan/tugas secara cepat.
* JAN	Keajegan kerja, yaitu konsistensi dari pola atau trama dalam melaksanakan tugas.
* TIAN	Ketelitian kerja, yaitu seberapa jauh kesalahan yang dilakukan seseorang dalam menyelesaikan tugas tertentu.
* HAN	Ketahanan kerja, yaitu kemampuan untuk mempertahankan kualitas dan ketepatan tugas sesuai dengan standar dan urutan yang ada walaupun dengan beban tugas yang tinggi.

Aspek Minat (Lengkap)	
* OD	Minat kerja luar (out door), pekerjaan di mana aktivitasnya dilakukan di luar atau di udara terbuka.
* MC	Minat teknik (mechanical), pekerjaan yang berhubungan atau menggunakan mesin, alat-alat dan daya mekanik.
* CP	Minat komputasi (computational), pekerjaan yang berhubungan dengan angka-angka.
* SC	Minat ilmu penelitian (scientific), pekerjaan yang dapat disebutkan sebagai keaktifan dalam analisa dan penyelidikan, eksperimen, kimia dan ilmu pengetahuan pada umumnya.
* PC	Minat persuasi (personal contact), pekerjaan yang berhubungan dengan manusia, diskusi, membujuk, bergaul dengan orang lain.
* AT	Minat estetika (aesthetic), pekerjaan yang berhubungan dengan hal-hal yang bersifat seni dan menciptakan sesuatu.
* LT	Minat sastra budaya (literary), pekerjaan yang berhubungan dengan buku-buku, kegiatan membaca dan mengarang.
* MS	Minat musik (musical), minat memainkan alat-alat musik, mendengarkan orang lain bermain, bernyanyi atau membaca sesuatu yang berhubungan dengan musik.
* SS	Minat hubungan sosial (social service), minat terhadap kesejahteraan penduduk, dengan keinginan menolong dan membimbing mengenai problem dan kesulitan mereka.
* CL	Minat administrasi (clerical), minat terhadap tugas-tugas rutin yang menuntut ketepatan dan ketelitian.
* PR	Minat praktisi (practical), minat pekerjaan yang praktis, karya pertukangan dan memerlukan ketrampilan.
* MD	Minat medis (medical), minat terhadap pengobatan, meararangi akibat dari penyakit, penyembuhan dan bidang medis serta biologis pada umumnya.

KLASIFIKASI SCORE INTELEGENSI

Tingkat Kecerdasan	Kategori	Prestasi Potensial	Daya Kualitatif
145 - keatas	Genius	10	Istimewa
130 - 144	Sangat Cerdas	9	Sangat Kuat
115 - 129	Cerdas	8	Kuat
100 - 114	Rata-rata +	6,5	Rata-rata +
85 - 99	Rata-rata	6	Rata-rata
70 - 84	Lambat	5,5	Lambat
55 - 69	Sangat lambat	4	Kurang
54 - ke bawah	Sangat-sangat lambat	2	Sangat-sangat kurang

KLASIFIKASI SKOR BAKAT DAN ASPEK YANG LAIN

Skala Score	Golongan	Prestasi Potensial	Daya Kualitatif
100 ke atas	A	10	Baik Sekali
70 - 99	B	9	Baik
50 - 69	C	6	Sedang

PERHATIAN !

Mohon dipertimbangkan dalam memilih lembaga yang melayani jasa Psikologi, banyak lembaga psikologi yang pada dasarnya tidak berkopeten. Lembaga psikologi yang kompeten dan berhak menyelenggarakan jasa psikologi harus diakui dan disahkan oleh UMPKU (Umpungan Psikologi Indonesia) Yayasan Jasa Psikologi Bina Asih diketuai oleh Fitri Yulianto, S.Psi., M.Psi, HIMPSI No. 02572-04/0195-11-2-1. Bila ada hal-hal yang kurang jelas dapat menghubungi kami di nomor (0274) 582051 atau HP 081 227 350 11 atau 085 729 900 777.

Lampiran 7

**DATA HASIL DOKUMENTASI TES IQ SISWA KELAS BAKAT ISTIMEWA
OLAHRAGA ANGKATAN 2013 SMA NEGERI 1 SLOGOHIMO**

NO	NAMA SISWA	JK	IQ	Kualifikasi IQ
1.	AGUNG PRASETYO	L	106	Rata-rata+
2.	ARI PRASETYO PRIAMBODO	L	114	Rata-rata+
3.	DAVID KRISMONAJIDIANTOKO	L	118	Cerdas
4.	DELIA PANGESTUTI	P	115	Cerdas
5.	DENNY SETIAWAN	L	112	Rata-rata+
6.	DIKI KURNIAWAN	L	110	Rata-rata+
7.	DIMAS Satriyo Utama	L	115	Cerdas
8.	ENGLES MARABANGKIT YOESMARLAN	L	114	Rata-rata+
9.	FEBRIYANTO BAGUS PRABOWO	L	114	Rata-rata+
10.	FERI SANDRIA	L	112	Rata-rata+
11.	PRAYOGA AMY NURSENA	L	98	Rata-rata
12.	RATIH INDRAWATI	P	113	Rata-rata+
13.	RIZKI FEBRI SETIAWAN	L	115	Cerdas
14.	ROKHMAT ANUNG NOOR KHOLIS	L	113	Rata-rata+
15.	RONI SETIAWAN	L	104	Rata-rata+
16.	SURYA RAMADAN	L	114	Rata-rata+
17.	TEGUH SANTOSO	L	113	Rata-rata+
18.	YANT PUSPITA CHANDRA DEWI	P	104	Rata-rata+
19.	YUDHI ADHITYA FIRNANDO	L	114	Rata-rata+
20.	ZENTIAGO AJI PRATAMA	L	96	Rata-rata

