

**TINJAUAN MOTIVASI BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI  
OLAHRAGA DAN KESEHATAN (PJOK) PADA SISWI DI  
SMP NEGERI 3 GUNUNG TALANG KECAMATAN  
GUNUNG TALANG KABUPATEN SOLOK**

**SKRIPSI**

*Diajukan kepada Tim Penguji Skripsi Departemen Pendidikan Olahraga sebagai  
salah satu persyaratan Guna memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh

**KHAIRUL AMRI  
NIM. 18086518**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2022**

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

**SKRIPSI**

**Judul : Tinjauan Motivasi Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) Pada Siswi di SMP Negeri 3 Gunung Talang Kecamatan Gunung Talang Kabupaten Solok**

**Nama : Khairul Amri**

**NIM/BP : 18086518/2018**

**Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi**

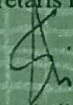
**Departemen : Pendidikan Olahraga**

**Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang**

Padang, Juni 2022

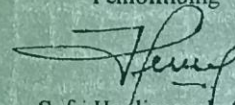
Disetujui oleh

Sekretaris Departemen Pendidikan Olahraga



Sepriadi, S.Si, M.Pd  
NIP. 198909012014041002

Pembimbing



Sefri Hardiansyah, S.Pd. M.Pd  
NIP. 19880906 201504 1 006

## PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Khairul Amri  
NIM/BP : 18086518/2018

Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji  
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan Pendidikan Olahraga  
Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang  
Dengan Judul

**Tinjauan Motivasi Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan  
(PJOK) Pada Siswi di SMP Negeri 3 Gunung Talang Kecamatan Gunung  
Talang Kabupaten Solok**

Padang, Juni 2022

Tim Penguji

Tanda Tangan

1. Ketua : Sefri Hardiansyah, S.Pd. M.Pd

1

2. Anggota : Prof. Dr. Kamal Firdaus, M. Kes. AIFO

2

3. Anggota : Drs. Zulman, M.Pd

3

## SURAT PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

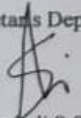
Nama : Khairul Amri  
NIM : 18086518  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi  
Departemen : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Dengan ini menyatakan bahwa, skripsi saya dengan judul **"Tinjauan Motivasi Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) Pada Siswi Di SMP Negeri 3 Gunung Talang Kecamatan Gunung Talang Kabupaten Solok"** adalah benar hasil karya sendiri dan bukan plagiat dari karya orang lain. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya dan pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan ilmiah yang lazim.

Demikianlah pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan rasa tanggung jawab sebagai anggota masyarakat ilmiah.


Padang, Juni 2022

Sekretaris Departemen Pendidikan Olahraga

  
Sepradi, S.Si, M.Pd  
NIP. 198909012014041002



Saya yang menyatakan

  
Khairul Amri  
NIM. 18086518

## ABSTRAK

**Khairul Amri (2022) : Tinjauan Motivasi Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) Pada Siswi di SMP Negeri 3 Gunung Talang Kecamatan Gunung Talang Kabupaten Solok**

Masalah dalam penelitian ini adalah kurang berjalan dengan maksimal pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di SMP Negeri 3 Gunung Talang Kecamatan Gunung Talang Kabupaten Solok serta masih ada nilai siswa di bawah KKM. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui motivasi belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) pada siswi di SMP Negeri 3 Gunung Talang Kecamatan Gunung Talang Kabupaten Solok.

Metode penelitian adalah deskriptif. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 333 orang siswa SMP Negeri 3 Gunung Talang Kecamatan Gunung Talang Kabupaten Solok. Teknik penarikan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *stratified random sampling*. Dengan demikian jumlah sampel di dalam penelitian ini adalah 49 orang siswi. Teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah menggunakan angket atau kuesioner dengan menggunakan skala Likert. Data dianalisis dengan menggunakan rumus distribusi frekuensi dalam bentuk persentase.

Hasil penelitian diperoleh sebagai berikut : Tingkat capaian motivasi belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) pada siswi di SMP Negeri 3 Gunung Talang Kecamatan Gunung Talang Kabupaten Solok sebesar 60,80%, berada pada klasifikasi cukup.

