

**HUBUNGAN KESEGERAN JASMANI DAN MOTIVASI TERHADAP
HASIL BELAJAR SISWA SD NEGERI 03 XIV KOTO
DESA PAUH TERENJA KECAMATAN XIV KOTO
KABUPATEN MUKOMUKO**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga (PO)
Sebagai Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh:

MISTRA EPENDI

NIM. 06849

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2012**

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN KESEGERAN JASMANI DAN MOTIVASI TERHADAP
HASIL BELAJAR SISWA DI SD NEGERI 03 XIV KOTO
DESA PAUH TERENJA KECAMATAN XIV KOTO
KABUPATEN MUKOMUKO**

Nama : Mistra Ependi
NIM : 06849
**Program Studi : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan
Kesehatan**
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Pembimbing I


Drs. Drs. Zarwan, M.Kes
NIP. 196112301988031003

Pembimbing II


Drs. Kibadra
NIP. 195701181985031003

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Yulifri, M.Pd
NIP. 195907051985031002

HALAMAN PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI






Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Di Depan Tim Penguji
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

HUBUNGAN KESEGERAN JASMANI Dan MOTIVASI TERHADAP HASIL BELAJAR SISWA Di SD NEGERI 03 XIV KOTO DESA PAUH TERENJA KECAMATAN XIV KOTO KABUPATEN MUKOMUKO

Nama : Mistra Ependi
BP/NIM : 2008/06849
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Januari 2012

Tim Penguji

| | Nama | Tanda Tangan |
|------------|----------------------------------|---|
| Ketua | : Drs. Zarwan, M.Kes |  |
| Sekretaris | : Drs. Kibadra |  |
| Anggota | : Drs. Hendri Neldi, M.Kes. AIFO |  |
| | Drs. Yulifri M.Pd |  |
| | Atradinal, S.Pd. M.PD |  |

KATA PERSEMBAHAN



Dengan menyebut nama Allah Yang Maha Pengasih Lagi Maha Penyayang". Sesungguhnya sesudah kesulitan itu, ada kemudahan maka apabila kamu telah selesai (dari suatu urusan) kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain, dan hanya kepada Tuhanmulah hendaknya kamu berharap.

Surat AlamNasyrah : 6-8

"Allah meninggikan orang-orang yang beriman diantara kamu dan orang-orang yang berilmu pengetahuan beberapa derajat"

Surat Al-Mujaadalah ayat 11

Alhamdulillah hari ini setitik kebahagiaan telah ku nikmati, dengan izin dan ridhoMu atas segala kerendahan hati ku persembahkan hasil karya ini untuk kedua orang tua ku dan adik-adik ku serta teman-teman ku yang telah memberikan semangat, dorongan, bimbingan dan doa menuju kesuksesan, semoga Allah memberkatinya. Amin..

Syukur Alhamdulillah...Kuucapkan atas setitik hasil yang telah kuraih ini, Tapi apa yang telah kuraih ini, Tak ada artinya jika dibandingkan dengan semua pengorbanan Yang telah tucurah dari kedua orang tuaku,Ku menyadari sesungguhnya apa yang kuraih hari ini, Belum mampu membayar setiap tetesan keringat dan air mata Kedua orang tuaku,

Terimakasih :

Ayah (Misria) ku tercinta yang telah memberiku harapan tuk menggapai masa depan ku tanpa kucuran keringat mu ku tak kanbisa menyelesaikan perkuliahan ku, and kepada mu ibu (Asmanidar)ku tersayang yang senantiasa memberikan kasih ,sayang dan do'a mu kepada anak mu sehingga bisa memberikan semangat kehidupan yang berarti sehingga ku bisa menggapai cita-cita ku,...

thank' to:

,Adik Ku (Destri yuni & Indri ramadani) thank's yach atas perhatian dan dorongan,serta memberikan warna dalam kehidupan ku serta keceriaan yang sangat berarti dalam mengarungi hari demi hari..

Untuk keluarga besarku (uwan,, etek, apak, pak uwo, mak uwo, ayek

, adia, abang,uda, uni)....

Yang senantiasa mendukung, mendoakan dan memotivasi ku dalam menggapai cita-cita ku...

Untuk kepala sekolah, guru penjasorkes dan semua majelis guru, begitu juga seluruh siswa-siswi SDN 03 XIV Koto, yang telah member izin, dorongan, semangat serta cintanya kepada ku Untuk selesainya penulisan skripsi ini ...

Untuk kedua dosen pembimbing skripsiku, Drs. Zarwan M.Kes dan Drs. Kibadra yang telah memberi ku kesempatan dan selalu memberikan pembelajaran bagiku semoga semua yang Bapak berikan menjadi bekal masa depanku ...

Spesial thank:

ACCER FAMILY 1CR & NR kosong delapan (08)
Moga-moga mua yang kalian berikan slama perkuliahan ama Q menjadi kenangan tersendiri buat Q khususnya : Aguih,, kincai (Sutris), buya Zulafriadi buya Andrie, Adicina serta partai koa, junior yg kos di kosan ayang koa.com ...

ABSTRAK

Mistral Ependi 2008/06849 : Hubungan Kesegaran Jasmani dan Motivasi Terhadap Hasil Belajar Siswa Di SD Negeri 03 XIV Koto Desa Pauh Terenja Kecamatan XIV Koto Kabupaten Mukomuko

Masalah dalam penelitian ini adalah masih rendahnya hasil belajar siswa Di SD Negeri 03 XIV Koto Desa Pauh Terenja Kecamatan XIV Koto Kabupaten Mukomuko, dikarenakan banyak hal, namun diduga dari sisi kesegaran jasmani dan motivasi belajar siswa. Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan kesegaran jasmani dan motivasi belajar terhadap hasil belajar siswa Di Di SD Negeri 03 XIV Koto Desa Pauh Terenja Kecamatan XIV Koto Kabupaten Mukomuko. Adapun hipotesis yang di ajukan adalah Terdapat hubungan yang signifikan antara kesegaran jasmani dengan hasil belajar, antara motivasi belajar dengan hasil belajar, antara kesegaran jasmani dan motivasi belajar terhadap hasil belajar siswa Di SD Negeri 03 XIV Koto Desa Pauh Terenja Kecamatan XIV Koto Kabupaten Mukomuko.

Penelitian ini bersifat korelasional yaitu untuk mengetahui seberapa besar hubungan variabel satu dengan yang lainnya. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa di Di SD Negeri 03 XIV Koto Desa Pauh Terenja Kecamatan XIV Koto Kabupaten Mukomuko, dan sampelnya berjumlah 12 orang siswa putra dan 14 orang siswa putri yang dilaksanakan di Di SD Negeri 03 XIV Koto Desa Pauh Terenja Kecamatan XIV Koto Kabupaten Mukomuko, dengan menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu sampel diambil berdasarkan kelompok umur. Tes Kesegaran Jasmani untuk menentukan tingkat kesegaran jasmani, Penyebaran angket untuk menentukan tingkat motivasi belajar siswa dan hasil ujian akhir (rapor) untuk melihat hasil belajar.

Berdasarkan perhitungan korelasi product moment, 1) Terdapat hubungan yang signifikan kesegaran jasmani dengan hasil belajar siswa diperoleh $r_{hitung} = 0.408 > r_{tabel} = 0.388$; 2) Terdapat hubungan yang signifikan motivasi belajar dengan hasil belajar siswa diperoleh $r_{hitung} = 0.406 > r_{tabel} = 0.388$; 3) Terdapat hubungan yang signifikan antara kesegaran jasmani dan motivasi belajar terhadap hasil belajar siswa Di SD Negeri 03 XIV Koto Desa Pauh Terenja Kecamatan XIV Koto Kabupaten Mukomuko yang diperoleh $R_{hitung} = 0.531$ yang diperoleh $F_{hitung} = 4.518 > F_{tabel} = 3.42$

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji dan syukur ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **”Hubungan Kesegaran Jasmani Dan Motivasi Terhadap Hasil Belajar di Negeri 03 XIV Koto Desa Pauh Terenja Kecamatan XIV Koto Kabupaten Mukomuko”**.

Penulisan skripsi ini selain bertujuan untuk melengkapi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, disamping itu juga untuk mengetahui Tingkat Kesegaran Jasmani dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Siswa Di SD Negeri 03 XIV Koto Desa Pauh Terenja Kecamatan XIV Koto Kabupaten Mukomuko. Penulis menyadari bahwa penulisan ini jauh dari kesempurnaan dan harapan. Hal tersebut disebabkan oleh keterbatasan kemampuan penulis sendiri. Untuk itu penulis sangat mengharapkan kritik yang sehat dan masukan-masukan yang sifatnya membangun dari semua pihak, guna kesempurnaan skripsi ini.

Dalam pelaksanaan penulisan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak baik perorangan maupun badan-badan terkait yang telah memberikan bantuan dan bimbingan sampai selesainya skripsi ini.

Secara khusus penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Drs. Arsil, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Drs. Yulifri, M.Pd selaku ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Universitas Negeri Padang.
3. Drs. Zarwan, M.Kes, selaku Penasehat Akademik (PA) serta pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, arahan, dorongan serta waktunya kepada penulis sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.
4. Drs. Kibadra, M.Pd selaku Pembimbing II yang telah memberikan kesempatan, bimbingan, arahan, dorongan serta waktunya kepada penulis sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.
5. Drs. Hendri Neldi, M.Kes.AIFO, Drs Yulifri, M.Pd, Atradinal, S.Pd, M.Pd selaku dosen penguji yang telah banyak memberikan saran, kritikan, dan masukan yang sifatnya membangun dan rangka perbaikan dan menyempurnakan dari skripsi ini.
6. Bapak-bapak dan Ibu dosen yang telah memberikan ilmu kepada penulis selama Perkuliahan.
7. Yang tercinta Ayah (Misrial) dan Ibu (Asmanidar) serta Adik-adik penulis (Destri Yuni dan Indri Ramadani) senantiasa memberi bantuan moril dan material kepada penulis selama perjuangan penyelesaian perkuliahan.
8. Keluarga besar penulis yang senantiasa mendoakan akan keberhasilan penulis dalam menggapai cita-cita.

9. Kepala sekolah, Guru Penjas serta Seluruh Majelis Guru Di SD Negeri 03 XIV Koto Desa Pauh Terenja Kecamatan XIV Koto Kabupaten Mukomuko
10. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan namanya satu persatu atas saran dan bantuan untuk penyelesaian skripsi ini.

Semoga Allah SWT membalas bantuan, bimbingan, motivasi dan waktu yang telah Bapak/ Ibu/ Sdr/ Teman-teman sekalian dengan limpahan rahmat yang berlipat ganda. Dan juga Pengetahuan yang telah diberikan dalam proses Perkuliahan dijadikan Allah SWT menjadi Ilmu yang bermanfaat.

Terakhir, ada Peribahasa yang mengatakan ”Tak Ada Gading yang Tak Retak”, menyadari makna peribahasa ini, maka Penulis sebagai manusia biasa tentu tidak luput dari berbagai salah dan khilaf, baik dari segi isi, metode, maupun penulisan skripsi ini. Oleh karena itu, saran dari Bapak/ Ibu Tim Penguji dan berbagai pihak lainnya akan Penulis jadikan sebagai masukan untuk penyempurnaan Skripsi ini.

Padang, Januari 2012

Penulis

DAFTAR ISI

| | |
|---|-------------|
| HALAMAN JUDUL..... | i |
| HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI..... | ii |
| HALAMAN PENGESAHAN..... | iii |
| ABSTRAK..... | iv |
| KATA PENGANTAR..... | v |
| DAFTAR ISI..... | viii |
| DAFTAR TABEL..... | x |
| DAFTAR GAMBAR..... | xi |
| DAFTAR LAMPIRAN..... | xii |

BAB I PENDAHULUAN

| | |
|---------------------------------|---|
| A. Latar Belakang Masalah | 1 |
| B. Identifikasi Masalah | 4 |
| C. Pembatasan Masalah | 5 |
| D. Rumusan Masalah | 5 |
| E. Tujuan Penelitian..... | 6 |
| F. Kegunaan Penelitian..... | 6 |

BAB II KAJIAN TEORI

| | |
|------------------------------|----|
| A. Kajian Teori..... | 8 |
| 1. Kesegaran Jasmani..... | 8 |
| 2. Hakikat Motivasi | 14 |
| 3. Hasil Belajar Siswa | 23 |
| B. Kerangka Konseptual..... | 27 |
| C. Hipotesis | 28 |

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

| | |
|-------------------------------------|----|
| A. Jenis Penelitian..... | 30 |
| B. Tempat dan Waktu Penelitian..... | 30 |
| C. Populasi dan Sampel..... | 30 |
| D. Jenis dan Sumber Data | 32 |
| E. Teknik Pengumpulan Data..... | 33 |
| F. Instrumen Penelitian..... | 33 |
| G. Teknik Analisis Data | 49 |

BAB IV ANALISIS HASIL PENELITIAN

| | |
|---|----|
| A. Verifikasi Data Penelitian | 51 |
| B. Deskripsi Data Penelitian..... | 52 |
| C. Pengujian Persyaratan Analisis | 56 |
| D. Analisis dan Hasil Penelitian..... | 57 |
| E. Pembahasan..... | 59 |

BAB V KESIMPULAN dan SARAN

| | |
|--------------------|----|
| A. Kesimpulan..... | 62 |
| B. Saran | 63 |

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

| Tabel | Halaman |
|---|---------|
| 1. Populasi..... | 31 |
| 2. Sampel..... | 32 |
| 3. Deskripsi Data Penelitian..... | 53 |
| 4. Distribusi Frekuensi Data Kesehatan Jasmani..... | 53 |
| 5. Distribusi Frekuensi Data Motivasi Belajar | 54 |
| 6. Distribusi Frekuensi Data Hasil Belajar | 55 |
| 7. Uji Normalitas Data Penelitian..... | 56 |
| 8. Uji Homogenitas Data Penelitian..... | 57 |
| 9. Uji Homogenitas Data Penelitian Setelah Transformasi | 57 |

DAFTAR GAMBAR

| Gambar | Halaman |
|---|---------|
| 1. Kerangka Konseptual..... | 28 |
| 2. Posisi Start Lari 40 Meter | 39 |
| 3. Tes Gantung Siku Tekuk | 41 |
| 4. Sikap Permulaan Baring Duduk..... | 42 |
| 5. Gerakan Baring Menuju Sikap Duduk..... | 43 |
| 6. Sikap Duduk dengan Kedua Siku Menyentuh Paha | 44 |
| 7. Papan Skor Loncat Tegak..... | 45 |
| 8. Sikap Menentukan Raihan Tegak..... | 46 |
| 9. Sikap Awalan Loncat Tegak..... | 46 |
| 10. Gerakan Loncat Tegak..... | 47 |
| 11. Posisi Start Lari 600 meter..... | 48 |
| 12. Pencatatan Hasil | 49 |
| 13. Histogram Data Kesegaran Jasmani | 53 |
| 14. Histogram Data Motivasi..... | 54 |
| 15. Histogram Data Hasil Belajar | 55 |

DAFTAR LAMPIRAN

| Lampiran | Halaman |
|---|---------|
| 1. Data Penelitian..... | 62 |
| 2. Data Penelitian Variabel Motivasi Belajar | 67 |
| 3. Uji Validitas Variabel Motivasi Belajar | 68 |
| 4. Uji Reliabilitas Variabel Motivasi Belajar | 70 |
| 5. Data Penelitian Yang Valid Variabel Motivasi | 72 |
| 6. Data Penelitian Hasil Belajar | 73 |
| 7. Data Penelitian | 74 |
| 8. Deskriptif dan Uji Normalitas Data Penelitian..... | 75 |
| 9. Uji Homogenitas Data Penelitian..... | 76 |
| 10. Uji Homogenitas Data Penelitian Setelah Transformasi Data Menggunakan Square | 77 |
| 11. Analisis Korelasi Variabel Penelitian | 78 |
| 12. Analisis Korelasi Manual..... | 79 |
| 13. Tabel X Tabel Harga-harga Kritis Dalam Tes Kolmogorov- SMiRNOV. | 85 |
| 14. Tabel Nilai-nilai 'r' Product Moment | 86 |
| 15. Tabel Nilai-nilai Dalam Distribusi 't' | 87 |
| 16. Tabel 95Th Precentilel Of The 'f' Distribution | 88 |
| 17. Dokumentasi Penelitian | 89 |

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Seiring dengan perkembangan teknologi dan ilmu pengetahuan, maka pemerintah berusaha melakukan pembangunan di berbagai bidang, salah satunya pembangunan di bidang pendidikan. Pembangunan dalam bidang pendidikan perlu mendapatkan perhatian khusus dari pemerintah karena pendidikan bukan saja merupakan kebutuhan pribadi tapi menjadi sarana yang menunjang Pembangunan Nasional.

Pendidikan nasional berdasarkan Pancasila bertujuan untuk meningkatkan kualitas manusia Indonesia sehat jasmani dan rohani, dalam usaha pengembangan mata pelajaran yang dimuatkan dalam kurikulum nasional yang bertujuan untuk membantu pembinaan dan perkembangan jasmani, mental serta emosional yang serasi, selaras dan seimbang sementara itu dalam undang-undang Sistem Pendidikan nasional pada Bab II pasal 3 Undang-undang Republik Indonesia No. 20 Tahun 2003 yang berbunyi :

“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 bertaqwa pada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab” (UUSPN 2003 : 7)

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa pendidikan di Indonesia berfungsi untuk mengembangkan kepribadian peserta didik agar mampu menyerap pelajaran yang mereka dapatkan di sekolah melalui proses

pendidikan, anak didik diharapkan mampu mengembangkan potensi yang ada di dalam dirinya demi memenuhi kebutuhan hidupnya, masyarakat dan Negara sekarang di masa yang akan datang.