Lampiran 8

Nama Sekolah : SMA Negeri 1 Slogohimo Kelas : X I.S.BIO
 Alamat : Jl. Raya Slogohimo - Purwantoro Km.01 Semester : Satu (1)
 Nama Peserta Didik : DAVID KRISMONAJIDIANTOKO Tahun Pelajaran : 2014/2015
 No. Induk / NISN : 2460 / 9985597216

CAPAIAN KOMPETENSI

MATA PELAJARAN		Pengetahuan (KI - 3)		Keterampilan (KI - 4)		Sikap Spritual dan Sosial (KI - 1 dan KI - 2)	
		Angka	Predikat	Angka	Predikat	Dalam Mapel	Antar Mapel
Kelompok A (Wajib)		1 - 4	A/B/C/D	1 - 4	A/B/C/D	SB/B/C/K	Peserta didik sudah menunjukkan kematangan beribadah dan beramal, dengan konsisten menerapkan sikap santun, jujur dan kerja sama serta menunjukkan keselarasan dalam kehidupan sosial
1	Pendidikan Agama dan Budi Pekerti Guru : Ahmad Suyuti,S.ag	3.12	B	3.00	B	B	
2	Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan Guru : Erdiwati,S.H	3.23	B+	3.30	B+	B	
3	Bahasa Indonesia Guru : Drs.Heni Rahayu	3.33	B+	3.44	B+	B	
4	Matematika Guru : Eko Nuryanto,S.Pd	3.45	B+	3.30	B+	B	
5	Sejarah Indonesia Guru : Retno widianto,S.Pd	3.26	B+	3.31	B+	B	
6	Bahasa Inggris Guru : Chandra Rinayanti,S.Pd	3.07	B	2.85	B	B	
Kelompok B (Wajib)							
1	Seni Budaya Guru : Ajid Heri Santoso,S.Sn	3.12	B	3.10	B	B	
2	Pendidikan Jasmani, Olah raga dan Kesehatan Guru : Joko Indarto,S.Pd	3.39	B+	3.59	A-	B	
3	Prakarya dan Kewirausahaan Guru : Supartoyo,S.P	3.08	B	3.00	B	B	
4	Bahasa Jawa Guru : Mardi Wiyono,S.Pd	3.33	B+	3.32	B+	B	
Kelompok C (Peminatan)							
1	Geografi Guru : Sri Untari Pujiastuti,S.Si	2.94	B	2.96	B	B	
2	Sejarah Guru : Sabiri,S.Pd	3.40	B+	3.45	B+	B	
3	Sosiologi Guru : Dewi Intan Puspitasari,S.Pd	3.34	B+	3.50	B+	SB	
4	Ekonomi Guru : Suyoto,SE	3.20	B+	3.24	B+	B	
Lintas Minat							
1	BIO Keberbakatan Guru : Joko Indarto,S.Pd	3.39	B+	3.59	A-	B	
2							
Ekstra Kurikuler		Keterangan dalam kegiatan					
1	Sepak bola /futsal	Baik,Pertahankan dan tingkatkan prestasimu!					
2							
3							
Ketidakhadiran							
1	Sakit	- ha					
2	Izin	- har.					
3	Tanpa Keterangan	- hari					

Mengetahui
Orang Tua / Wali Siswa,

[Signature]



JOKO INDARTO, S.Pd
 NIP.19740609 200801 1 005

Nama Sekolah : SMA Negeri 1 Slogohimo
 Alamat : Jl. Raya Slogohimo - Purwanto Km.01
 Nama Peserta Didik : DELIA PANGESTUTI
 No. Induk / NISN : 2461 / 9981161038