**Kata Kunci : Motivasi, Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK)**

## **KATA PENGANTAR**

Syukur Alhamdulillah penulis ucapkan kehadiran Allah Subhannahu wa ta'ala yang telah memberikan rahmat dan karunian-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul : “Tinjauan Motivasi Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) Pada Siswi di SMP Negeri 3 Gunung Talang Kecamatan Gunung Talang Kabupaten Solok”. Penulisan skripsi ini merupakan sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu diharapkan saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan skripsi ini.

Di dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik secara moril maupun materil, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sebagai tanda hormat penulis pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang tidak terhingga kepada:

1. Kedua orang tua tercinta. Bapak (Jufri), Ibu (Yultani), yang telah memberikan bantuan secara moril yaitu bimbingan, dorongan, motivasi serta do'a dan bantuan secara materil, sehingga skripsi ini dapat di selesaikan
2. Prof. Ganefri, Ph.D, selaku rektor Universitas Negeri Padang, yang telah menerima penulis di Fakultas Ilmu Keolahragaan.
3. Prof. Dr. Alnedral, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan peluang bagi penulis untuk melanjutkan studi di Fakultas Ilmu Keolahragaan

4. Drs. Zarwan, M. Kes, selaku Ketua departemen Pendidikan Olahraga yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.
5. Sefri Hardiansyah, S.Pd. M.Pd, selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan, dorongan, semangat, pemikiran, pengarahaan yang sangat berarti dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Prof. Dr. Kamal Firdaus, M. Kes. AIFO dan Drs. Zulman, M.Pd, selaku tim penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam skripsi ini.
7. Seluruh staf pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
8. Kepala Sekolah SMP Negeri 3 Gunung Talang Kecamatan Gunung Talang Kabupaten Solok, yang telah memberikan izin untuk melaksanakan penelitian.
9. Siswi SMP Negeri 3 Gunung Talang Kecamatan Gunung Talang Kabupaten Solok yang telah bekerjasama dalam pelaksanaan penelitian ini.
10. Teman-teman sesama mahasiswa FIK UNP yang telah membantu dalam penelitian ini

Akhirnya penulis menyadari bahwa penulisan Skripsi ini tidak luput dari kesalahan. Oleh karena itu dengan segala kerendahan hati penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak.

**Padang, Juli 2022**

**Penulis**

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	iv
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	vii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	viii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	7
C. Pembatasan Masalah .....	7
D. Rumusan Masalah .....	7
E. Tujuan Penelitian .....	8
F. Manfaat Penelitian .....	8
<b>BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN</b>	
A. Kajian Teori .....	10
1. Belajar .....	10
2. Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan (PJOK) .....	13
3. Motivasi .....	17
C. Kerangka Konseptual .....	28
D. Pertanyaan Penelitian .....	29
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian .....	30
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	30



C. Populasi dan Sampel .....	30
D. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	32
E. Jenis dan Sumber Data .....	33
F. Instrumentasi Penelitian .....	33
G. Teknik Analisis Data .....	35
 <b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Verifikasi Data.....	37
B. Deskripsi Data .....	38
C. Pembahasan .....	41
 <b>BAB V PENUTIP</b>	
A. Kesimpulan .....	50
B. Saran.....	50
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>52</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>55</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1. Populasi Penelitian .....	31
2. Sampel Penelitian.....	32
3. Kisi-kisi Angket Motivasi Belajar .....	34
4. Alternatif Jawaban.....	35
5. Kriteria Klasifikasi .....	36
6. Distribusi Frekuensi Klasifikasi Motivasi Belajar .....	38
7. Distribusi Frekuensi Data Motivasi Siswi .....	40

## **DAFTAR GAMBAR**

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
1. Histogram Klasifikasi Motivasi Siswi .....	39
2. Histogram Distribusi Frekuensi Motivasi Siswi .....	41