Menurut Gusril (2006 : 3) Sekolah Dasar (SD) adalah suatu lembaga pendidikan yang memberikan bekal kepada siswa untuk dapat melanjutkan pendidikannya ke jenjang yang lebih tinggi. Bila ditinjau mata pelajaran yang ada dalam kurikulum SD dapat dikelompokkan ke dalam program pendidikan umum, program pendidikan akademis dan program pendidikan keterampilan. Salah satunya mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (Penjasorkes).

Penjas merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neoromuskuler, perseptual, kognitif, sosial dan emosional". Ditegaskan oleh Mutohir (1995: 1), "penjas berorientasi kepada proses untuk mencapai kesuksesan dalam pengembangan anak secara keseluruhan hingga menjadi manusia yang utuh". Dalam artian, proses pembelajaran yang berorientasi kepada aktivitas belajar yang tinggi dan rasa senang.

Rendahnya kualitas Sumber Daya Manusia Indonesia dipengaruhi oleh masih rendahnya mutu pendidikan mulai dari jenjang pendidikan dasar sampai perguruan tinggi. Rendahnya kualitas pendidikan juga dialami oleh siswa SD Negeri 03 XIV Koto Desa Pauh Terenja, Kecamatan XIV Koto, ini terbukti, penulis telah melakukan observasi di sekolah SDN 03 XIV Koto,

sewaktu penulis melakukan observasi di sekolah tersebut pada Tahun ajaran 2011/2012. Selama penulis melakukan observasi di sekolah tersebut, masih terdapat kesenjangan pada beberapa siswa, dimana ada siswa yang kurang termotivasi untuk mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Kurang bersemangatnya siswa dalam mengikuti pembelajaran, terlihat dari beberapa siswa cepat mengantuk dan selalu seperti kelelahan. Sehingga pelajaran yang diarahkan oleh guru-guru sulit dicerna, mengakibatkan tidak tercapainya standar yang harus dipenuhi dalam kurikulum. Karena siswa sering tidak konsentrasi setiap dalam pembelajaran diduga hal tersebut yang menyebabkan tidak tercapainya hasil belajar siswa secara maksimal. Sedangkan lingkungan belajar baik itu sarana maupun prasarana sebaiknya juga harus mendukung dan tidak mengurangi faktor penunjang proses pembelajaran yang maksimal dalam rangka pencapaian hasil belajar yang baik.

Banyak faktor penyebab yang berpengaruh terhadap permasalahan masih rendahnya hasil belajar siswa, diantaranya faktor motivasi yang berpengaruh terhadap keinginan siswa mengikuti materi dalam belajar, faktor kesegaran jasmani siswa itu sendiri yang membuat siswa memiliki daya tahan dalam belajar, faktor kemampuan mengajar guru dalam menerangkan pembelajaran yang aktif, inovatif, kreatif efektif dan menyenangkan.

Faktor lain yang berpengaruh terhadap hasil belajar siswa adalah status gizi siswa, gizi yang seimbang akan memperlancar pertumbuhan otak dalam mencatat, menyerap, memproduksi dan menerima informasi dengan

baik. Faktor sarana dan prasarana yang mendukung terhadap kondisi belajar siswa, sehingga dapat mempermudah guru dalam menjalankan tugasnya dan dapat menarik minat siswa dalam melaksanakan proses belajar mengajar.

Faktor kemampuan ekonomi juga sangat berpengaruh dalam hasil belajar siswa. Dengan ekonomi yang memadai siswa dapat memenuhi kebutuhan siswa dalam mengikuti pembelajaran. Faktor lingkungan belajar dan tempat tinggal, yang lebih melihat keadaan sosial dan kondisi geografis tempat pembelajaran.

Dari uraian di atas terlihat bahwa untuk dapat mencapai hasil belajar yang maksimal, maka sebaiknya siswa-siswa tersebut harus mempunyai kesegaran jasmani yang baik, agar selalu termotivasi dalam pembelajaran penjasorkes sehingga hasil belajar dengan mudah dicapai dengan maksimal.

Dari penjelasan di atas merupakan salah satu faktor kesegaran jasmani dan motivasi belajar siswa untuk mencapai hasil belajar yang baik. Oleh sebab itu, penulis tertarik untuk meneliti keterkaitan atau “Hubungan Kesegaran Jasmani dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil belajar SD Negeri 03 XIV Koto Desa Pauh Terenja Kecamatan XIV Koto Kabupaten Mukomuko”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan pada uraian yang telah dikemukakan dalam latar belakang masalah, ternyata benar banyak faktor yang mempengaruhi hasil belajar siswa, faktor-faktor tersebut adalah :

1. Guru.
2. Siswa.
3. Motivasi.
4. Sarana dan Prasarana.
5. Kesegaran Jasmani
6. Lingkungan Belajar.
7. Kurikulum.
8. Status gizi

C. Pembatasan Masalah

Mengingat banyaknya permasalahan yang mempengaruhi hasil belajar yang dapat diidentifikasi seperti yang terkemuka di atas, maka untuk lebih memfokuskan penelitian penulis membatasi masalah, yaitu:

1. Kesegaran jasmani
2. Motivasi belajar
3. Hasil belajar

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah, maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti sebagai berikut:

1. Bagaimana hubungan antara kesegaran jasmani siswa terhadap hasil belajar siswa di SD Negeri 03 XIV Koto Desa Pauh Terenja Kecamatan XIV Koto?

2. Bagaimana hubungan antara motivasi belajar siswa terhadap hasil belajar siswa di SD Negeri 03 XIV Koto Desa Pauh Terenja Kecamatan XIV Koto?
3. Bagaimana hubungan antara kesegaran jasmani dan motivasi belajar terhadap hasil belajar siswa di SD Negeri 03 XIV Koto Desa Pauh Terenja Kecamatan XIV Koto?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menemukan jawaban terhadap pertanyaan berikut:

1. Untuk mengetahui hubungan antara kesegaran jasmani siswa terhadap hasil belajar siswa di SD Negeri 03 XIV Koto Desa Pauh Terenja Kecamatan XIV Koto.
2. Untuk mengetahui hubungan antara motivasi belajar siswa terhadap hasil belajar siswa di SD Negeri 03 XIV Koto Desa Pauh Terenja Kecamatan XIV Koto.
3. Untuk mengetahui hubungan antara kesegaran jasmani dan motivasi belajar terhadap hasil belajar siswa di SD Negeri 03 XIV Koto Desa Pauh Terenja Kecamatan XIV Koto.

F. Kegunaan Penelitian

Dari hasil penelitian yang akan dilakukan ini akan bermanfaat untuk:

1. Mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan di Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

2. Pengembangan ilmu pengetahuan di bidang kesegaran jasmani siswa dan sekaligus memancing motivasi belajar siswa agar mencapai hasil belajar yang lebih maksimal dalam proses pembelajaran.
3. Dijadikan sebagai salah satu bahan acuan dalam kegiatan penelitian selanjutnya dalam ruang lingkup yang lebih luas lagi.
4. Menjadi bahan kajian selanjutnya dalam mempedomani mengembangkan kesegaran jasmani siswa agar memenuhi hasil belajar yang baik di sekolah, bagi mahasiswa di perpustakaan FIK UNP.
5. Pihak sekolah sebagai bahan masukan untuk lebih meningkatkan partisipasi dalam aktivitas penjasorkes.
6. Guru penjas sebagai bahan masukan dan pertimbangan dalam usaha dan upaya meningkatkan motivasi siswa, khususnya dalam kegiatan pembelajaran penjasorkes.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Kajian Teori

1. Kesegaran Jasmani

a. Pengertian Kesegaran Jasmani

Kesegaran jasmani adalah kemampuan tubuh seseorang untuk melakukan tugas/pekerjaan sehari-hari tanpa menimbulkan kesalahan yang berarti. Menurut Getchell (1983:3) “kesegaran jasmani adalah suatu hal yang lebih menitik beratkan pada fungsi fisiologis yaitu kemampuan jantung, pembuluh darah, paru dan otot berfungsi secara efisien dan efektif”. Selanjutnya Ichsan (1988:54) menerangkan bahwa:

“kesegaran jasmani adalah kemampuan seseorang untuk melaksanakan tugas sehari-hari dengan penuh kesungguhan dan tanggung jawab, tanpa rasa lelah dan dengan penuh semangat untuk menikmati penggunaan waktu luang dan menghadapi kemungkinan berbagai bahaya yang datang tidak terduga.”

Dengan kesegaran jasmani merupakan suatu hal yang dipengaruhi oleh aktifitas fisik dan latihan olahraga yang dilakukan sehari-hari. Semakin banyak aktivitas dan latihan yang dilakukan seseorang, maka semakin baik pula tingkat kesegaran jasmaninya. Hal ini disebabkan dengan melakukan aktivitas fisik dan latihan olahraga akan meningkatkan kemampuan tubuh dalam mengkonsumsi oksigen secara maksimal. Apabila tubuh sudah mampu meningkatkan konsumsi oksigen secara maksimal, maka secara otomatis akan berpengaruh terhadap tingkat kesegaran jasmani.

Disamping itu kesegaran jasmani dapat dipengaruhi oleh kegiatan fisik atau aktifitas fisik yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari seperti bekerja, olahraga, bermain dan kegiatan lainnya yang membuat tubuh kita bergerak aktif. Dan kesegaran jasmani dipengaruhi oleh aktifitas fisik dan latihan olahraga yang teratur dan terprogram.

Kesegaran jasmani diberi arti sebagai aspek kualitas hidup, yang sangat berhubungan dengan keadaan status kesegaran jasmani yang positif. Jadi apabila seseorang dalam keadaan segar, salah satu aspek yang nampak adalah keadaan penampilan jasmaninya. Dengan demikian, maka seseorang tidak akan mendapatkan kesegaran secara menyeluruh atau umum tanpa didasari oleh kesegaran jasmani yang baik.

b. Komponen Kesegaran Jasmani

Lycholat dalam Gusril (2004:119) mengemukakan “komponen kesegaran jasmani dapat dikelompokkan menjadi dua kelompok yaitu :

- a) komponen yang berhubungan dengan kesehatan meliputi daya tahan otot, kekuatan, dan komposisi tubuh, b) komponen yang berhubungan dengan keterampilan meliputi kelincahan, keseimbangan, koordinasi dan kecepatan”.

Selanjutnya Moeloek dalam Arsil (1999:14) menyatakan bahwa “komponen-komponen kesegaran jasmani meliputi: (1) daya tahan, (2) kekuatan otot, (3) daya otot, (4) kelentukan, (5) kecepatan, (6) kelincahan, (7) keseimbangan, (8) koordinasi (9) ketepatan.

Daya tahan adalah suatu kemampuan tubuh untuk bekerja dalam waktu yang lama tanpa mengalami kelelahan setelah melaksanakan pekerjaan tersebut. Daya tahan adalah kemampuan organisme atlet untuk mengatasi kelelahan yang timbul setelah melakukan aktivitas olahraga dalam waktu yang lama. Pendapat lain Fardi (1989:18) mengemukakan bahwa “daya tahan dapat diartikan sebagai kualitas fisik (sistem jantung-peredaran darah dan pernafasan) yang membuat seseorang mampu melaksanakan secara terus menerus suatu kerja fisik yang cukup berarti tanpa merasa lelah sebelum waktunya”.

Dari beberapa pengertian daya tahan yang dikemukakan di atas, dapat disimpulkan bahwa daya tahan otot adalah kemampuan otot untuk melakukan kontraksi berulang-ulang tanpa menimbulkan kelelahan. Sedangkan daya tahan *cardioveskuler* adalah kemampuan seluruh tubuh untuk melakukan aktivitas dalam jangka waktu yang lama tanpa menimbulkan kelelahan. Disini nampak sekali daya tahan jantung-paru (*cardioveskuler*) sangat penting untuk menunjang kerja otot untuk mengambil oksigen dan menyalurkan ke seluruh jaringan otot yang aktif sehingga dapat digunakan untuk proses metabolisme tubuh.

kekuatan adalah kemampuan tubuh untuk mempergunakan otot untuk menerima beban. Pete (1984:202) mengemukakan, “kekuatan adalah kemampuan maksimal yang banyak digunakan dalam sekali kontraksi maksimal”.

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa kekuatan otot adalah kemampuan otot atau sekelompok otot untuk menerima beban sewaktu bekerja secara maksimal.

Menurut Wahjoe di (2001:59-60) “kelentukan adalah kemampuan tubuh untuk melakukan gerak melalui ruang gerak sendi atau ruang gerak tubuh secara maksimal”. Kelentukan gerak tubuh pada persendian tersebut sangat dipengaruhi oleh, elastisitas otot, tendon dan ligamen di sekitar sendi serta kualitas sendi itu sendiri.

Komposisi tubuh (*body composition*) digambarkan dengan berat badan tanpa lemak dan berat lemak. Berat badan tanpa lemak terdiri dari masa otot, tulang dan organ-organ tubuh. Sedangkan berat lemak dinyatakan dalam persentasenya terhadap berat badan total. Secara umum dapat dikatakan bahwa semakin kecil persentase lemak maka semakin baik pula kinerja seseorang.

Kecepatan gerak merupakan salah satu unsur penting pada beberapa cabang olah raga seperti : renang, atletik pada nomor lari, sepak bola, dan sebagainya. Menurut Robinson, dalam Arsil (1999:82) “Kecepatan bergerak adalah kualitas yang memungkinkan orang bergerak adalah kualitas yang memungkinkan orang bergerak, melaksanakan gerakan-gerakan yang sama atau tidak sama secepat mungkin”.

Dari pendapat diatas dapat dikatakan, bahwa kecepatan gerak merupakan kemampuan tubuh mengarahkan semua sistem dan bergerak

dalam melawan beban, jarak dan waktu yang menghasilkan kerja mekanik.

Kelincahan adalah kemampuan tubuh untuk mengubah arah dengan cepat tanpa adanya gangguan keseimbangan atau kehilangan keseimbangan.

Keseimbangan adalah kemampuan seseorang untuk mengontrol alat-alat organisasi yang bersifat *neoromusculer* seperti : pelaksanaan berdiri dengan tangan (*hand stand*). Keseimbangan tersebut dapat berupa keseimbangan statis pada saat berdiri maupun keseimbangan dinamis pada saat melakukan suatu gerak tersebut.

Koordinasi adalah kemampuan seseorang dalam mengintegrasikan berbagai gerakan menjadi satu kebulatan gerakan yang sempurna. Menurut Wahjoedi (2001:62) “Koordinasi (*coordination*) adalah kemampuan tubuh untuk melakukan gerakan tubuh secara tepat, cermat dan efisien”. Koordinasi menyatakan hubungan berbagai unsur yang terjadi pada setiap gerakan”. Ketepatan adalah kemampuan dalam mengontrol gerakan-gerakan *volunter* untuk mencapai tujuan.

Berdasarkan uraian di atas, terlihat unsur-unsur kebugaran jasmani meliputi kemampuan sistem jantung dan peredaran darah serta pernafasan. Disamping itu juga kemampuan dari sistem *neoromusculer* serta keterampilan gerak dasar. Berarti kebugaran jasmani tidak hanya diputuskan kepada perkembangan otot yang bebas, menyenangkan

karena memancarkan kekuatan yang terselubung didalamnya. Tetapi itu semua tidaklah mutlak, karena tingkat kesegaran jasmani lebih ditentukan oleh kapasitas *metabolik* seseorang yang tergantung pada kemampuannya untuk menyalurkan oksigen ke otot.

c. Cara meningkatkan kesegaran jasmani

Kesegaran jasmani adalah merupakan suatu yang dipengaruhi oleh aktifitas fisik dan kegiatan olahraga yang dilakukan sehari-hari. Semakin banyak aktifitas fisik dan latihan olahraga yang dilakukan oleh seseorang, akan semakin baik pula tingkat kesegaran jasmaninya. Hal ini disebabkan dengan melakukan aktifitas fisik dan olahraga akan meningkatkan kemampuan tubuh dalam mengkonsumsi oksigen secara optimal, maka secara otomatis akan berpengaruh terhadap tingkat kesegaran jasmani.

Menurut Irianto (2004:27-83), bahwa “ada beberapa cara untuk meningkatkan kesegaran jasmani yang terdiri dari latihan daya tahan paru jantung, kekuatan, kelentukan komposisi tubuh dan lain-lain yang mana latihan tersebut harus dilakukan secara teratur dan terprogram”.

Hal yang penting untuk meningkatkan kesegaran jasmani adalah aktifitas fisik dan olahraga yang teratur, tubuh memerlukan oksigen untuk memproduksi energi. Oksigen harus diambil dan disalurkan ke organ-organ tubuh dan jaringan-jaringan yang membutuhkannya. Kemampuan tubuh untuk melakukan hal tersebut sangat tergantung dari tingkat kesegaran jasmani seseorang. Bagi orang

yang mempunyai tingkat kebugaran jasmani yang baik akan mudah untuk melakukan pengambilan oksigen secara baik dan optimal.

Pada saat sekarang ini banyak sekali cara untuk meningkatkan kebugaran jasmani, seperti yang kita lihat setiap minggu pagi, bermacam-macam kegiatan yang kita lihat seperti : ada yang lari, jogging, bersepeda, jalan cepat, senam dan banyak lagi kegiatan yang bisa dilakukan untuk meningkatkan kebugaran jasmani seseorang.

Dari uraian diatas jelas tergambar, bagi orang yang banyak melakukan aktifitas fisik dan olahraga yang teratur, tingkat kebugaran jasmaninya bertambah baik dibandingkan dengan orang yang kurang melakukan aktifitas fisik.

Untuk mengukur kebugaran jasmani seseorang khususnya siswa SD bisa menggunakan tes kebugaran jasmani kelompok umur (10-12 tahun) dalam buku Arsil (2009), seperti tes lari 40 meter, gantung siku tekuk, loncat tegak, berbaring duduk 30 detik, lari 600 meter.