Kelas : X I.S.BIO
 Semester : Satu (1)
 Tahun Pelajaran : 2014/2015

CAPAIAN KOMPETENSI

MATA PELAJARAN		Pengetahuan (KI - 3)		Keterampilan (KI - 4)		Sikap Spritual dan Sosial (KI - 1 dan KI - 2)		
		Angka	Predikat	Angka	Predikat	Dalam Mapel	Antar Mapel	
Kelompok A (Wajib)								
1	Pendidikan Agama dan Budi Pekerti Guru : Ahmad Suyuti,S.ag	3.15	B	3.10	B	B	Peserta didik sedang tumbuh menuju kematangan beribadah dan beramal, dengan konsisten menerapkan sikap santun, jujur dan kerja sama serta menunjukkan keselarasan dalam kehidupan sosial	
2	Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan Guru : Erdiwati,S.H	3.07	B	3.20	B+	B		
3	Bahasa Indonesia Guru : Drs.Heni Rahayu	3.32	B+	3.40	B+	B		
4	Matematika Guru : Eko Nuryanto,S.Pd	3.01	B	3.00	B	B		
5	Sejarah Indonesia Guru : Retno widianto,S.Pd	2.85	B	2.85	B	B		
6	Bahasa Inggris Guru : Chandra Rinayanti,S.Pd	2.94	B	2.85	B	B		
Kelompok B (Wajib)								
1	Seni Budaya Guru : Ajid Heri Santoso,S.Sn	3.01	B	2.90	B	B	Peserta didik sedang tumbuh menuju kematangan beribadah dan beramal, dengan konsisten menerapkan sikap santun, jujur dan kerja sama serta menunjukkan keselarasan dalam kehidupan sosial	
2	Pendidikan Jasmani, Olah raga dan Kesehatan Guru : Joko Indarto,S.Pd	3.29	B+	3.49	B+	B		
3	Prakarya dan Kewirausahaan Guru : Supartoyo,S.P	3.04	B	2.96	B	B		
4	Bahasa Jawa Guru : Mardi Wiyono,S.Pd	2.85	B	2.85	B	B		
Kelompok C (Peminatan)								
1	Geografi Guru : Sri Untari Pujiastuti,S.Si	3.06	B	3.08	B	B		Peserta didik sedang tumbuh menuju kematangan beribadah dan beramal, dengan konsisten menerapkan sikap santun, jujur dan kerja sama serta menunjukkan keselarasan dalam kehidupan sosial
2	Sejarah Guru : Sabiri,S.Pd	3.04	B	3.09	B	B		
3	Sosiologi Guru : Dewi Intan Puspitasari,S.Pd	2.87	B	3.50	B+	SB		
4	Ekonomi Guru : Suyoto,SE	2.96	B	3.00	B	B		
Lintas Minat								
1	BIO Keberbakatan Guru : Joko Indarto,S.Pd	3.29	B+	3.49	B+	B	Peserta didik sedang tumbuh menuju kematangan beribadah dan beramal, dengan konsisten menerapkan sikap santun, jujur dan kerja sama serta menunjukkan keselarasan dalam kehidupan sosial	
2								

Ekstra Kurikuler		Keterangan dalam kegiatan
1	Bola Voli	Baik,Tingkatkan kedisiplinan dalam latihan dan prestasi!
2		
3		

Ketidakhadiran	
1	Sakit : - h.
2	Izin : har
3	Tanpa Keterangan : 1 hari

Mengetahui
 Orang Tua / Wali Siswa,

(Signature)



JOKO INDARTO,S.Pd
 NIP.19740609 200801 1 005

Lampiran 9

**DATA HASIL DOKUMENTASI NILAI RAPOR SISWA KELAS BAKAT ISTIMEWA
OLAHRAGA ANGKATAN 2013 SMA NEGERI 1 SLOGOHIMO**

NO	NAMA SISWA	JK	Rerata	Kategori
1.	AGUNG PRASETYO	L	3,08	Sedang
2.	ARI PRASETYO PRIAMBODO	L	3,05	Sedang
3.	DAVID KRISMONAJIDIANTOKO	L	3,24	Baik Sekali
4.	DELIA PANGESTUTI	P	3,05	Sedang
5.	DENNY SETIAWAN	L	3,05	Sedang
6.	DIKI KURNIAWAN	L	3,02	Kurang
7.	DIMAS Satriyo Utama	L	3,20	Baik Sekali
8.	ENGLES MARABANGKIT YOESMARLAN	L	3,17	Baik Sekali
9.	FEBRIYANTO BAGUS PRABOWO	L	3,08	Sedang
10.	FERI SANDRIA	L	3,05	Sedang
11.	PRAYOGA AMY NURSENA	L	3,00	Kurang
12.	RATIH INDRAWATI	P	3,04	Sedang
13.	RIZKI FEBRI SETIAWAN	L	3,04	Sedang
14.	ROKHMAT ANUNG NOOR KHOLIS	L	3,08	Sedang
15.	RONI SETIAWAN	L	3,00	Kurang
16.	SURYA RAMADAN	L	3,09	Sedang
17.	TEGUH SANTOSO	L	3,03	Sedang
18.	YANT PUSPITA CHANDRA DEWI	P	3,03	Sedang
19.	YUDHI ADHITYA FIRNANDO	L	3,03	Sedang
20.	ZENTIAGO AJI PRATAMA	L	2,97	Kurang

Dokumentasi



Penjelasan dan pemanasan sebelum lari 12 menit



Pelaksanaan tes lari 12 menit



Pelaksanaan tes lari 12 menit



Pelaksanaan tes lari 12 menit