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran</b>	<b>Halaman</b>
1. Kisi-kisi Angket Uji Coba .....	55
2. Koesioner Uji Coba .....	56
3. Uji Validitas Angket .....	59
4. Uji Reabilitas Angket .....	62
5. Kisi-Kisi Angket Penelitian .....	64
6. Koesioner Penelitian.....	65
7. Deskripsi Data Angket Penelitian.....	67
8. Tabel Nilai-nilai <i>Product Moment</i> .....	70
9. Norma Motivasi Belajar dengan Skala 5 .....	71
10. Dokumentasi Penelitian .....	72

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan merupakan sebuah kata yang sangat familiar yang sering kita dengar di dalam kehidupan sehari-hari, sebab pendidikan merupakan kegiatan penting yang dilakukan oleh hampir semua orang dari lapisan masyarakat. Pendidikan yang diharapkan oleh masyarakat adalah pendidikan yang bermutu dan dapat meningkatkan pengetahuan anak didik. Pendidikan merupakan usaha untuk menyiapkan peserta didik melalui upaya peningkatan pelayanan pendidikan pada semua jenjang jalur pendidikan. Hal ini sesuai dengan undang-undang Sistem Pendidikan nasional pada bab II pasal 3 Undang-Undang Republik Indonesia No. 20 Tahun 2003, dijelaskan bahwa fungsi pendidikan nasional yaitu:

Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga, negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Dari penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa pendidikan merupakan suatu upaya dan usaha yang dilakukan pemerintah untuk mengembangkan potensi peserta didik, sehingga mereka menjadi manusia-manusia yang terampil, berilmu, kreatif, sehat dan mandiri. Selanjutnya melalui pendidikan dapat membentuk watak dan kepribadian peserta didik menjadi lebih baik dan bermartabat serta bertakwa kepada Tuhan Yang Maha

Kuasa, serta bertanggung jawab pada diri sendiri, keluarga dan orang lain serta bangsa dan negara.

Berdasarkan kutipan di atas, jelaslah bahwa tujuan pendidikan nasional adalah untuk mengembangkan potensi peserta didik. Untuk mencapai tujuan pendidikan nasional tersebut salah satunya adalah melalui pendidikan di Sekolah. Diantara pendidikan yang harus diajarkan pada peserta didik adalah mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan salah satu mata pelajaran yang diajarkan kepada seluruh peserta didik, mulai dari tingkat dasar sampai tingkat atas bahkan sampai perguruan tinggi. Pendidikan jasmani mempunyai peranan yang signifikan dalam menyumbang dunia pendidikan, karena melalui pendidikan jasmani memungkinkan seorang peserta didik memperoleh kebugaran yang baik sehingga dapat menunjang untuk mengikuti mata pelajaran yang lain. Selain meningkatkan kebugaran jasmani, juga untuk mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat serta sikap sportif. Pendidikan jasmani juga didesain sedemikian rupa sehingga dapat meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah, baik ranah kognitif, afektif maupun psikomotor bagi siswa. Melalui pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan diharapkan kesehatan siswa tetap terjaga.

Dengan demikian untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani tersebut di atas, guru merupakan unsur pelaksana teknis utama yang bertugas dan bertanggung jawab menjalankan kegiatan proses pembelajaran di Sekolah.

Agar kegiatan pembelajaran berjalan sebagaimana mestinya guru dituntut dan diharapkan untuk berusaha semaksimal mungkin mengembangkan strategi pembelajaran meningkatkan kemampuan serta dapat memotivasi siswa sehingga tertarik untuk mengikuti pembelajaran Penjaskes dengan serius.

Motivasi menurut Oemar (2005:106), adalah suatu perubahan energi dalam diri pribadi seseorang yang ditandai dengan timbulnya perasaan dan reaksi untuk mencapai tujuan. Motivasi mendorong seseorang melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan yang ingin dicapai. Motivasi sangat penting karena motivasi merupakan konsep yang menjelaskan alasan seseorang berperilaku. Motivasi juga menentukan tingkat keberhasilan atau gagalnya kegiatan belajar siswa. Belajar tanpa motivasi sulit untuk mencapai keberhasilan secara optimal.