2. Hakikat Motivasi

a. Pengertian motivasi

Menurut Hasibuan (1996:74) motivasi merupakan pemberian daya penggerak yang menciptakan kegairahan kerja seseorang agar mau bekerjasama, bekerja efektif, dan terintegrasi dengan segala daya upaya untuk mencapai kepuasan. Oleh sebab itu motivasi adalah dorongan yang timbul pada diri seseorang untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

Istilah motivasi berasal dari bahasa latin yakni "*movere*" dalam bahasa inggris "*to motiv*" yang berarti mendorong.

Soemanto (1990:189) juga berpendapat bahwa "motivasi adalah kondisi-kondisi atau keadaan yang mengaktifkan atau member dorongan kepada seseorang untuk bertindak laku dalam mencapai tujuan yang ditimbulkan oleh motivasi tersebut". Motivasi belajar merupakan faktor psikis yang bersifat non-intelektual, peranannya yang khas yaitu penumbuhan gairah merasa senang dan semangat untuk belajar.

Menurut Maslow (1954:124) mengemukakan teori motivasi berdasarkan teori kebutuhan yang diturunkan secara deduktif. Teori ini bertitik tolak dari tiga asumsi dasar, yaitu (1) manusia adalah makhluk hidup yang selalu berkeinginan, keinginan tidak selalu terpenuhi seluruhnya; (2) kebutuhan atau keinginan yang sudah terpenuhi tidak akan menjadi pendorong lagi; (3) kebutuhan manusia tersusun menurut hirarki tingkat pentingnya.

b. Jenis-jenis Motivasi dan Faktor yang Mempengaruhi Motivasi

1) Motivasi Intrinsik dan Faktor yang Mempengaruhinya.

Menurut Sardiman (2007:89) motivasi intrinsik adalah "motif-motif yang menjadi aktif atau berfungsinya tidak perlu dirangsang dari luar, karena dalam diri setiap individu sudah ada dorongan untuk melakukan sesuatu". Sementara Prayitno (1989:101) mengatakan motivasi intrinsik yaitu "motivasi yang timbul dalam diri sendiri yang

semata-mata demi berlangsungnya tindakan yang sebaik-baiknya dengan hasil yang maksimal”.

Motivasi pada prinsipnya dipengaruhi oleh faktor yang bersifat internal dan eksternal. Seperti yang dikemukakan oleh Abizar (1997:34). Faktor-faktor internal meliputi : refleks, implus, persepsi dan tujuan-tujuan. Sedangkan faktor-faktor eksternal meliputi : kesempatan aktual maupun yang dibayangkan orang juga penguat-penguat yang tersedia di lingkungan. Apabila seseorang sudah mempunyai motivasi, maka ia akan siap mengerjakan suatu kegiatan sesuai dengan apa yang dikehendaki.

Motivasi merupakan suatu kekuatan yang tersembunyi di dalam diri seseorang yang mendorong untuk berbuat dengan cara tertentu. Motivasi belajar mendorong seseorang untuk belajar sungguh-sungguh dan lebih lama waktunya. Mengingat pentingnya motivasi dalam kegiatan, begitu juga dalam kegiatan pembelajaran penjasorkes di SDN 03 XIV Koto Desa Pauh Terenja Kecamatan XIV Koto Kabupaten Mukomuko.

Winkel (1984:100) menyatakan bahwa motivasi belajar terbagi atas dua bentuk yaitu motivasi intrinsik dan ekstrinsik. Motivasi intrinsik merupakan dorongan alamiah yang berasal dari dalam diri individu untuk berpartisipasi mengerjakan sesuatu bukan karena situasi buatan atau mengharapkan penghargaan tertentu, tetapi hanya untuk mencapai kepuasan diri. Aktivitas siswa yang dilandasi oleh motivasi

intrinsik akan mengikuti kegiatan dengan semangat dan giat. Karena siswa dengan motivasi intrinsik bisa melakukan kegiatan dengan benar, teratur, disiplin, dan tidak tergantung kepada orang lain, siswa tersebut memiliki kepribadian yang matang, jujur, sportif, dan percaya diri.

Menurut Yusuf (1987:83),”motivasi intrinsik merupakan sumber tenaga yang paling tahan lama, karena siswa merasa senang dan puas dalam belajar dan dapat merasakan kesegaran jasmaninya meningkat dari kondisi sebelumnya, sehingga dalam pengelolaan kelas proses belajar mengajar pendidikan jasmani hendaknya dapat memperhatikan faktor-faktor yang tumbuh dari motivasi intrinsik.

Indikator-indikator yang termasuk dalam motivasi berasal dari faktor psikis atau dalam diri, menurut pendapat Prayitno (1989:10) mengemukakan adalah minat, ketajaman perhatian, konsentrasi, dan ketekunan. Sedangkan Winkel (1984:43) mengemukakan “sikap, perasaan, minat dan kondisi akibat keadaan kultural/ekonomis”. Dengan demikian, memperhatikan beberapa pendapat tersebut diatas, maka dapatlah disimpulkan bahwa indikator motivasi intrinsik adalah ; sikap, perasaan, minat, bakat, kebutuhan.

Sikap seorang individu dalam menerima dan menolak suatu kesan objek berdasarkan pertimbangan yang baik maupun yang tidak baik. Mappiere (1982:58) mendefinisikan : “sikap sebagai kecenderungan yang relative stabil yang dimiliki seseorang dalam bereaksi (baik reaksi yang positif maupun yang negatif) terhadap diri sendiri orang lain,

benda, situasi/kondisi sekitarnya”. Kemudian perasaan menurut Soemanto (1990:35) yaitu “perasaan sebagai suasana psikis yang mengambil bagian pribadi dalam situasi, dengan jalan membuka diri terhadap sesuatu hal yang berbeda dengan keadaan atau nilainya dalam diri”.

Indikator lain yang mempengaruhi motivasi intrinsik adalah minat. Minat merupakan suatu kekuatan kehendak yang dapat diartikan sebagai kekuatan guna memilih dan menetapkan tujuan tertentu. Menurut Mappiere (1982:62) “minat merupakan suatu sepe rangkat mental yang terdiri dari suatu campuran perasaan, harapan pendirian, prasangka, rasa takut, atau kecenderungan-kecenderungan lain yang mengarahkan individu kepada suatu pilihan tertentu.

Sementara Sukardi (1984:46) “minat adalah suatu seperangkat mental yang terdiri dari kombinasi perpaduan dan campuran dari perasaan, harapan, prasangka, cemas, takut, dan kecenderungan lain yang bisa mengarah individu kepada suatu pilihan tertentu”. Menurut Zaidan dan Bakaruddin (1981:5) ada beberapa cara yang dapat dilakukan untuk menimbulkan minat siswa, yaitu :

- “1. Membangkitkan suatu kebutuhan, misalnya untuk mendapatkan ijazah, kedudukan, penghargaan dan lain-lain.
2. Menghubungkan dengan pengalaman yang lampau.
3. Memberikan kesempatan untuk mencapai hasil yang baik, hal ini bahan pelajaran harus disesuaikan dengan kesanggupan individu.
4. Menggunakan berbagai macam bentuk mengajar, misalnya kerja kelompok.

Kemudian bakat juga merupakan indikator yang penting yang dapat mempengaruhi motivasi intrinsik. Menurut Suryabrata (1984:165) mendefinisikan ‘bakat merupakan suatu kondisi, suatu kualitas yang dimiliki individu, yang memungkinkan individu itu untuk berkembang pada masa yang akan datang’. Dengan demikian bakat merupakan suatu potensi pada diri seseorang yang memungkinkannya dengan suatu latihan khusus mencapai kecakapan, pengetahuan dan keterampilan khusus. Dalam kaitannya dengan pembelajaran, tentu siswa yang berbakat pada suatu bidang dapat diharapkan akan memperoleh hasil yang memuaskan bila dibandingkan dengan siswa yang kurang atau tidak berbakat dalam bidang tersebut. Selanjutnya indikator kebutuhan juga merupakan suatu hal yang dapat mempengaruhi motivasi intrinsik.

2) Motivasi Ekstrinsik dan Faktor yang mempengaruhinya

Hendri (1985:101) mengartikan bahwa motivasi ekstrinsik adalah “dorongan yang berasal dari luar individu yang menyebabkan individu tersebut berpartisipasi dalam suatu kegiatan”. Menurut Prayitno (1989:14) banyak sekali siswa yang dorongan belajarnya motivasi ekstrinsik. Mereka memerlukan perhatian dan pengarahan serta dorongan yang khusus dari guru.

Sementara Winkel (1984:100) motivasi ekstrinsik adalah dorongan yang berasal dari luar individu. Dengan demikian timbulnya motivasi ekstrinsik tidak dilandasi oleh kondisi yang ada dalam diri siswa, melainkan keberadaannya akibat rangsangan dari faktor luar,

sehingga tujuan yang hendak dicapai dari aktivitas tersebut berada diluar proses.

Dengan adanya motivasi ekstrinsik akan menggerakkan dan mendorong siswa dalam mencari tujuan yang telah ditetapkan. Semakin tinggi makna yang hendak dicapainya, akan berpengaruh terhadap kuatnya tingkat motivasi yang ditimbulkan. Seorang guru dalam usaha yang membangun tingkat motivasi siswanya secara efektif, yang dilakukan adalah dengan mempelajari kebutuhan secara individual sehingga dapat menggunakan strategi pengajaran yang sesuai dengan kebutuhan siswanya.

Bertolak dari beberapa pendapat para ahli tersebut ternyata banyak memiliki kesamaan dalam indikator ekstrinsik, sehingga indikator-indikator motivasi ekstrinsik dapat terdiri atas: pujian, pemberitahuan perkembangan belajar, hadiah, hukuman, penghargaan, dan persaingan. Kebutuhan akan pujian bagi setiap individu sangatlah dibutuhkan karena pada hakekatnya tindakan-tindakan yang dilakukan adalah bertujuan untuk memenuhi kebutuhan baik secara fisik maupun psikis. Salah satu motif belajar menurut Winkel (1984:29) adalah untuk mendapatkan pujian dari orang lain kalau hasil belajar baik.

Salah satu motivasi belajar adalah untuk memperoleh hadiah material yang telah dijanjikan kalau belajar dengan rajin Winkel (1984:28) pemberian hadiah kepada siswa yang berhasil mengikuti suatu materi tertentu akan dapat menimbulkan dan mendorong serta

memperkuat tingkah laku positif yang telah dilakukannya sehingga memiliki kecenderungan untuk mengulangnya kembali. Penghargaan yang diberikan dalam bentuk hadiah material akan mempunyai makna tersendiri bagi siswa karena bentuknya yang lebih kongkrit. Prayitno (1984:28) menjelaskan “pemberian hadiah dalam bentuk verbal tidak lebih baik dari pada hadiah dalam bentuk benda-benda atau angka. Dengan hadiah dalam bentuk verbal kurang berpengaruh dibandingkan dengan hadiah dalam benda atau angka.

Kemudian hukuman juga dapat mempengaruhi motivasi ekstrinsik, menurut Winkel (1984:28) adalah untuk menghindari hukuman yang telah diancamkan kalau tidak belajar. Pemberian hukuman menurut pandangan beberapa orang ahli lebih cenderung memberikan pengaruh kejiwaan yang negatif, jika hendak dibandingkan dengan harapan ingin menumbuhkan motivasi dari siswa yang mengalaminya. Perbaiki tingkah laku siswa yang salah tidak tahu, tercela, dan sejenisnya dapat dilakukan pemberian sanksi hukuman, karena hukuman dapat mengatasi tingkah laku yang tidak diinginkan dalam waktu singkat (Soemanto, 1990:204).

Selanjutnya penghargaan juga dapat mempengaruhi motivasi ekstrinsik, pengembangan motivasi menentukan kemampuan guru untuk membentuk kebiasaan siswa agar dapat memusatkan perhatian dan melahirkan idenya dengan memberikan penghargaan bila siswa menunjukkan peningkatan prestasi setelah mengikuti proses belajar

mengajar. Prayetno (1989:65) ada beberapa syarat yang efektif untuk meningkatkan motivasi dengan penghargaan antara lain :

“1) hendaknya diberikan kepada setiap anak yang menempatkan usaha-usaha yang meningkatkan dalam menyelesaikan tugas, jangan memberikan penghargaan secara acak atau random. 2) penghargaan hendaknya diberikan kepada prestasi usaha yang amat hebat, bukan sekedar reaksi-reaksi yang positif secara umum. 3) penghargaan yang diberikan guru hendaklah spontan, bermacam-macam bentuknya dan menunjukkan keyakinan guru kelas dengan keberhasilan siswa. 4) penghargaan hendaklah diberikan untuk siswa yang menunjukkan peningkatan usaha yang memenuhi kriteria yang telah ditentukan.

Tujuan memberikan penghargaan hendaknya menggambarkan kesuksesan usaha dan seberapa besar kemampuan yang dimiliki siswa tersebut. Hal ini bukan hanya dilatar belakangi oleh kemampuan tetapi karena adanya keinginan untuk melakukan usaha sehingga meninggalkan kesan yang berarti dalam diri. Dengan demikian pemberian penghargaan tersebut bukan dalam rangka membandingkan diri antara siswa sehingga dapat mengakibatkan timbulnya rasa persaingan yang tidak sehat.

Faktor lain yang dapat mempengaruhi motivasi ekstrinsik adalah persaingan. Dalam rangka pengembangan motivasi pada siswa yang menggunakan metode-metode dan sugesti yang negatif serta bersifat sosial perlu dihindarkan. Tapi yang penting adalah bagaimana melakukan pembinaan pribadi siswa agar terbentuk konsep-konsep yang mulia, luhur, dan dapat diterima masyarakat.

Menurut Suryabrata (1984:76) “persaingan yang sehat baik antara individu maupun antara kelompok, dapat meningkatkan motivasi untuk

belajar”. Membangkitkan motivasi dari rasa persaingan menurut pandangan beberapa para ahli dapat berakibat negative terhadap kepribadian siswa yang terlibat dalam proses tersebut, karena dengan adanya forum yang kompetitif menimbulkan pertentangan antara siswa, rasa iri, perasaan ingin mengalahkan, dan konflik yang terjadi dalam diri siswa itu sendiri. Siswa akan merasa dihantui oleh ketegangan-ketegangan dalam rangka mengalahkan keinginan saingan.

3. Hasil Belajar siswa

a. Pengertian Hasil Belajar

Dalam keseluruhan proses pendidikan di sekolah, kegiatan belajar merupakan kegiatan yang paling pokok. Ini berarti bahwa hasil pencapaian tujuan pendidikan banyak tergantung kepada bagaimana proses belajar yang dialami oleh siswa sebagai peserta didik. Hasil belajar merupakan tolak ukur yang dapat digunakan untuk menentukan tingkat keberhasilan siswa dalam memahami suatu materi pembelajaran, misalnya saja dalam memahami materi pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SD Negeri 03 XIV Koto Desa Pauh Terenja Kecamatan XIV Koto Kabupaten Mukomuko.

Menurut Departemen Pendidikan dan Kebudayaan (1980) “Hasil belajar siswa tersebut dapat diperoleh dengan mengadakan Evaluasi, dimana evaluasi itu merupakan bagian dari kegiatan belajar mengajar”. Seseorang dapat dikatakan berhasil dalam belajar apabila terjadi perubahan tingkah laku di dalam dirinya, baik dalam bentuk pengetahuan dan keterampilan

maupun dalam bentuk sikap dan nilai positif. Ahli pendidikan modern merumuskan belajar sebagai suatu bentuk pertumbuhan atau perubahan dalam diri seseorang yang dinyatakan dalam cara-cara bertingkah laku yang baru berkat pengalaman dan latihan. Belajar adalah setiap perubahan dari tingkah laku, yang bukan merupakan pendewasaan/pematangan, atau yang disebabkan oleh kondisi sementara dari organisasi. Dan juga merupakan aktivitas yang menghasilkan perubahan pada diri individu orang yang belajar baik aktual maupun potensial. Belajar adalah suatu proses yang mengarah pada kemungkinan perubahan tingkah laku yang hasilnya bertahan relative lama, berdasarkan pada penerimaan dan pengolahan informasi.

Dari pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa belajar adalah suatu situasi stimulus bersama dengan ingatan mempengaruhi pola pikir siswa sedemikian rupa sehingga perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan sebagai hasil dari pengalamannya sendiri dalam berinteraksi dengan lingkungannya. Dapat juga diartikan perbuatannya berubah dari waktu sebelum ia mengalami situasi itu kepada waktu sesudah ia mengalami interaksi.

Perubahan yang terjadi dalam diri siswa banyak sekali, baik sifat maupun jenisnya karena itu sudah tentu setiap perubahan dalam diri seseorang merupakan perubahan dalam arti belajar. Perubahan yang terjadi dalam belajar akan menyebabkan perubahan yang berikutnya, perubahan ini disebut hasil belajar.

Untuk mengetahui tingkat keberhasilan belajar dapat diukur dengan menggunakan tes. Tes hasil ini digunakan untuk melihat hasil belajar yang dicapai siswa dalam mempelajari suatu mata pelajaran yang diajarkan di sekolah. Di sekolah hasil belajar dalam mata pelajaran dilambangkan dengan angka-angka atau huruf, seperti angka 10 - 100

b. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Hasil Belajar

Keberhasilan seseorang dalam belajar dipengaruhi oleh banyak faktor. Faktor-faktor tersebut dapat bersumber dari dalam diri atau dari luar dirinya. Menurut Depdikbud (1993:6) belajar dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor eksternal dan faktor internal siswa itu sendiri. Selanjutnya kedua faktor ini dapat diuraikan secara rinci, sebagai berikut:

1. Faktor Internal

Faktor internal yang mempengaruhi hasil belajar siswa dapat di kelompokkan menjadi dua kelompok yaitu:

a) Kondisi Fisiologis

Kondisi fisiologis pada umumnya sangat berpengaruh terhadap kemampuan belajar seseorang. Orang yang sehat jasmaninya akan berbeda cara belajarnya dengan orang yang sedang kelelahan. Anak-anak yang kurang gizi ternyata kemampuan belajarnya di bawah anak-anak yang baik gizinya, selain kondisi fisiologis umum juga tak kalah pentingnya adalah kondisi panca indera yaitu penglihatan dan pendengaran.

b) Kondisi Psikologis

Beberapa faktor psikologis yang berpengaruh terhadap proses belajar adalah minat, kecerdasan, bakat, motivasi dan kemampuan kognitif.