Pada kenyataannya motif seseorang dalam melakukan belajar itu tidak sama, berbeda satu dengan yang lain nya. Inilah yang menyebabkan motivasi seseorang anak dalam belajar itu berbeda, seseorang yang motivasinya besar akan menambah minat, perhatian, konsentrasi penuh, ketekunan, serta berorientasi pada prestasi tanpa mengenal perasaan bosan, jenuh dan menyerah. Sebaliknya siswa yang mempunyai motivasi rendah akan terlihat acuh tak acuh, cepat bosan, mudah putus asa dan berusaha menghindari dari kegiatan. Dalam kaitannya dengan kegiatan, motivasi erat hubungannya dengan aktualisasi diri sehingga motivasi yang paling mewarnai kebutuhan siswa dalam belajar adalah dengan motivasi belajar untuk mencapai prestasi yang tinggi.

Hal ini dapat dilihat dalam proses kegiatan belajar mengajar berlangsung apabila anak tidak memiliki motivasi untuk belajar maka tidak akan terjadi kegiatan belajar pada diri anak tersebut. Hal itu yang menjadi masalah karena motivasi bukanlah suatu kondisi. Apabila seorang anak mempunyai motivasi yang rendah maka akan berpengaruh juga terhadap prestasi seorang anak tersebut baik dalam bidang pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan atau mata pelajaran umum dan kemungkinan anak tersebut tidak akan mencapai tujuan belajar yang di inginkan.

Di Sekolah terdapat satu pelajaran yang dilaksanakan di luar kelas yaitu pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani adalah bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan hidup sehat untuk pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, sosial dan emosional yang selaras, serasi dan seimbang.

Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah mencakup berbagai materi diantaranya permainan bola besar, permainan bola kecil, senam, atletik dan aquatik. Sebagian siswa sangat tertarik mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan materi permainan misalnya permainan sepakbola. Apabila seorang guru memberikan materi sepakbola, maka siswa akan sangat antusias dan termotivasi dalam mengikutinya. Sebaliknya, jika guru memberikan materi tentang atletik, senam irama ataupun senam lantai, siswa terlihat malas untuk mengikutinya. Karakteristik pendidikan jasmani sangat berbeda sekali dengan pelajaran umum seperti matematika, bahasa Indonesia dan lainnya siswa cenderung lebih



memperhatikan, lebih tertib dan lebih teratur dalam mengikuti pembelajaran dan lebih mudah untuk diarahkan. Hal ini disebabkan karena untuk mata pelajaran yang di dalam kelas lebih sederhana sehingga lebih dapat dikontrol.

Motivasi siswa dapat dilihat dari kesungguhan dalam mengerjakan aktivitas yang guru berikan. Apabila seorang siswa dalam melakukan suatu gerakan dengan rasa senang dan sungguh-sungguh, maka dapat disimpulkan siswa tersebut memiliki motivasi yang tinggi dalam melakukan gerakan atau aktivitas yang guru berikan. Namun sebaliknya, apabila seorang siswa dalam melakukan gerakan atau aktivitas yang guru berikan terkesan malas, acuh dan tidak sungguh-sungguh, maka dapat disimpulkan siswa tersebut tidak memiliki motivasi dalam melakukan aktivitas yang guru berikan. Hal ini kaitannya dengan rasa cinta, yang merupakan kebutuhan afeksi dan pertalian dengan orang lain. Maksudnya jika siswa memiliki rasa cinta terhadap salah satu materi atau mata pelajaran maka siswa akan berusaha mencapai hasil yang sebaik-baiknya untuk mendapatkan perhatian orang lain dan keinginan siswa untuk membuktikan jika siswa tersebut dapat mengalahkan teman sekelasnya.

Berdasarkan pengamatan di SMP Negeri 3 Gunung Talang Kecamatan Gunung Talang Kabupaten Solok, dalam proses pembelajaran pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) kurang berjalan dengan maksimal, dimana keinginan siswa terutama siswi (putri) untuk belajar pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) masih rendah, hal ini terlihat dari pelajan dilapangan, mereka lebih banyak duduk, mengobrol sesama teman dan malas melakukan kegiatan olahraga, selain itu

juga berdasarkan informasi dari guru Penjasorkes sekolah tersebut, hasil belajar Penjasorkes siswi (putri) pada semester 2 (ganjil) tahun ajaran 2021-2020, masih banyak siswi yang mendapatkan nilai di bawah Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yaitu di bawah nilai 75.

Mencermati realita di atas, terlihat bahwa kurang berjalannya proses belajar mengajar pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di SMP Negeri 3 Gunung Talang Kecamatan Gunung Talang Kabupaten Solok, dan masih ada siswi yang nilai belajar pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di bawah nilai KKM diduga disebabkan oleh : Kurangnya motivasi belajar, baik yang datang dari dalam diri (intrinsik) maupun dari luar (ekstrinsik), perencanaan pembelajaran Penjasorkes yang belum baik, pelaksanaan pembelajaran Penjasorkes yang belum baik, sarana dan prasarana yang tidak lengkap, evaluasi pembelajaran Penjasorkes yang belum terlaksana, media dan metode yang dipakai yang kurang menarik, lingkungan sekolah yang tidak nyaman, kemampuan guru Penjasorkes yang masih kurang, dukungan orang tua yang kurang.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti melihat adanya permasalahan dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) pada siswi di SMP Negeri 3 Gunung Talang Kecamatan Gunung Talang Kabupaten Solok, maka peneliti tertarik melakukan penelitian yang berhubungan dengan motivasi siswa dalam pembelajaran.

## **B. Identifikasi Masalah**

Bertitik tolak dari uraian latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa penyebab permasalahan antara lain:

1. Motivasi belajar
2. Perencanaan pembelajaran
3. Kebugaran jasmani
4. Status gizi
5. Pelaksanaan pembelajaran
6. Sarana dan prasarana
7. Evaluasi
8. Media dan metode
9. Lingkungan sekolah
10. Kemampuan guru
11. Dukungan orang tua

## **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, banyak faktor yang mempengaruhi dalam penelitian ini, maka untuk fokusnya penelitian ini, perlu dilakukan pembatasan masalah meliputi motivasi belajar.

## **D. Rumusan Masalah**

Dalam penelitian ini masalah yang akan diteliti dirumuskan sebagai berikut: Bagaimanakah motivasi belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) pada siswi di SMP Negeri 3 Gunung Talang Kecamatan Gunung Talang Kabupaten Solok ?

### **E. Tujuan Penelitian**

Bertitik tolak dari latar belakang dan rumusan masalah yang telah diuraikan di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui : motivasi belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) pada siswi di SMP Negeri 3 Gunung Talang Kecamatan Gunung Talang Kabupaten Solok.

### **F. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk:

1. Penulis, sebagai salah satu persyaratan dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Kepala Sekolah, diharapkan dapat memberikan sumbangan dalam upaya meningkatkan motivasi belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) siswi.
3. Guru, dapat mengetahui seberapa besar motivasi belajar siswi sehingga guru dapat mendesain atau memodifikasi metode yang tepat dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan agar proses pembelajaran lebih efektif dan efisien sehingga dapat menjadi acuan untuk memperbaiki proses belajar mengajar terutama dalam menumbuhkan motivasi belajar siswa.
4. Siswi, sebagai bahan masukan untuk meningkatkan motivasi belajarnya dalam mengikuti pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK).

5. Kampus, sebagai bahan bacaan di perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
6. Orang tua, sebagai informasi mengenai motivasi anaknya dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di SMP Negeri 3 Gunung Talang Kecamatan Gunung Talang Kabupaten Solok
7. Jurusan, sebagai file di Jurusan Pendidikan Olahraga Universitas Negeri Padang.
8. Penelitian ini selanjutnya, untuk dijadikan referensi dan informasi untuk melakukan penelitian.