2. Faktor Eksternal

Selain faktor internal yang diuraikan diatas, faktor eksternal juga berpengaruh terhadap hasil belajar siswa. Depdikbud (1993:6) menyatakan bahwa faktor eksternal ini dapat dikelompokkan menjadi dua yaitu:

a) Faktor-faktor Lingkungan

Faktor-faktor lingkungan dapat berupa lingkungan alami dan lingkungan sosial. Lingkungan alami seperti keadaan suhu, kelembaban udara, dimana di Indonesia orang cenderung berpendapat bahwa belajar pada pagi hari akan lebih baik hasilnya dari pada belajar pada sore hari.

b) Faktor Instrumental

Faktor instrumental adalah faktor yang pengadaan dan penggunaannya dirancang sesuai dengan hasil belajar yang diharapkan. Faktor ini diharapkan dapat berfungsi sebagai sarana untuk mencapai tujuan belajar yang direncanakan.

Jadi, jelas jika kesegaran jasmani sudah mendukung untuk beraktivitas dalam kehidupan sehari-hari tanpa mengalami kelelahan yang berarti, bahkan untuk mengikuti penjasorkes, tentu saja bisa dilakukan

dengan leluasa, sehingga siswa-siswi akan lebih termotivasi lagi untuk melakukan berbagai bentuk gerakan dalam penjasorkes, dan pencapaian hasil belajar lebih maksimal lagi, apalagi dalam upaya pencapaian tujuan pendidikan nasional, dimana mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktifitas jasmani, olahraga dan kesehatan, tentu lebih efektif dan efisien lagi untuk diterapkan.

B. Kerangka Konseptual

Tingkat kebugaran jasmani yang baik dapat membantu seseorang untuk menyelesaikan tugas sehari-hari dengan tidak menimbulkan kelelahan berarti, karena semakin tinggi pula kesanggupan dan kemampuan bagi siswa yang sedang berkembang dan tumbuh, peranan kebugaran jasmani bukan saja untuk dapat melakukan tugas, tetapi untuk meningkatkan kemampuan belajar dengan baik.

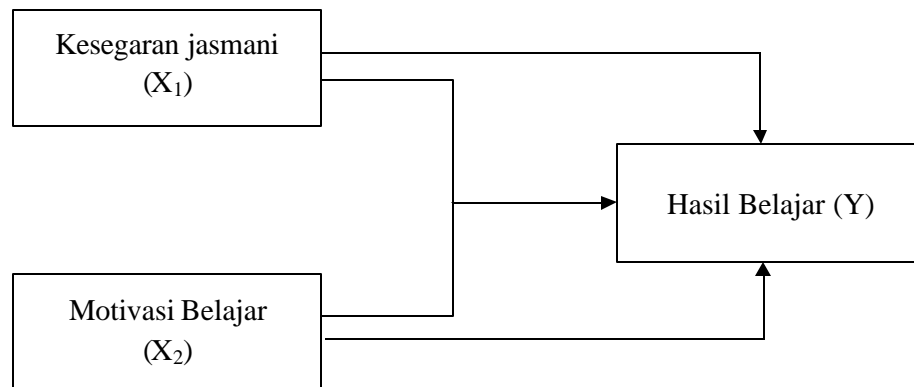
Berdasarkan uraian diatas maka dapat diambil kesimpulan bahwa antara kebugaran jasmani siswa dan motivasi belajar terhadap hasil belajar siswa mempunyai keterkaitan atau hubungan yang erat sekali. Semakin baik tingkat kebugaran jasmani seorang siswa otomatis siswa tersebut termotivasi untuk berkegiatan maka makin baik pula hasil belajar siswa tersebut. Sebaliknya, semakin kurang baik tingkat kebugaran jasmani siswa maka siswa tidak termotivasi untuk belajar maka hasil belajar siswa juga akan tidak bagus.

Untuk itu perlu kiranya hal itu menjadi perhatian bagi semua guru dalam meningkatkan kualitas dan kuantitas mutu pendidikan, khususnya dalam

pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SDN 03 XIV Koto Desa Pauh Terenja Kecamatan XIV Koto Kabupaten Mukomuko.

Untuk lebih jelasnya hubungan kebugaran jasmani dan motivasi belajar siswa terhadap hasil belajar siswa dalam pembelajaran tersebut dapat dilihat pada gambar 1 berikut:

Gambar 1. Kerangka konseptual



C. Hipotesis

Berdasarkan kajian teori dan kerangka konseptual yang telah dikemukakan diatas, maka hipotesis penelitian ini adalah:

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara kebugaran jasmani siswa dengan hasil belajar di SD 03 XIV Koto Desa Pauh Terenja Kecamatan XIV Koto Kabupaten Mukomuko.
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi belajar dengan hasil belajar siswa di SD 03 XIV Koto Desa Pauh Terenja Kecamatan XIV Koto Kabupaten Mukomuko.

3. Terdapat hubungan yang signifikan antara kesegaran jasmani dan motivasi belajar terhadap hasil belajar siswa di SD 03 XIV Koto Desa Pauh Terenja Kecamatan XIV Koto Kabupaten Mukomuko.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini termasuk jenis penelitian korelasional yang bertujuan untuk mengetahui hubungan variabel bebas dengan variabel terikat. Data yang diambil langsung dari variabel-variabel yang diteliti. Ada dua variabel dalam penelitian ini yaitu variabel bebas kesegaran jasmani siswa (X_1) dan motivasi belajar (X_2) dan variabel terikat adalah hasil belajar siswa (Y).

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SD 03 XIV Koto Desa Pauh Terenja Kecamatan XIV Koto Kabupaten Mukomuko, Desember 2011 sampai Januari 2012.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Menurut Arikontoro (2002) menyatakan "Populasi adalah keseluruhan dari subjek yang akan diteliti". Dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SD 03 XIV Koto Desa Pauh Terenja Kecamatan XIV Koto Kabupaten Mukomuko terdiri dari 95 orang siswa laki-laki dan 68 orang siswa perempuan, jumlah keseluruhan 163 orang siswa. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 1. **Populasi**

| Kelas | Jenis Kelamin | | Jumlah |
|---------------------|-----------------|-----------------|------------------|
| | Laki-laki | Perempuan | |
| I | 19 Orang | 13 Orang | 32 Orang |
| II | 18 Orang | 9 Orang | 27 Orang |
| III | 12 Orang | 12 Orang | 24 Orang |
| IV | 11 Orang | 15 Orang | 26 Orang |
| V | 12 Orang | 14 Orang | 26 Orang |
| VI | 17 Orang | 11 Orang | 28 Orang |
| Jumlah Total | 89 Orang | 74 Orang | 163 Orang |

Sumber : TU SD 03 XIV Koto Desa Pauh Terenja Kecamatan XIV Koto Kabupaten Mukomuko.

2. Sampel

Sampel secara sederhana diartikan sebagai bagian dari populasi yang akan dijadikan sebagai sumber data dalam suatu penelitian. Sampel dalam penelitian ini diambil dengan menggunakan teknik purposive sampling yaitu “pengambilan sampel didasarkan pada maksud yang telah ditetapkan sebelumnya atau dengan pertimbangan-pertimbangan tertentu” (Yusuf, 2005:105).

Sedangkan sampel dalam penelitian ini kelas V di SD 03 XIV Koto Desa Pauh Terenja Kecamatan XIV Koto Kabupaten Mukomuko, yang berjumlah 26 orang yang termasuk dalam kategori umur 10-12 tahun, oleh karena tes kebugaran jasmani yang digunakan TKJI maka diambil kelas V saja. Kelas VI dipersiapkan untuk ujian akhir, kelas ini tidak diberikan izin oleh kepala sekolah untuk dijadikan sampel dalam penelitian ini, sedangkan kelas I, II III dan IV juga tidak diikuti sertakan dalam penelitian ini karena usia yang kurang memenuhi syarat tes kebugaran jasmani, dan dianggap kurang

bisa memahami berbagai pertanyaan dan pernyataan dalam angket yang akan disebarkan untuk mengetahui tingkat motivasi belajar dalam pembelajaran. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 2. **Sampel**

| Kelompok/Kelas | Jenis Kelamin | | Jumlah |
|-----------------------|----------------------|------------------|-----------------|
| | Laki-laki | Perempuan | |
| V | 12 orang | 14 orang | 26 orang |
| Jumlah | 12 orang | 14 orang | 26 orang |

Sumber : TU SD 03 XIV Koto Desa Pauh Terenja Kecamatan XIV Koto Kabupaten Mukomuko.

D. Jenis dan Sumber Data

1. Jenis Data

Jenis data yang diperlukan dalam penelitian adalah data primer dan data sekunder. Data primer adalah data yang diambil langsung oleh peneliti melalui penyebaran angket (kuesioner) dan tes kesegaran jasmani. Sedangkan data sekunder adalah data yang diperoleh dari rapor siswa kelas V di SD 03 XIV Koto Desa Pauh Terenja Kecamatan XIV Koto Kabupaten Mukomuko.

2. Sumber Data

Untuk mendapatkan data yang diperlukan dalam penelitian ini bersumber dari :

- a) Siswa SD 03 XIV Koto Desa Pauh Terenja Kecamatan XIV Koto Kabupaten Mukomuko.
- b) Guru penjasorkes SD 03 XIV Koto Desa Pauh Terenja Kecamatan XIV Koto Kabupaten Mukomuko.

- c) Wali kelas V SD 03 XIV Koto Desa Pauh Terenja Kecamatan XIV Koto Kabupaten Mukomuko.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Tes kesegaran Jasmani untuk mengetahui tingkat kesegaran jasmani, penyebaran angket untuk mengetahui tingkat motivasi belajar siswa dan teknik dokumentasi dari rapor siswa untuk memperoleh data hasil belajar.

F. Instrument Penelitian

1. Untuk mengambil data hasil belajar dari rapor semester.
2. Untuk mengambil data motivasi belajar siswa melalui angket (kuesioner).

Penyebaran angket (kuesioner) menggunakan skala likert untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang tentang kejadian atau gejala sosial. Jika pernyataan bernilai positif, responden menjawab “SS” maka nilai yang didapat 4, jika jawabannya “S” nilainya 3, jika jawabannya “KS” nilainya 2, dan jika jawabannya “TS” nilainya 1. Jika pernyataan bernilai negatif, responden menjawab “SS” maka nilai yang didapat 1, jika jawabannya “S” nilainya 2, jika jawabannya “KS” nilainya 3, dan jika jawabannya “TS” nilainya 4.

3. Untuk mengetahui tingkat kesegaran jasmani siswa dilakukan tes kesegaran jasmani yaitu tes kesegaran jasmani dalam buku Arsil (2010) untuk anak yang berumur 10 – 12 tahun putra dan putri. Tes ini terdiri dari :

1. Lari 40 meter
2. Gantung siku tekuk
3. Baring duduk 30 detik
4. Loncat tegak
5. Lari 600 meter

a. Tujuan

Untuk mengukur kemampuan dan kesanggupan fisik seseorang siswa.

b. Petunjuk tes

1) Peserta

- a) Tes ini memerlukan tenaga oleh sebab itu peserta harus benar-benar dalam keadaan sehat dan siap melaksanakan tes.
- b) Diharapkan sudah makan sedikitnya 2 (dua) jam sebelum melaksanakan tes.
- c) Disarankan memakai pakaian olahraga lengkap.
- d) Hendaknya mengerti dan memahami cara pelaksanaan tes.
- e) Diharapkan melakukan pemanasan lebih dulu sebelum melakukan tes.
- f) Jika tidak dapat melaksanakan salah satu jenis tes atau lebih dinyatakan gagal atau tidak mendapat nilai.

2) Petugas

- a) Harap memberikan pemanasan terlebih dahulu.
- b) Memberikan kesempatan kepada peserta untuk mencoba gerakan-gerakan.

- c) Harap memperhatikan perpindahan pelaksanaan butir tes satu ke butir berikutnya secepat mungkin.
- d) Harap memberikan nomor dada yang jelas dan mudah dilihat petugas.
- e) Bagi peserta yang tidak dapat melakukan satu butir tes atau lebih tidak diberi nilai.
- f) Untuk mencatat hasil tes dapat mempergunakan formulir tes perorangan atau gabungan.

c. Petunjuk Pelaksana Tes.

1) Lari 40 Meter

a) Tujuan

Tes ini bertujuan untuk mengukur kecepatan.

b) Alat dan fasilitas

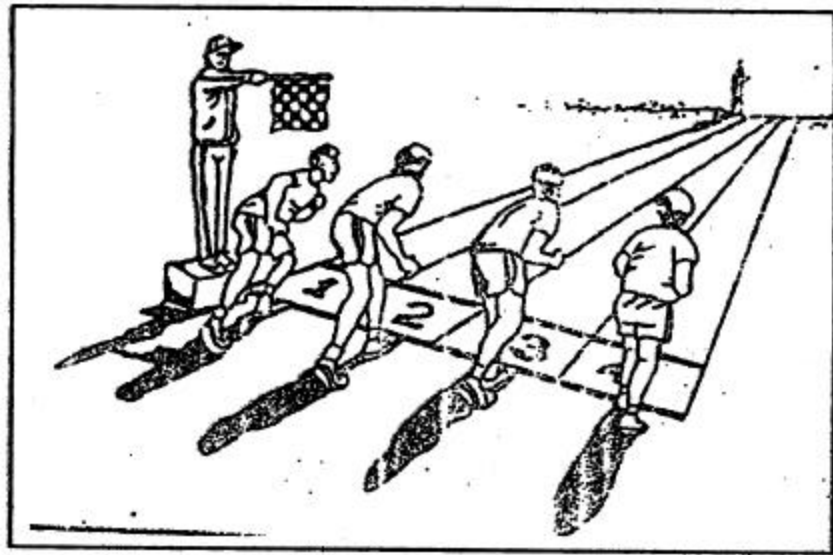
Lintasan datar, tidak licin, berjarak 40 meter, bendera start, pluit, tiang pancang, stopwatch, serbuk kapur, dan alat tulis

c) Petugas Tes

Petugas keberangkatan, pengukur waktu merangkap pencatat hasil, pencatat hasil

d) Pelaksanaan

Sikap start dilakukan dengan star berdiri aba-aba “bersedia” peserta tes sudah dan siap di belakang garis start.



Gambar 2. Posisi star lari 40 meter

Sumber : Arsil (2010:12-64), *Evaluasi Penjas Dan Olahraga. FIK UNP*

e) Gerakan

Pada Aba-aba “SIAP” peserta berkonsentrasi dan siap untuk berlari. Pada aba-aba “YA” peserta lari secepat mungkin menuju garis finish, menempuh jarak 40 meter. Lari bisa diulang apabila: pelari mencuri start, pelari tidak melewati garis finish, pelari terganggu dengan pelari lain

f) Pengukur Waktu

Pengukuran waktu dilakukan dari saat bendera diangkat sampai pelari melintasi garis finish

g) Pencatat Hasil

Hasil yang dicatat adalah waktu yang dicapai oleh pelari untuk menempuh jarak 40 meter dalam satuan waktu detik. Waktu dicatat satu angka di belakang koma.

2) Tes Gantung Siku Tekuk

a) Tujuan

Tes ini bertujuan untuk mengukur kekuatan otot lengan dan otot bahu.

b) Alat dan Fasilitas

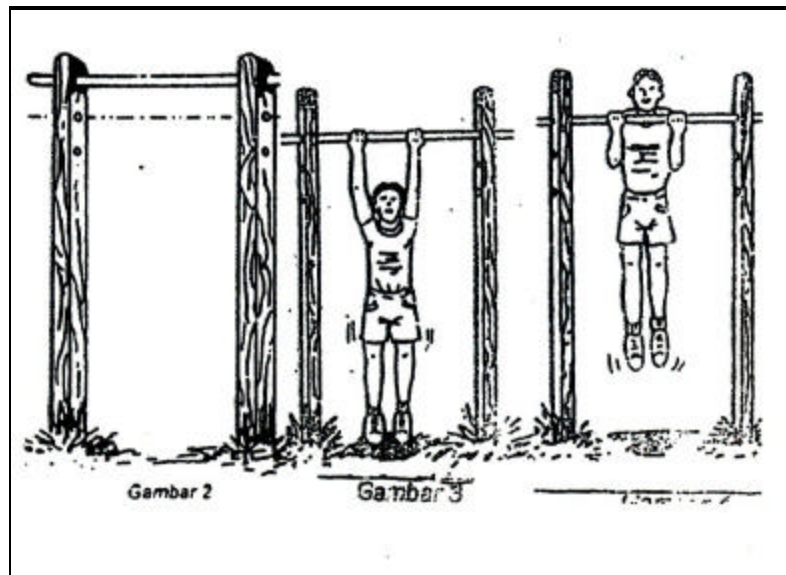
Palang tunggal, stopwatch, serbuk kapur, alat tulis.

c) Petugas Tes

Pengamat waktu, penghitung gerakan, pencatat hasil.

d) Pelaksanaan

Sikap permulaan, peserta berdiri di bawah palang tunggal kedua berpegang pada palang tunggal selebar bahu pegangan telapak tangan menghadap kearah kepala.



Gambar 3. Tes gantung siku tekuk

Sumber : Arsil (2010:12-64), *Evaluasi Penjas Dan Olahraga*. FIK UNP

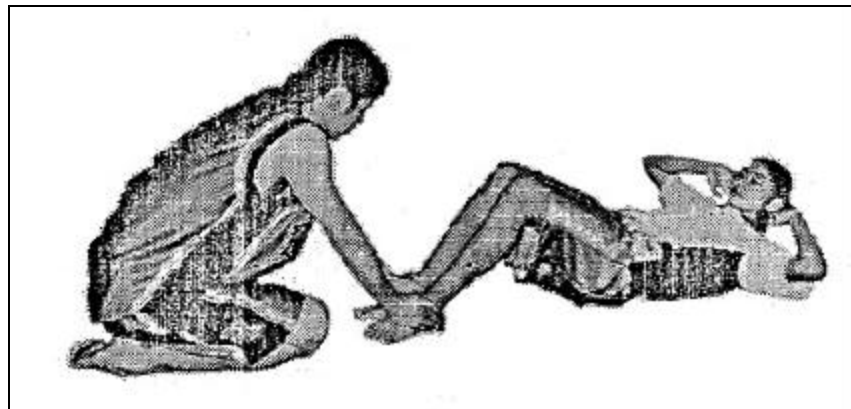
e) Gerakan

Dengan bantuan tolakan kedua kaki, peserta mengangkat badan ke atas sampai mencapai sikap bergantung siku ditekuk, dagu berada diatas palang tunggal, kedua kaki lurus sikap tersebut dipertahankan selama mungkin.

f) Pencatat Hasil

Hasil yang dicatat adalah waktu yang dicapai oleh peserta untuk mempertahankan sikap tersebut diatas dalam satuan waktu detik.

3) Baring Duduk 30 Detik



Gambar 4. Sikap Permulaan Baring Duduk

Sumber : *Arsil (2010: 12-64), Evaluasi Penjas Dan Olahraga. FIK UNP*

a) Tujuan

Tes ini bertujuan untuk mengukur kekuatan dan ketahanan otot perut.

b) Alat dan fasilitas

Lantai / lapangan rumput yang rata dan bersih, stopwatch tulis, alas / matras.

c) Petugas Tes

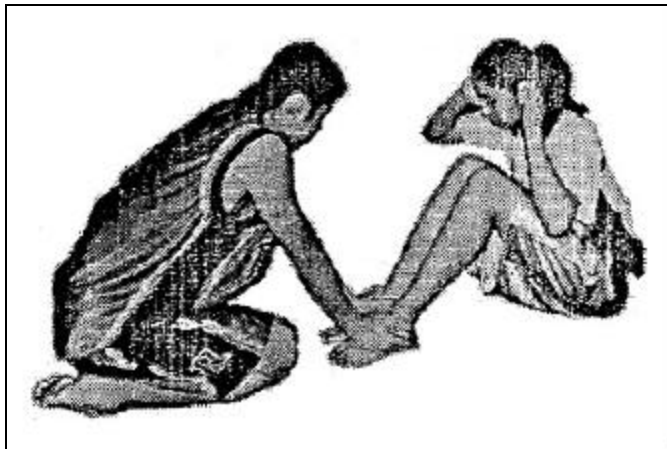
Pengamat waktu, penghitung gerakan, pencatat hasil.

d) Pelaksanaan

Sikap permulaan, berbaring telentang di lantai atau rumput kedua lutut ditekuk dengan sudut $\pm 90^0$ kedua tangan jari-jarinya bersilang selip, diletakkan di belakang kepala. Petugas memegang atau menekan kedua pergelangan kaki agar kaki tidak terangkat.

e) Gerakan

Aba-aba “YA” peserta bergerak mengambil sikap duduk, sampai kedua sikunya menyentuh kedua paha kemudian kembali bersikap permulaan.



Gambar 6. Sikap Duduk dengan kedua siku menyentuh paha
Sumber : Arsil (2010:12-64), *Evaluasi Penjas Dan Olahraga*. FIK UNP

Gerakan ini dilakukan berulang-ulang dengan cepat tanpa istirahat selama 30 detik

f) Pencatat hasil

Hasil yang dihitung dan dicatat adalah jumlah gerakan berbaring yang dapat dilakukan dengan sempurna 30 detik. Peserta yang tidak mampu melakukan tes berbaring duduk ini, hasilnya ditulis dengan angka 0 (nol)

4) Loncat Tegak

a) Tujuan

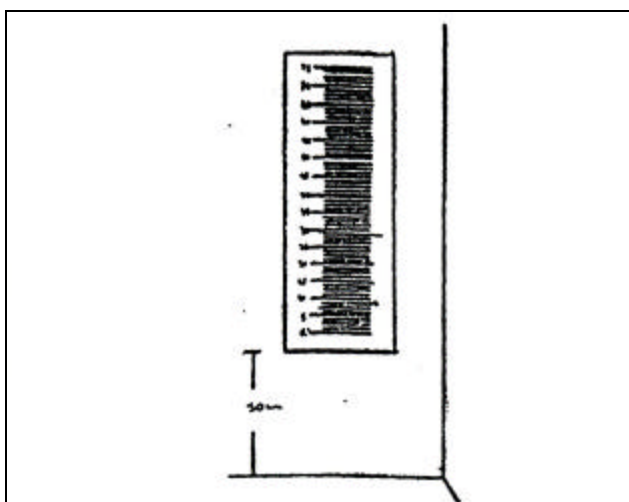
Tes ini bertujuan untuk mengukur Tenaga Explosive.

b) Alat dan fasilitas

Papan berskala sentimeter, warna gelap, berukuran 30 x 150 cm, dipasang pada dinding yang rata atau tiang jarak antara lantai dengan angka 0 (nol) pada skala 150 cm, serbuk kapur, alat penghapus papan tulis, alat tulis.

c) Petugas Tes

Pengamat dan pencatat hasil

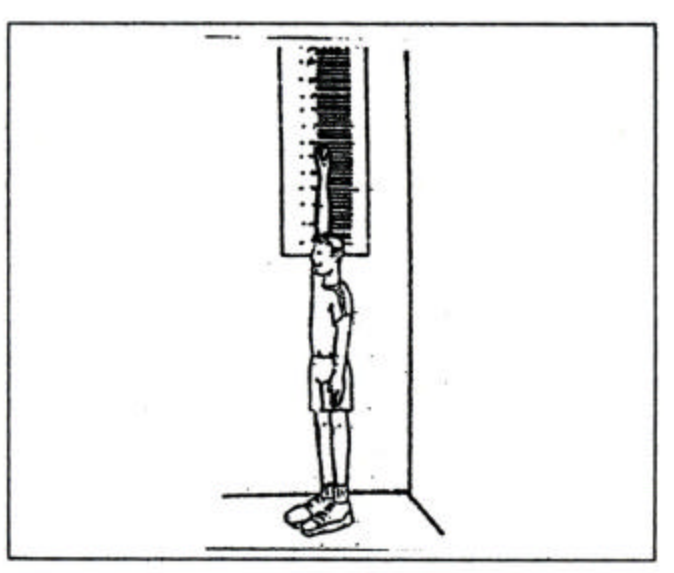


Gambar 7. Papan Loncat Tegak

Sumber : Arsil (2010:12-64), Evaluasi Penjas Dan Olahraga. FIK UNP

d) Pelaksanaan

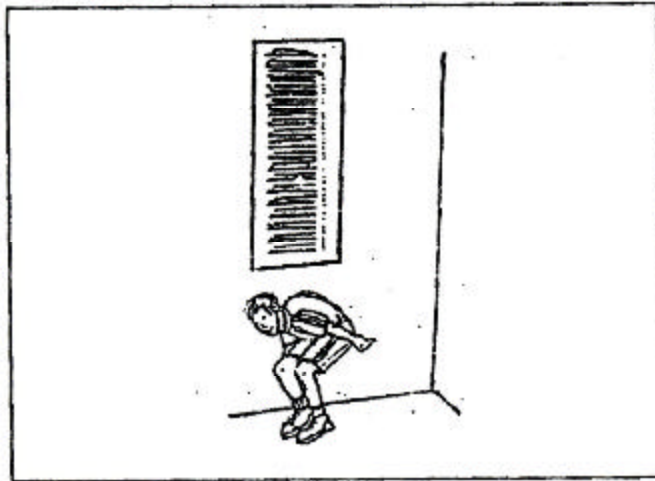
Terlebih dahulu ujung jari tangan peserta diolesi serbuk kapur atau magnesium karbonat. Peserta berdiri tegak dekat dinding, kaki rapat, papan berskala berada disamping kiri atau kanannya, kemudian tangan yang dekat dinding diangkat lurus ke atas, telapak tangan ditempelkan pada papan berskala, sehingga meninggalkan bekas raihan jarinya.



Gambar 8. Sikap menentukan raihan tegak

Sumber : Arsil (2010:12-64), *Evaluasi Penjas Dan Olahraga*. FIK UNP

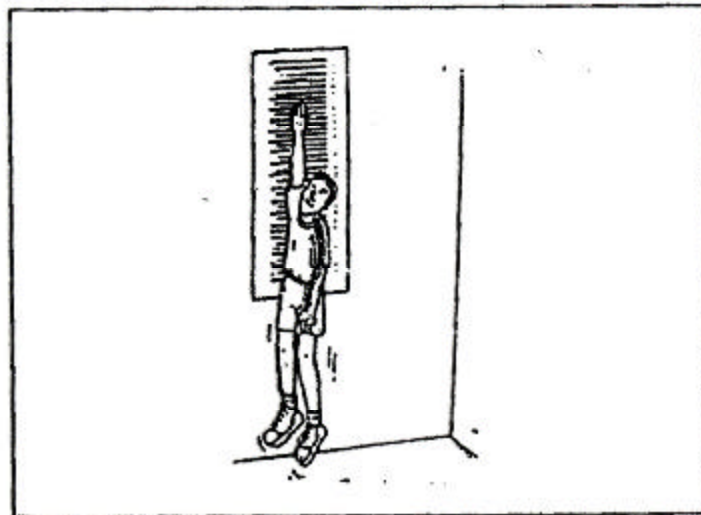
Gerakannya, peserta mengambil awalan dengan sikap menekukkan lutut dan kedua lengan diayun ke belakang kemudian peserta meloncat setinggi mungkin sambil menepuk papan dengan tangan yang terdekat sehingga menimbulkan bekas



Gambar 9. Sikap awalan loncat tegak

Sumber : Arsil (2010:12-64), *Evaluasi Penjas Dan Olahraga. FIK UNP*

Ulangi loncat ini sampai 3 kali berturut-turut



Gambar 10. Gerakan loncat tegak

Sumber : Arsil (2010:12-64), *Evaluasi Penjas Dan Olahraga. FIK UNP*

e) Pencatat hasil

Selisih raihan loncatan dikurangi raihan tegak, ketiga selisih raihan dicatat

5) Lari 600 meter

a) Tujuan

Tes ini bertujuan untuk mengukur daya tahan jantung peredaran darah dan pernafasan

b) Alat dan fasilitas

Lintasan lari 600 meter, stopwatch, bendera start, peluit, tiang pancang, alat tulis.

c) Petugas tes

Petugas keberangkatan, pengukur waktu, pencatat hasil, pembantu umum.

d) Pelaksanaan

Sikap permulaan peserta berdiri di belakang garis start. Gerakannya, pada aba-aba SIAP peserta mengambil sikap start berdiri, siap untuk lari. Pada aba-aba YA peserta menuju garis finish menempuh jarak 600 meter

Catatan :

Lari diulang bilamana ada pelari yang mencuri start atau pelari tidak melewati garis finish

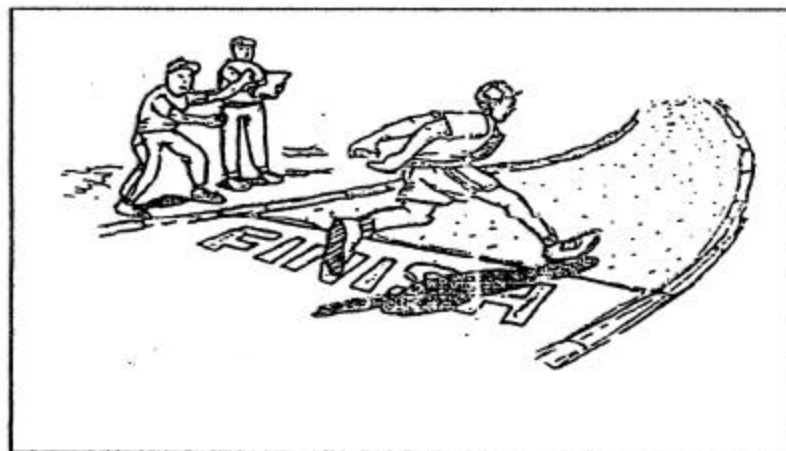


Gambar 11. Posisi Star Lari 600 Meter

Sumber : Arsil (2010:12-64), *Evaluasi Penjas Dan Olahraga. FIK UNP*

e) Pencatat hasil

Pengambilan waktu dilakukan dari saat bendera diangkat sampai pelari tepat melintas garis finish. Hasil yang dicatat adalah waktu dicapai oleh pelari untuk menempuh jarak 600 meter, waktu di catat dalam satuan menit dan detik, contoh penulisan seorang pelari dengan hasil waktu 3 menit 12 detik ditulis 3,12”



Gambar 12. Pencatat hasil

Sumber : Arsil (2010:12-64), *Evaluasi Penjas Dan Olahraga. FIK UNP*

G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang perlu dilakukan yakni : pengujian persyaratan analisis dengan uji normalitas menggunakan uji liliefors data menggunakan uji varians kedua kelompok sampel yang bertujuan untuk mengetahui apakah data digunakan berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan analisis korelasi *product momen* yang bertujuan untuk melihat bentuk hubungan variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y) dimana X_1 = kesegaran jasmani X_2 = motivasi belajar dan Y =hasil belajar penjasorkes. Adapun rumus-rumus tersebut di atas adalah:

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

Dimana :

r_{xy} : Koefesien korelasi skor variabel X dan Variabel Y

r : korelasi

N : Jumlah responden

$\sum X$: Jumlah data variabel X

$\sum Y$: Jumlah data 2variabel Y

$\sum x^2$: Jumlah Data X^2

$\sum y^2$: Jumlah Data Y^2

$\sum XY$: Jumlah hasil kali skor X dan Y

Kemudian dilanjutkan dengan rumus korelasi ganda

$$R_{y.12} = \frac{r_{y1}r_{y2} - r_{12}r_{1y}r_{2y}}{\sqrt{(r_{1y}^2 - r_{12}r_{2y})(r_{2y}^2 - r_{12}r_{1y})}}$$

Statistik pengujian signifikansi korelasi ganda adalah melalui distribusi F

$$F = \frac{r^2 / df_r}{(1 - r^2) / df_{1-r}}$$

Dimana

Ry.12 = Koefisien korelasi ganda

n = Jumlah Sample

k = Jumlah variabel prediktor

BAB IV

ANALISIS HASIL PENELITIAN

A. Verifikasi Data Penelitian

Variabel dalam penelitian ini adalah kebugaran jasmani, motivasi belajar dan hasil belajar. Variabel motivasi belajar menggunakan angket dengan skala *likert*, variabel kebugaran jasmani menggunakan rangkaian Tes Kebugaran Jasmani Indonesia yang terdiri dari lari 40 meter, gantung siku tekuk, baring duduk 30 detik, loncat tegak dan lari 600 meter sedangkan hasil belajar diperoleh dari nilai rapor. Instrumen penelitian (variabel motivasi belajar) menggunakan uji coba terpakai, yaitu langsung diberikan pada sampel yang telah ditetapkan, dengan mengikuti ketentuan, bahwa setiap indikator variabel yang dituangkan dalam bentuk pernyataan diwajibkan lolos 80% memenuhi persyaratan uji validitas (*Arikunto, 1986*).

1. Uji Validitas Butir Instrumen (Variabel Motivasi Belajar)

Validitas instrumen dihitung menggunakan analisis statistik korelasi *product moment*, dengan cara mengkorelasikan antara skor setiap butir instrumen dengan skor total setiap subjek (*Arikunto, 1986:135*). Hasil perhitungan uji validitas 30 item pernyataan, diperoleh korelasi butir-butir pernyataan yang memenuhi persyaratan untuk dianalisis sebagai data penelitian, adalah pernyataan yang mempunyai korelasi (r) >0.388 pada taraf signifikansi α 0.05, sedangkan pernyataan yang mempunyai korelasi < 0.388 , tidak digunakan dalam analisis data penelitian (*Hadi, 1986:360*). Berdasarkan analisis diperoleh butir pernyataan yang dapat

digunakan sebanyak 26 butir, sedangkan butir pernyataan yang dibuang sebanyak 4 butir ($r < 0.388$), karena butir dimaksud dianggap tidak memenuhi persyaratan. Hasil perhitungan masing-masing butir pernyataan dapat dilihat pada lampiran.

2. Reliabilitas Instrumen Penelitian (Variabel Motivasi Belajar).

Untuk memperoleh reliabilitas instrumen penelitian, digunakan metoda belah dua (*split-half method*), dengan asumsi bahwa butir pernyataan yang genap maupun ganjil adalah homogen dan mengukur hal yang sama (Arikunto, 1986). Untuk menghitung tingkat reliabilitas digunakan formulasi korelasi *Product Moment*. Butir-butir pernyataan dibagi menjadi dua belahan. Belahan pertama bernomor ganjil dan belahan ke dua bernomor genap. Kemudian skor masing-masing pernyataan dijumlahkan. Selanjutnya dikorelasikan antara ke dua belahan tersebut. Hasil ini baru mengetahui reliabilitas setengah test, dilanjutkan dengan rumus *Spearman Brown*, maka diperoleh angka korelasi yang menyatakan tingkat reliabilitas suatu test. Hasil perhitungan reliabilitas instrumen penelitian adalah sebesar $0.854 > r_{tab} 0.388$. Hasil lengkap perhitungan dapat dilihat pada lampiran.

B. Deskripsi Data Penelitian

Variabel dalam penelitian ini adalah kesegaran jasmani, motivasi belajar dan hasil belajar siswa Sekolah Dasar Negeri 03 XIV Koto Desa Pauh Terenja Kecamatan XIV Koto Kabupaten Mukomuko. Pengolahan data penelitian disajikan secara berurutan sebagai berikut ;

Tabel 3. Deskripsi Data Penelitian

| Variabel | N | \bar{X} | Std.dev | Min | Mak |
|-------------------|----|-----------|---------|-----|-----|
| Kesegaran Jasmani | 26 | 13.27 | 3.08 | 7 | 19 |
| Motivasi Belajar | 26 | 79.31 | 8.66 | 65 | 97 |
| Hasil Belajar | 26 | 6.50 | 0.58 | 6.0 | 8.2 |

Jelasnya secara deskriptif dapat disajikan sebagai berikut :

1. Kesegaran Jasmani

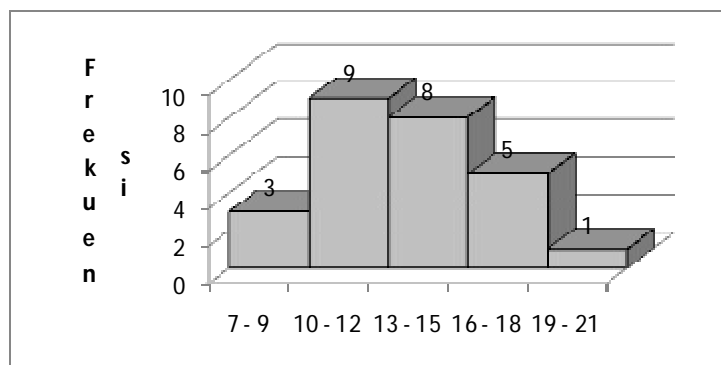
Analisis deskriptif kesegaran jasmani responden penelitian, diperoleh rerata hitung (mean) = 13.27, standar deviasi = 3.08, nilai minimum = 7 dan maksimum = 19. Jelasnya dapat disajikan pada tabel berikut :

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Data Kesegaran Jasmani

| <i>K - I</i> | <i>Fa</i> | <i>Fr</i> |
|--------------|-----------|-----------|
| 7 - 9 | 3 | 11.54 |
| 10 - 12 | 9 | 34.62 |
| 13 - 15 | 8 | 30.77 |
| 16 - 18 | 5 | 19.23 |
| 19 - 21 | 1 | 3.85 |
| ? | 26 | 100.00 |

Ket : Fa = Frekuensi Absolut, Fr = Frekuensi Relatif (%)

Untuk lebih jelasnya dapat digambarkan sebagai berikut ;

**Gambar 13. Histogram Data Kesegaran Jasmani**

Berdasarkan tabel dan histogram di atas terlihat kesegaran jasmani dari 26 orang sampel siswa Sekolah Dasar Negeri 03 XIV Koto Desa Pauh Terenja Kecamatan XIV Koto Kabupaten Mukomuko sebanyak 3 orang responden berada dalam kelas interval 79, 9 orang responden berada dalam interval 10-12, 8 orang responden berada dalam interval 13-15, 5 orang responden berada dalam interval 16-18 dan 1 orang responden berada dalam interval 19-21.

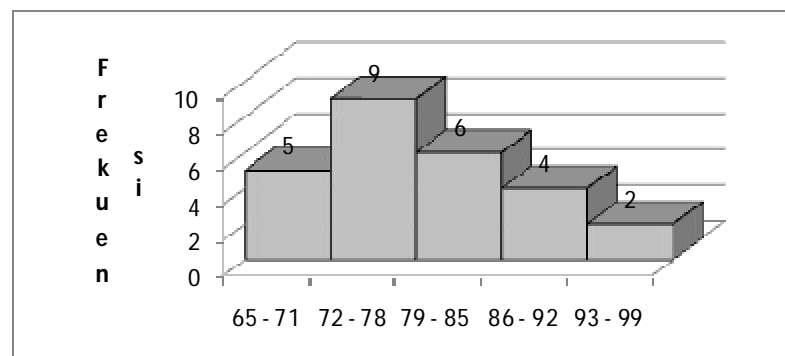
2. Motivasi Belajar

Analisis deskriptif motivasi belajar responden penelitian, diperoleh rerata hitung (mean) = 79.31, standar deviasi = 8.66, nilai minimum = 65 dan maksimum = 97. Jelasnya dapat disajikan pada tabel berikut :

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Data Motivasi Belajar

| K - I | Fa | Fr |
|--------------|-----------|-----------|
| 65 – 71 | 5 | 19.23 |
| 72 – 78 | 9 | 34.62 |
| 79 – 85 | 6 | 23.07 |
| 86 – 92 | 4 | 15.38 |
| 93 – 99 | 2 | 7.69 |
| ? | 26 | 100.00 |

Untuk lebih jelasnya dapat digambarkan sebagai berikut :



Gambar 14. Histogram Data Motivasi Belajar

Berdasarkan tabel dan histogram di atas terlihat motivasi belajar dari 26 orang sampel siswa Sekolah Dasar Negeri 03 XIV Koto Desa Pauh Terenja Kecamatan XIV Koto Kabupaten Mukomuko sebanyak 5 orang responden berada dalam kelas interval 65-71, 9 orang responden berada dalam interval 72-78, 6 orang responden berada dalam interval 79-85, 4 orang responden berada dalam interval 86-92 dan 2 orang responden berada dalam interval 93-99.

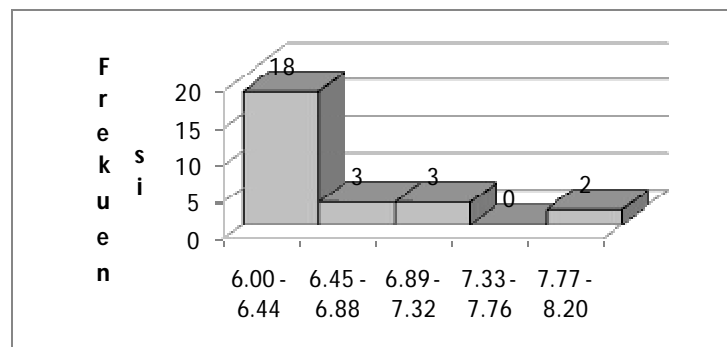
3. Hasil Belajar

Analisis deskriptif hasil belajar responden penelitian, diperoleh rerata hitung (mean) = 6.50, standar deviasi = 0.58, nilai minimum = 6 dan maksimum = 8.2. Jelasnya dapat disajikan pada tabel berikut :

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Data Hasil Belajar

| K – I | <i>Fa</i> | <i>Fr</i> |
|--------------|------------------|------------------|
| 6.00 - 6.44 | 18 | 69.23 |
| 6.45 - 6.88 | 3 | 11.54 |
| 6.89 - 7.32 | 3 | 11.54 |
| 7.33 - 7.76 | 0 | 0.00 |
| 7.77 - 8.20 | 2 | 7.69 |
| ? | 26 | 100.00 |

Untuk lebih jelasnya dapat digambarkan sebagai berikut ;



Gambar 15. Histogram Data Hasil Belajar

Berdasarkan tabel dan histogram di atas terlihat hasil belajar dari 26 orang sampel siswa Sekolah Dasar Negeri 03 XIV Koto Desa Pauh Terenja Kecamatan XIV Koto Kabupaten Mukomuko sebanyak 18 orang responden berada dalam kelas interval 6.00-6.44, 3 orang responden berada dalam interval 6.45-6.88, 3 orang responden berada dalam interval 6.89-7.32 dan 2 orang responden berada dalam interval 7.77-8.20.

C. Pengujian Persyaratan Analisis

1. Uji Normalitas.

Uji normalitas variabel menggunakan *Kolmogorov-Smirnov Test*, menunjukkan bahwa data tidak berbeda nyata $p > 0.05$, artinya data tersebut berdistribusi normal. Hasil lengkap *Kolmogorov-Smirnov Test* dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel. 7 Uji Normalitas Data Penelitian

| Variabel | N | D-hit | D-tab | P | Ket |
|-------------------|----|-------|-------|-------|--------|
| Kesegaran Jasmani | 26 | 0.619 | 9 | 0.838 | Normal |
| Motivasi Belajar | 26 | 0.732 | | 0.657 | Normal |
| Hasil Belajar | 26 | 1.318 | | 0.062 | Normal |

Ket : D = Nilai Hitung Kolmogorof Smirnov-Test.

P = Probabilitas (sig.)

2. Uji Homogenitas

Hasil uji homogenitas variabel melalui uji varians, menggunakan *levene statistic* , menunjukkan bahwa data mempunyai keragaman yang berbeda nyata $p < 0.05$. Artinya data dalam keadaan tidak homogen. Hasil pengujian dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel. 8 Uji Homogenitas Data Penelitian

| Levene's Tes statistic | df1 | df2 | Sig. | Ket |
|-------------------------------|------------|------------|-------------|---------------|
| 23.948 | 1 | 50 | 0.000 | Tidak Homogen |

Berdasarkan teori statistic, menurut Santoso (2004, 113), “karena varian tidak sama, maka untuk melanjutkan analisis salah satu cara adalah mengubah (*transform*) jenis data dependen variabel ke bentuk tertentu (*logaritmik, reciprocal, square* dan lain-lain)”. Langkah yang harus dilakukan dalam transformasi adalah mencari bentuk transformasi dan transformasi data. Untuk jenis data penelitian ini bentuk transformasi yang tepat adalah *square*.

Hasil analisis proses transformasi, menunjukkan bahwa data mempunyai keragaman yang tidak berbeda nyata $p > 0.05a$, artinya varian data populasi adalah sama, data dalam keadaan homogen. Hasil lengkap pengujian dapat dilihat pada tabel berikut ;

Tabel. 9 Uji Homogenitas Data Penelitian Setelah Transformasi

| Levene's Tes statistic | df1 | df2 | Sig. | Ket |
|-------------------------------|------------|------------|-------------|------------|
| 0.645 | 1 | 50 | 0.426 | Homogen |

D. Analisis dan Hasil Penelitian

Pengolahan dan analisis dilakukan terhadap hubungan kesegaran jasmani (X_1), motivasi belajar (X_2) dengan hasil belajar (Y). Uji statistik yang digunakan adalah korelasi linear sederhana dan korelasi ganda untuk hubungan dua variabel pada taraf signifikansi 0.05 a. Hasil analisis menunjukkan bahwa kesegaran

jasmani, motivasi belajar memiliki hubungan yang signifikan dengan hasil belajar. Jelasnya akan disajikan sebagai berikut :

1. Terdapat Hubungan Signifikan Kesegaran Jasmani (X_1) dengan Hasil Belajar (Y).

Hasil analisis menunjukkan bahwa kesegaran jasmani (X_1), memiliki hubungan yang signifikan dengan hasil belajar. Pada perhitungan analisis korelasi data penelitian dapat dibaca bahwa hubungan (korelasi) kesegaran jasmani dengan hasil belajar bernilai $0.408 > r_{tab} 0.388$, berarti hubungan kesegaran jasmani kuat dan searah dengan $T_{hit} 2.189 > T_{tab} 1.711$. Dengan demikian hipotesis kerja yang diajukan (H_a) dapat diterima. Hasil analisis dapat dilihat pada lampiran.

2. Terdapat Hubungan Signifikan Motivasi Belajar (X_2) dengan Hasil Belajar (Y).

Hasil analisis menunjukkan bahwa motivasi belajar (X_2), memiliki hubungan yang signifikan dengan hasil belajar. Pada perhitungan analisis korelasi data penelitian dapat dibaca bahwa hubungan (korelasi) motivasi belajar dengan hasil belajar bernilai $0.406 > r_{tab} 0.388$, berarti hubungan motivasi belajar kuat dan searah dengan $T_{hit} 2.176 > T_{tab} 1.711$. Dengan demikian hipotesis kerja yang diajukan (H_a) dapat diterima. Hasil analisis dapat dilihat pada lampiran.

3. Terdapat Hubungan Kesegaran Jasmani (X_1) dan Motivasi Belajar (X_2) Secara Bersama Dengan Hasil Belajar (Y)

Hasil analisis secara bersama ($X_{1,2}$) menunjukkan bahwa, kesegaran jasmani secara bersama dengan motivasi belajar memiliki hubungan yang signifikan dengan hasil belajar. Pada perhitungan analisis korelasi ganda data penelitian dapat dibaca bahwa hubungan (korelasi) kesegaran jasmani, motivasi belajar dengan hasil belajar bernilai $0.531 > r_{tab} 0.388$, berarti secara bersama hubungan kesegaran jasmani, motivasi belajar dengan hasil belajar kuat dan searah dengan $F_{hit} 4.518 > F_{tab} 3.42$. Dengan demikian hipotesis kerja yang diajukan (H_a) dapat diterima. Hasil analisis dapat dilihat pada lampiran.

E. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis yang dikemukakan di atas ternyata ketiga hipotesis alternatif yang diajukan diterima kebenarannya, selanjutnya akan dikemukakan pembahasan yang lebih rinci sehubungan dengan diterimanya hipotesis tersebut.

Dari hasil pengujian hipotesis antara kesegaran jasmani (X_1) dengan hasil belajar (Y) siswa terdapat hubungan $r_{Y1} = 0.408$. Dari hasil pengujian hipotesis kedua antara motivasi belajar (X_2) dengan hasil belajar (Y) siswa putra terdapat hubungan $r_{Y2} = 0,406$. Dari hasil pengujian hipotesis ketiga variabel antara kesegaran jasmani (X_1) dan motivasi belajar (X_2) dan hasil belajar (Y) siswa SD Negeri 03 XIV Koto, terdapat hubungan yang signifikan sebesar $R = 0,531$.

Melihat dari hasil penelitian tersebut, maka untuk meningkatkan hasil belajar perlu ditingkatkan kesegaran jasmani dan motivasi belajar sesuai dengan tingkat hubungannya. Dari pengujian hipotesis ternyata menunjukkan hasil adanya hubungan yang terjadi pada kesegaran jasmani dengan hasil belajar terdapat hubungan yang signifikan dan pada motivasi belajar dan hasil belajar terdapat hubungan yang signifikan, sedangkan secara bersama-sama antara kesegaran jasmani dan motivasi belajar dengan hasil belajar terdapat hubungan yang signifikan.

Kesegaran jasmani merupakan kemampuan tubuh seseorang untuk melaksanakan tugas dalam kehidupan sehari-hari tanpa mengalami kelelahan yang berarti dan masih memiliki cadangan tenaga untuk menghadapi keadaan darurat yang datang tiba-tiba. Dengan kata lain bahwa kesegaran jasmani merupakan cermin dari kemampuan fungsi sistem-sistem dalam tubuh yang dapat mewujudkan suatu peningkatan kualitas hidup dalam setiap aktifitas.

Motivasi belajar adalah kondisi-kondisi atau keadaan yang mengaktifkan atau memberi dorongan kepada seseorang untuk bertingkah laku dalam mencapai tujuan yang ditimbulkan oleh motivasi tersebut". Menurut Hasibuan (1996:74) motivasi merupakan pemberian daya penggerak yang menciptakan kegairahan kerja seseorang agar mau bekerjasama, bekerja efektif, dan terintegrasi dengan segala daya upaya untuk mencapai kepuasan. Oleh sebab itu motivasi adalah dorongan yang timbul pada diri seseorang untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Istilah motivasi berasal dari

bahasa Latin yakni *“movere”* dalam bahasa Inggris *“to motiv”* yang berarti mendorong.

Hasil belajar merupakan tolak ukur yang dapat digunakan untuk menentukan tingkat keberhasilan siswa dalam memahami suatu materi pembelajaran. Menurut Departemen Pendidikan dan Kebudayaan (1980) “Hasil belajar siswa tersebut dapat diperoleh dengan mengadakan Evaluasi, dimana evaluasi itu merupakan bagian dari kegiatan belajar mengajar”. Seseorang dapat dikatakan berhasil dalam belajar apabila terjadi perubahan tingkah laku di dalam dirinya, baik dalam bentuk pengetahuan dan keterampilan maupun dalam bentuk sikap dan nilai positif.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini yang telah diuraikan pada bab terdahulu dapat dikemukakan kesimpulan sebagai berikut:

1. Dari hasil pengujian korelasional menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kesegaran jasmani dengan hasil belajar siswa, ini dibuktikan $r_{hitung} = 0,408 > r_{tabel} = 0.388$, pada $\alpha = 0,05$, dan $t_{hitung} = 2.189 > t_{tabel} = 1,711$. Dengan demikian H_0 ditolak dan H_a diterima. Temuan ini menyatakan bahwa terdapat hubungan yang berarti antara kesegaran jasmani dengan hasil belajar.
2. Dari hasil pengujian korelasional menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi belajar dengan hasil belajar siswa, ini dibuktikan $r_{hitung} = 0,406 > r_{tabel} = 0.388$, pada $\alpha = 0,05$, dan $t_{hitung} = 2,176 > t_{tabel} = 1,711$. Dengan demikian H_0 ditolak dan H_a diterima. Temuan ini menyatakan bahwa terdapat hubungan yang berarti antara motivasi belajar dengan hasil belajar.
3. Dari hasil pengujian korelasional menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kesegaran jasmani dan motivasi belajar terhadap hasil belajar siswa, ini dibuktikan $R_{hitung} = 0,531$, dan $F_{hitung} = 4.518 > F_{tabel} = 3,42$. Dengan demikian H_0 ditolak dan H_a diterima. Temuan ini menyatakan bahwa terdapat hubungan yang berarti antara kesegaran jasmani dan motivasi belajar terhadap hasil belajar.

B. Saran

Berdasarkan pada kesimpulan di atas, maka peneliti dapat memberikan saran-saran yang dapat membantu mengatasi masalah yang ditemui dalam meningkatkan kesegaran jasmani dan motivasi belajar untuk meningkatkan hasil belajar, yaitu :

1. Kepada guru disarankan untuk lebih meningkatkan kesegaran jasmani dan motivasi belajar siswa untuk dapat meningkatkan hasil belajar.
2. Kepada guru disarankan untuk lebih memperhatikan lagi tentang faktor motivasi belajar anak dalam proses belajar mengajar, disamping faktor-faktor lain yang ikut menunjang hasil belajar.
3. Untuk mendapatkan hasil yang optimal khususnya hasil belajar, peneliti menyarankan pada para guru olahraga untuk memberikan latihan-latihan khusus yang dapat mengembangkan kesegaran jasmani.
4. Para siswa agar meningkatkan motivasi belajar agar dapat mencapai hasil belajar yang lebih baik.
5. Bagi para peneliti lain disarankan untuk dapat mengkaji faktor-faktor lain yang berhubungan dengan kesegaran jasmani, motivasi belajar dan hasil belajar.

DAFTAR PUSTAKA

- Abizar. (1997). *Strategi Instruksional*. Padang: IKIP Padang Press.
- Arikunto, Suharsini. (2002). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta
- Arsil. (1999). *Pengembangan Kondisi Fisik*. Padang: Pengadaan Buku Ajar.
- Arsil. (2010). *Evaluasi Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Malang: Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP.
- Depdikbud. (1980). *Penilaian Kesegaran Jasmani dengan Test ACSPFT*, Jakarta: Pusat Kesegaran Jasmani dan Rekreasi.
- Depdikbud. (1993). *Pedoman Guru Olahraga*. Jakarta: Depdikbud.
- Gusril. (2006). *Model Pengembangan motorik Siswa Sekolah Dasar*. Padang: Sukabina Offset.
- Gusril. (2004). *Perkembangan Motorik pada Anak-anak*, Dirjen Olahraga Departemen Pendidikan Nasional.
- Getchell. (1983). *Physical Fitness - A Way of Life*. New York: Jhon Willy and Sons.
- Hasibuan, SP. (1996). *Manajemen Sumber Daya Manusia. Dasar dan Sumber Keberhasilan*. Jakarta: Bulan Bintang.
- Hednri (1985). *Motivasi Dalam Mengajar Olahraga*. Jakarta.
- Ichsan, M. (1988). *Pendidikan Kesehatan dan Olahraga*. Jakarta: Depdiknas.
- Irianto, Djoko. (2004). *Pedoman Praktis Berolahraga Untuk Kebugaran Dan Kesehatan*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Mappiare, Andi. (1982). *Psikologi Pendidikan dan Evaluasi Hasil Belajar*. Jakarta: PT. Gramedia.
- Maslow, Abraham H. (1954). *Motivation dan personality*. New York: Harper and Bross.
- Pete. (1984). *Dasar-dasar Ilmu Kepelatihan* (Diterjemahkan Oleh Dwijominoto K). Semarang: IKIP Semarang Press.
- Prayitno. (1989). *Motivasi Belajar*. Jakarta: P2LPTK.

- Surdiman (2007). *Interaksi Motivasi Belajar dalam Mengajar*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Soemanto. (1990). *Metode Statistik*. Bandung: Tarsito.
- Sukardi. (1984). *Bimbingan Konseling*. Jakarta: Gelia.
- Suyabrata, Sumadi. (1984). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: CV Raja Wali.
- Undang-undang Republik Indonesia No 20. (2003). *Tentang system Pendidikan Nasional*. Jakarta: DepDikBud.
- UNP. (2009). *Buku Panduan Penulis Tugas Akhir/Skripsi*. UNP Padang.
- Wahjoedi. (2001). *Landasan Evaluasi Pendidikan Jasmani*. Jakarta: PT. Raja Remaja Rosda Karya.
- Wanda. (2010). *Hubungan Kesegaran Jasmani dengan Hasil Belajar Siswa SMA Negeri 2 Kabupaten Sijunjung*. Padang: Skripsi UNP.
- Winkell WS. (1984). *Psikologi Pendidikan dan Evaluasi belajar*. Jakarta: PT. Gramedia.
- Yusuf. (1987). *Motivasi Belajar*. Jakarta: PT. Gramedia.
- Zaidan, Nurunas dan Bakaruddin. (1980-1981). *Motivasi Belajar*. Jakarta: DepDikBud.
- Zalfendi, dan Hendri. (2010) *Analisa Kurikulum dalam Pembelajaran Penjas*. Sukabima Perss: Padang.

LAMPIRAN 1

| DATA PENELITIAN | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------------------|---------------------|---------------------------------|-------|--------------------|-------|-----------------------|-------|--------------|-------|----------------|-------|--------------|
| Variabel Kesegaran Jasmani (X_1) | | | | | | | | | | | | |
| No | Nama Siswa | Tes Kesegaran Jasmani Indonesia | | | | | | | | | | Jumlah Nilai |
| | | Lari 40 Meter | Nilai | Gantung Siku Tekuk | Nilai | Baring Duduk 30 Detik | Nilai | Loncat Tegak | Nilai | Lari 600 Meter | Nilai | |
| 1 | Arif Manandra Putra | 7.0 | 3 | 17 | 3 | 18 | 4 | 38 | 4 | 2.32 | 3 | 17 |
| 2 | Bobi Saputra | 7.8 | 3 | 16 | 3 | 17 | 4 | 33 | 3 | 2.45 | 3 | 16 |
| 3 | Candra Gusnedi | 8.7 | 2 | 14 | 2 | 14 | 3 | 32 | 3 | 3.37 | 2 | 12 |
| 4 | Defri Ramadoni | 7.5 | 3 | 11 | 2 | 15 | 3 | 32 | 3 | 2.35 | 3 | 14 |
| 5 | Hafis Gurda Yanti | 7.7 | 3 | 15 | 3 | 15 | 3 | 33 | 3 | 2.35 | 3 | 15 |
| 6 | Hamdani Andika | 7.5 | 3 | 21 | 3 | 19 | 4 | 35 | 3 | 2.22 | 4 | 17 |
| 7 | Muhamad Sukri | 6.9 | 4 | 18 | 3 | 18 | 4 | 40 | 4 | 2.28 | 4 | 19 |
| 8 | Parulian Darlin | 7.8 | 3 | 10 | 2 | 15 | 3 | 31 | 3 | 2.4 | 3 | 14 |
| 9 | Riko Effendi | 7.7 | 3 | 8 | 2 | 14 | 3 | 35 | 3 | 2.4 | 3 | 14 |
| 10 | Roki | 8.0 | 2 | 12 | 2 | 15 | 3 | 32 | 3 | 3 | 2 | 12 |
| 11 | Sandri Junaidi | 7.6 | 3 | 17 | 3 | 16 | 3 | 37 | 3 | 2.33 | 3 | 15 |
| 12 | Yoki Hidayat | 7.7 | 3 | 10 | 2 | 12 | 3 | 33 | 3 | 2.43 | 3 | 14 |
| 13 | Dedek Safitri | 9.0 | 2 | 5 | 2 | 8 | 3 | 29 | 3 | 4.15 | 2 | 12 |
| 14 | Era Gusni | 9.1 | 2 | 5 | 2 | 7 | 2 | 27 | 2 | 4.2 | 2 | 10 |
| 15 | Fitri Enda Yanti | 9.0 | 2 | 6 | 2 | 8 | 3 | 30 | 3 | 4 | 2 | 12 |
| 16 | Junita Sari | 10.0 | 1 | 6 | 2 | 5 | 2 | 25 | 2 | 4.5 | 1 | 8 |
| 17 | Meisya Rahma | 9.0 | 2 | 10 | 3 | 6 | 2 | 32 | 3 | 4.17 | 2 | 12 |
| 18 | Nurmalina Hutasuhut | 9.4 | 2 | 6 | 2 | 11 | 3 | 29 | 3 | 4.15 | 2 | 12 |
| 19 | Rexsi Gusniwita | 9.1 | 2 | 7 | 2 | 10 | 3 | 27 | 2 | 4.1 | 2 | 11 |
| 20 | Sari Devi | 8.3 | 3 | 5 | 2 | 10 | 3 | 28 | 3 | 3.25 | 3 | 14 |
| 21 | Sinta Afrideni | 8.2 | 3 | 7 | 2 | 10 | 3 | 29 | 3 | 3.22 | 3 | 14 |
| 22 | Sinta Claudia | 6.8 | 4 | 17 | 3 | 14 | 4 | 32 | 3 | 2.28 | 4 | 18 |
| 23 | Weli Devita | 8.2 | 3 | 10 | 3 | 15 | 4 | 35 | 4 | 2.45 | 4 | 18 |
| 24 | Wena Saputri | 9.1 | 2 | 6 | 2 | 5 | 2 | 29 | 3 | 4.18 | 2 | 11 |
| 25 | Weni Saputri | 9.2 | 2 | 5 | 2 | 5 | 2 | 26 | 2 | 4.15 | 2 | 10 |
| 26 | Yanti Elpina | 8.3 | 3 | 5 | 2 | 7 | 3 | 25 | 2 | 4.17 | 2 | 12 |

Lampiran 2

Kisi-Kisi Angket

| Variabel | Indikator | Sub. Indikator | Aitem/butir-butir soal | Jumlah |
|---------------------|---------------|---------------------------------------|------------------------|-----------|
| Motivasi Belajar | 1. Intrinsik | a. Minat | (3,5,8,13,17,19,25,29) | 8 |
| | | b. Sikap | (1,4,6,16,21,30) | 6 |
| | | c. Perasaan | (2,18,20,26,28) | 5 |
| | | d. Bakat | (22,23) | 2 |
| | | e. Kebutuhan | (7,27) | 2 |
| | 2. Ekstrinsik | a. Pujian | (9,24) | 2 |
| | | b. hadiah | (11,12) | 2 |
| | | c. penghargaan | (14) | 1 |
| | | d. persaingan | (15) | 1 |
| | | e. Pemberitahuan Perkembangan belajar | (10) | 1 |
| Jumlah Total | | | | 30 |

Lampiran 3**FORMAT PENGISIAN ANGKET**

Asalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh...

Upaya dalam meningkatkan motivasi belajar, membutuhkan banyak macam cara yang digunakan oleh guru, yang semata-mata hanya ingin meningkatkan hasil belajar di sekolah, mutu pendidikan dan kebanggaan bagi diri sendiri, orang tua, dan lingkungan sekitar.

Untuk itu, diharapkan kesediaan siswa/i mengisi angket ini dengan jujur dan sesungguhnya, kami akan menjamin kerahasiaan pengisian angket ini,

Nama :

Kelas :

PETUNJUK PENGISIAN ANGKET

1. Isilah angket ini sesuai dengan pernyataan dan pertanyaan yang ada
2. Berilah tanda ceklis (v) pada salah satu jawaban yang siswa-siswi anggap paling tepat
3. Jawaban yang anda berikan dijamin kerahasiaannya
4. Keterangan jawaban (SS) Sangat Setuju (S) Setuju (KS) Kurang Setuju (TS) Tidak Setuju

| No | Pertanyaan | SS | S | KS | TS |
|----|--|----|---|----|----|
| 1 | Saya harus bersikap serius dalam kegiatan pembelajaran | | V | | |

PERTANYAAN

| NO | Pertanyaan | SS | S | KS | TS |
|----|--|----|---|----|----|
| 1. | Saya harus bersikap serius dalam kegiatan pembelajaran. | | | | |
| 2. | Jika saya serius dalam belajar akan membawa hasil yang baik, | | | | |
| 3. | Saya berminat dalam belajar karena ingin mencapai prestasi yang tinggi. | | | | |
| 4. | Saya selalu serius dan bersungguh dalam melakukan semua kegiatan pembelajaran. | | | | |

| | | | | |
|----|--|--|--|--|
| 5. | Saya merasa gelisah jika tidak mengulang pelajaran di rumah. | | | |
| 6. | Saya akan selalu giat belajar agar nilai saya bagus. | | | |
| 7. | Saya belajar karena melalui belajar dapat menambah pengetahuan saya. | | | |
| 8. | Jika saya melakukan kegiatan pembelajaran saya berharap akan menjadi semakin pintar. | | | |

PERNYATAAN

| NO | Pernyataan | SS | S | KS | TS |
|-----|---|----|---|----|----|
| 9. | Jika saya mendapatkan hasil belajar yang bagus, saya mendapat pujian dari orang tua dan guru saya. | | | | |
| 10. | Sebaiknya, setiap mendapat latihan/tugas, saya sangat senang bila guru memberitahukan nilai tugas yang dikerjakan | | | | |
| 11. | Jika saya berprestasi di sekolah maka saya akan berharap mendapatkan hadiah. | | | | |
| 12. | Hadiah yang diberikan oleh guru dan orang tua membuat saya belajar lebih sungguh-sungguh | | | | |
| 13. | Saya paling suka baca buku yang berhubungan dengan pelajaran di sekolah | | | | |
| 14. | Saya akan mendapatkan penghargaan dari sekolah dengan usaha saya sendiri. | | | | |
| 15. | Persaingan dengan teman untuk memperoleh hasil belajar lebih baik akan membuat semangat saya. | | | | |
| 16. | Jika saya melakukan pembelajaran juga dituntut keinginan untuk tidak putus asa, agar pembelajaran bisa dilakukan dengan baik. | | | | |
| 17. | Tujuan saya belajar adalah semata-mata agar mendapatkan nilai yang tinggi. | | | | |

| | | | | | |
|-----|--|--|--|--|--|
| 18. | Saya lebih senang belajar, meskipun guru tidak mengajar di kelas. | | | | |
| 19. | Saya melakukan aktivitas pembelajaran dengan baik, dengan harapan nilai akan bagus. | | | | |
| 20. | Saya akan cemas hasil belajar saya turun. Jika saya tidak mengikuti kegiatan pembelajaran, | | | | |
| 21. | Saya tidak disiplin dalam kegiatan pembelajaran, saya takut hasil belajar akan buruk. | | | | |
| 22. | Saya berbakat di bidang tertentu dalam pembelajaran, maka saya akan mendapatkan hasil belajar yang bagus dibandingkan teman-teman yang tidak berbakat. | | | | |
| 23. | Bakat yang saya miliki di bidang tertentu dalam pelajaran akan saya terus dalami tanpa mengacuhkan pelajaran yang lain. | | | | |
| 24. | Pujian dari orang tua dan guru sangat mendorong saya belajar lebih giat. | | | | |
| 25. | Saya lebih senang mempergunakan waktu untuk belajar dari pada untuk bercanda | | | | |
| 26. | Jika suasana dirumah tidak memungkinkan untuk belajar, saya mencari tempat khusus agar lebih berkonsentrasi. | | | | |
| 27. | Belajar adalah kebutuhan bagi saya, agar saya di kemudian hari menjadi orang pintar. | | | | |
| 28. | Saya dalam belajar bersama/berkelompok, tidak memilih teman belajar, saya terbuka untuk siapa saja. | | | | |

| | | | | | |
|-----|--|--|--|--|--|
| 29. | Saya sangat bersemangat jika gaya guru mengajar sangat menarik, | | | | |
| 30. | Saya tidak senang bila guru menerangkan pelajaran ada teman yang meribut/mengganggu. | | | | |

LAMPIRAN 4

DATA PENELITIAN

Variabel Motivasi Belajar (X_2)

| No | Nama Siswa | Nomor Butir Pernyataan | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Jumlah | |
|----|---------------------|------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-----|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | | |
| 1 | Arif Manandra Putra | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 107 |
| 2 | Bobi Saputra | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 1 | 1 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 95 | |
| 3 | Candra Gusnedi | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 87 | |
| 4 | Defri Ramadoni | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 88 | |
| 5 | Hafis Gurda Yanti | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 94 | |
| 6 | Hamdani Andika | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 1 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 91 | |
| 7 | Muhamad Sukri | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 88 | |
| 8 | Parulian Darlin | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 84 | |
| 9 | Riko Effendi | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 2 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 96 | |
| 10 | Roki | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 1 | 4 | 3 | 3 | 3 | 1 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 93 | |
| 11 | Sandri Junaidi | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 85 | |
| 12 | Yoki Hidayat | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 | 102 | |
| 13 | Dedek Safitri | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 82 | |
| 14 | Era Gusni | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 1 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 103 | |
| 15 | Fitri Enda Yanti | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 1 | 1 | 82 | |
| 16 | Junita Sari | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 1 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 98 | |
| 17 | Meisya Rahma | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 104 | |
| 18 | Nurmalina Hutasuhut | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 82 | |
| 19 | Rexsi Gusniwita | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 4 | 3 | 1 | 2 | 1 | 1 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 74 | |
| 20 | Sari Devi | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 91 | |
| 21 | Sinta Afrideni | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 88 | | |
| 22 | Sinta Claudia | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 1 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 101 | |
| 23 | Weli Devita | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 3 | 4 | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 84 | |
| 24 | Wena Saputri | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 1 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 82 | |
| 25 | Weni Saputri | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 1 | 81 | |
| 26 | Yanti Elpina | 4 | 3 | 4 | 4 | 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 1 | 2 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 2 | 94 | |
| | r_{xy} | 0.482 | 0.542 | 0.417 | 0.025 | 0.431 | 0.591 | 0.474 | 0.705 | 0.435 | 0.497 | -0.015 | 0.422 | 0.415 | 0.075 | 0.534 | 0.468 | 0.598 | 0.485 | 0.462 | 0.426 | -0.133 | 0.434 | 0.487 | 0.440 | 0.479 | 0.430 | 0.410 | 0.513 | 0.411 | 0.457 | | |

Ket :Butir pernyataan no 4, 11, 14 dan 21 tidak digunakan untuk analisis berikutnya karena tidak valid ($< r \text{ tab } 0.388$)

Lampiran 5

UJI VALIDITAS
Variabel Motivasi Belajar

Tabel Kerja Perhitungan Uji Validitas Butir Instrumen Penelitian

| RES | SKOR BUTIR (X ₁) | SKOR TOTAL (Y) | X ² | Y ² | XY |
|-----|------------------------------|----------------|----------------|----------------|------|
| 1 | 3 | 107 | 9 | 11449 | 321 |
| 2 | 3 | 95 | 9 | 9025 | 285 |
| 3 | 3 | 87 | 9 | 7569 | 261 |
| 4 | 3 | 88 | 9 | 7744 | 264 |
| 5 | 4 | 94 | 16 | 8836 | 376 |
| 6 | 3 | 91 | 9 | 8281 | 273 |
| 7 | 4 | 88 | 16 | 7744 | 352 |
| 8 | 3 | 84 | 9 | 7056 | 252 |
| 9 | 3 | 96 | 9 | 9216 | 288 |
| 10 | 4 | 93 | 16 | 8649 | 372 |
| 11 | 3 | 85 | 9 | 7225 | 255 |
| 12 | 4 | 102 | 16 | 10404 | 408 |
| 13 | 3 | 82 | 9 | 6724 | 246 |
| 14 | 3 | 103 | 9 | 10609 | 309 |
| 15 | 3 | 82 | 9 | 6724 | 246 |
| 16 | 4 | 98 | 16 | 9604 | 392 |
| 17 | 4 | 104 | 16 | 10816 | 416 |
| 18 | 3 | 82 | 9 | 6724 | 246 |
| 19 | 3 | 74 | 9 | 5476 | 222 |
| 20 | 4 | 91 | 16 | 8281 | 364 |
| 21 | 3 | 88 | 9 | 7744 | 264 |
| 22 | 4 | 101 | 16 | 10201 | 404 |
| 23 | 3 | 84 | 9 | 7056 | 252 |
| 24 | 3 | 82 | 9 | 6724 | 246 |
| 25 | 3 | 81 | 9 | 6561 | 243 |
| 26 | 4 | 94 | 16 | 8836 | 376 |
| ? | 87 | 2356 | 297 | 215278 | 7933 |

Selanjutnya dimasukkan ke dalam rumus korelasi *Product Moment*,
maka diperoleh harga r_{xy} sebagai berikut :

$$\begin{aligned}
 r &= \frac{N \cdot SXY - SX \cdot SY}{\sqrt{\{N \cdot SX^2 - (SX)^2\} \{N \cdot SY^2 - (SY)^2\}}} \\
 &= \frac{26 \cdot 7933 - (87) (2356)}{\sqrt{\{26 (297) - (87)^2\} \{26 (215278) - (2356)^2\}}} \\
 &= 0.482 > r_{\text{tab}} 0.388
 \end{aligned}$$

Untuk nomor butir pernyataan selanjutnya dilakukan perhitungan yang sama seperti di atas. Hasil perhitungan dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel Korelasi Skor Butir Dengan Skor Total ($r_{xy} > 0.388$)

| NO | NO. BUTIR ITEM | KOEFISIEN KORELASI | KET | NO | NO. BUTIR ITEM | KOEFISIEN KORELASI | KET |
|----|----------------|--------------------|-----------|----|----------------|--------------------|-----------|
| 1 | 1 | 0.482 | Valid | 16 | 16 | 0.468 | Valid |
| 2 | 2 | 0.542 | Valid | 17 | 17 | 0.598 | Valid |
| 3 | 3 | 0.417 | Valid | 18 | 18 | 0.485 | Valid |
| 4 | 4 | 0.025 | Tdk Valid | 19 | 19 | 0.462 | Valid |
| 5 | 5 | 0.431 | Valid | 20 | 20 | 0.426 | Valid |
| 6 | 6 | 0.591 | Valid | 21 | 21 | -0.133 | Tdk Valid |
| 7 | 7 | 0.474 | Valid | 22 | 22 | 0.434 | Valid |
| 8 | 8 | 0.705 | Valid | 23 | 23 | 0.487 | Valid |
| 9 | 9 | 0.435 | Valid | 24 | 24 | 0.440 | Valid |
| 10 | 10 | 0.497 | Valid | 25 | 25 | 0.479 | Valid |
| 11 | 11 | -0.015 | Tdk Valid | 26 | 26 | 0.430 | Valid |
| 12 | 12 | 0.422 | Valid | 27 | 27 | 0.410 | Valid |
| 13 | 13 | 0.415 | Valid | 28 | 28 | 0.513 | Valid |
| 14 | 14 | 0.075 | Tdk Valid | 29 | 29 | 0.411 | Valid |
| 15 | 15 | 0.534 | Valid | 30 | 30 | 0.457 | Valid |

Lampiran 6

UJI RELIABELITAS
Variabel Motivasi Belajar

Tabel Kerja Perhitungan Reliabelitas Instrumen Penelitian
Menggunakan Metoda Belah Dua (Genap-Ganjil)

| RES | GANJIL (X) | GENAP (Y) | X ² | Y ² | XY |
|-----|---------------|--------------|----------------|----------------|-------|
| 1 | 49 | 48 | 2401 | 2304 | 2352 |
| 2 | 43 | 42 | 1849 | 1764 | 1806 |
| 3 | 37 | 38 | 1369 | 1444 | 1406 |
| 4 | 42 | 35 | 1764 | 1225 | 1470 |
| 5 | 44 | 38 | 1936 | 1444 | 1672 |
| 6 | 38 | 39 | 1444 | 1521 | 1482 |
| 7 | 38 | 38 | 1444 | 1444 | 1444 |
| 8 | 37 | 37 | 1369 | 1369 | 1369 |
| 9 | 45 | 40 | 2025 | 1600 | 1800 |
| 10 | 41 | 41 | 1681 | 1681 | 1681 |
| 11 | 37 | 38 | 1369 | 1444 | 1406 |
| 12 | 47 | 43 | 2209 | 1849 | 2021 |
| 13 | 36 | 36 | 1296 | 1296 | 1296 |
| 14 | 47 | 46 | 2209 | 2116 | 2162 |
| 15 | 35 | 33 | 1225 | 1089 | 1155 |
| 16 | 44 | 44 | 1936 | 1936 | 1936 |
| 17 | 44 | 48 | 1936 | 2304 | 2112 |
| 18 | 35 | 35 | 1225 | 1225 | 1225 |
| 19 | 33 | 32 | 1089 | 1024 | 1056 |
| 20 | 39 | 40 | 1521 | 1600 | 1560 |
| 21 | 39 | 37 | 1521 | 1369 | 1443 |
| 22 | 44 | 47 | 1936 | 2209 | 2068 |
| 23 | 41 | 32 | 1681 | 1024 | 1312 |
| 24 | 37 | 33 | 1369 | 1089 | 1221 |
| 25 | 35 | 34 | 1225 | 1156 | 1190 |
| 26 | 45 | 36 | 2025 | 1296 | 1620 |
| ? | 1052 | 1010 | 43054 | 39822 | 41265 |

Selanjutnya dimasukkan ke dalam rumus korelasi *Product Moment*, maka diperoleh harga r_{xy} sebagai berikut :

$$\begin{aligned}
 r &= \frac{N \cdot SXY - SX \cdot SY}{\sqrt{\{N \cdot SX^2 - (SX)^2\} \{N \cdot SY^2 - (SY)^2\}}} \\
 &= \frac{26 \cdot 41265 - (1052) (1010)}{\sqrt{\{26 (43054) - (1052)^2\} \{26 (39822) - (1010)^2\}}} \\
 &= 0.745
 \end{aligned}$$

Untuk mencari reliabilitas seluruh test, hasil di atas dilanjutkan dengan rumus *Spearman Brown* sebagai berikut :

$$\begin{aligned}
 R &= \frac{2 \cdot r}{1 + r} = \frac{2 \cdot 0.745}{1 + 0.745} \\
 &= 0.854 > r_{tab} 0.388
 \end{aligned}$$

Dengan demikian instrumen yang digunakan dalam penelitian ini cukup reliabel (dapat dipercaya).

LAMPIRAN 7

DATA PENELITIAN YANG VALID

Variabel Motivasi Belajar (X_2)

| No | Nama Siswa | Nomor Butir Pernyataan | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Jumlah | |
|----|---------------------|------------------------|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|--------|----|
| | | 1 | 2 | 3 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 12 | 13 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | | |
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | | |
| 1 | Arif Manandra Putra | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 97 | |
| 2 | Bobi Saputra | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 85 | |
| 3 | Candra Gusnedi | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 75 | |
| 4 | Defri Ramadoni | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 77 | |
| 5 | Hafis Gurda Yanti | 4 | 3 | 4 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 1 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 82 | |
| 6 | Hamdani Andika | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 1 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 77 | |
| 7 | Muhamad Sukri | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 76 | |
| 8 | Parulian Darlin | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 74 | |
| 9 | Riko Effendi | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 85 |
| 10 | Roki | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 1 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 82 |
| 11 | Sandri Junaidi | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 75 | |
| 12 | Yoki Hidayat | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 | 90 | |
| 13 | Dedek Safitri | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 72 | |
| 14 | Era Gusni | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 93 | |
| 15 | Fitri Enda Yanti | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 1 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 1 | 1 | 68 | |
| 16 | Junita Sari | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 88 | |
| 17 | Meisya Rahma | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 92 | |
| 18 | Nurmalina Hutasuhut | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 70 | |
| 19 | Rexsi Gusniwita | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 1 | 2 | 1 | 1 | 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 65 | |
| 20 | Sari Devi | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 2 | 1 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 79 | |
| 21 | Sinta Afrideni | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 76 | |
| 22 | Sinta Claudia | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 91 | |
| 23 | Weli Devita | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 73 | |
| 24 | Wena Saputri | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 70 | |
| 25 | Weni Saputri | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 1 | 69 | |
| 26 | Yanti Elpina | 4 | 3 | 4 | 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 2 | 2 | 1 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 2 | 81 | |

Ket :Butir pernyataan no 4, 11, 14 dan 21 tidak digunakan dalam analisis ini karena tidak valid ($< r \text{ tab } 0.388$)

LAMPIRAN 8
DATA PENELITIAN HASIL BELAJAR

| No | Nama Siswa | Agama | PKN | Bhs. Indo | Mate-matika | IPA | SBK | Penjas | IPS | Mulok | Jumlah | Rata-Rata |
|----|---------------------|-------|-----|-----------|-------------|-----|-----|--------|-----|-------|--------|-----------|
| 1 | Arif Manandra Putra | 8 | 6 | 6 | 7 | 7 | 7 | 8 | 7 | 8 | 64 | 7.1 |
| 2 | Bobi Saputra | 7 | 6 | 6 | 6 | 6 | 7 | 6 | 6 | 6 | 56 | 6.2 |
| 3 | Candra Gusnedi | 7 | 6 | 6 | 6 | 6 | 7 | 8 | 6 | 8 | 60 | 6.7 |
| 4 | Defri Ramadoni | 7 | 6 | 6 | 6 | 6 | 7 | 7 | 6 | 8 | 59 | 6.6 |
| 5 | Hafis Gurda Yanti | 8 | 6 | 7 | 6 | 7 | 7 | 8 | 6 | 8 | 63 | 7.0 |
| 6 | Hamdani Andika | 7 | 6 | 6 | 5 | 6 | 7 | 8 | 6 | 6 | 57 | 6.3 |
| 7 | Muhamad Sukri | 9 | 7 | 7 | 8 | 7 | 8 | 9 | 8 | 9 | 72 | 8.0 |
| 8 | Parulian Darlin | 7 | 6 | 5 | 5 | 6 | 6 | 7 | 6 | 6 | 54 | 6.0 |
| 9 | Riko Effendi | 7 | 6 | 6 | 5 | 6 | 6 | 7 | 6 | 5 | 54 | 6.0 |
| 10 | Roki | 7 | 6 | 6 | 5 | 7 | 7 | 8 | 6 | 5 | 57 | 6.3 |
| 11 | Sandri Junaidi | 7 | 6 | 6 | 5 | 7 | 8 | 7 | 6 | 7 | 59 | 6.6 |
| 12 | Yoki Hidayat | 7 | 6 | 6 | 5 | 6 | 7 | 8 | 6 | 7 | 58 | 6.4 |
| 13 | Dedek Safitri | 7 | 6 | 6 | 5 | 6 | 7 | 6 | 6 | 6 | 55 | 6.1 |
| 14 | Era Gusni | 8 | 6 | 6 | 5 | 6 | 8 | 7 | 6 | 6 | 58 | 6.4 |
| 15 | Fitri Enda Yanti | 7 | 6 | 6 | 5 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 54 | 6.0 |
| 16 | Junita Sari | 7 | 6 | 6 | 5 | 6 | 8 | 7 | 6 | 5 | 56 | 6.2 |
| 17 | Meisya Rahma | 9 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 9 | 7 | 9 | 74 | 8.2 |
| 18 | Nurmalina Hutasuhut | 7 | 6 | 6 | 5 | 6 | 6 | 7 | 6 | 5 | 54 | 6.0 |
| 19 | Rexsi Gusniwita | 7 | 6 | 6 | 5 | 7 | 7 | 7 | 6 | 5 | 56 | 6.2 |
| 20 | Sari Devi | 7 | 6 | 6 | 5 | 6 | 7 | 7 | 6 | 5 | 55 | 6.1 |
| 21 | Sinta Afrideni | 7 | 6 | 6 | 5 | 6 | 8 | 7 | 6 | 5 | 56 | 6.2 |
| 22 | Sinta Claudia | 8 | 7 | 7 | 6 | 7 | 8 | 8 | 7 | 7 | 65 | 7.2 |
| 23 | Weli Devita | 7 | 6 | 6 | 5 | 6 | 8 | 7 | 6 | 7 | 58 | 6.4 |
| 24 | Wena Saputri | 7 | 6 | 6 | 5 | 6 | 7 | 7 | 6 | 7 | 57 | 6.3 |
| 25 | Weni Saputri | 7 | 6 | 6 | 5 | 6 | 7 | 7 | 6 | 7 | 57 | 6.3 |
| 26 | Yanti Elpina | 7 | 6 | 6 | 5 | 6 | 7 | 7 | 6 | 5 | 55 | 6.1 |

LAMPIRAN 9

| DATA PENELITIAN | | | | |
|------------------------|---------------------|-------------------------------------|------------------------------------|-------------------|
| No | Nama Siswa | Kesegaran Jasmani (X ₁) | Motivasi Belajar (X ₂) | Hasil Belajar (Y) |
| 1 | Arif Manandra Putra | 17 | 97 | 7.1 |
| 2 | Bobi Saputra | 16 | 85 | 6.2 |
| 3 | Candra Gusnedi | 12 | 75 | 6.7 |
| 4 | Defri Ramadoni | 14 | 77 | 6.6 |
| 5 | Hafis Gurda Yanti | 15 | 82 | 7.0 |
| 6 | Hamdani Andika | 17 | 77 | 6.3 |
| 7 | Muhamad Sukri | 19 | 76 | 8.0 |
| 8 | Parulian Darlin | 14 | 74 | 6.0 |
| 9 | Riko Effendi | 14 | 85 | 6.0 |
| 10 | Roki | 12 | 82 | 6.3 |
| 11 | Sandri Junaidi | 15 | 75 | 6.6 |
| 12 | Yoki Hidayat | 14 | 90 | 6.4 |
| 13 | Dedek Safitri | 12 | 72 | 6.1 |
| 14 | Era Gusni | 10 | 93 | 6.4 |
| 15 | Fitri Enda Yanti | 11 | 68 | 6.0 |
| 16 | Junita Sari | 8 | 88 | 6.2 |
| 17 | Meisya Rahma | 12 | 92 | 8.2 |
| 18 | Nurmalina Hutasuhut | 12 | 70 | 6.0 |
| 19 | Rexsi Gusniwita | 10 | 65 | 6.2 |
| 20 | Sari Devi | 14 | 79 | 6.1 |
| 21 | Sinta Afrideni | 14 | 76 | 6.2 |
| 22 | Sinta Claudia | 18 | 91 | 7.2 |
| 23 | Weli Devita | 18 | 73 | 6.4 |
| 24 | Wena Saputri | 11 | 70 | 6.3 |
| 25 | Weni Saputri | 10 | 69 | 6.3 |
| 26 | Yanti Elpina | 12 | 81 | 6.1 |
| Mean | | 14.30 | 79.31 | 6.50 |
| Standar Deviasi | | 2.56 | 8.66 | 0.58 |
| Nilai Minimum | | 10 | 65 | 6.0 |
| Nilai Maksimum | | 19 | 97 | 8.2 |

Lampiran 10

Deskripsi dan Uji Normalitas Data Penelitian

Descriptive Statistics

| | N | Mean | Std. Deviation | Minimum | Maximum |
|-------------------|----|-------|----------------|---------|---------|
| Kesegaran Jasmani | 26 | 13.27 | 3.08 | 7 | 19 |
| Motivasi Belajar | 26 | 79.31 | 8.66 | 65 | 97 |
| Hasil Belajar | 26 | 6.496 | .577 | 6.0 | 8.2 |

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

| | | Kesegaran Jasmani | Motivasi Belajar | Hasil Belajar |
|----------------------------------|----------------|----------------------|---------------------|---------------|
| N | | 26 | 26 | 26 |
| Normal Parameters ^{a,b} | Mean | 13.27 | 79.31 | 6.496 |
| | Std. Deviation | 3.08 | 8.66 | .577 |
| Most Extreme Differences | Absolute | .121 | .144 | .258 |
| | Positive | .121 | .144 | .258 |
| | Negative | -.094 | -.084 | -.195 |
| Kolmogorov-Smirnov Z | | .619 | .732 | 1.318 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | | .838 | .657 | .062 |

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Lampiran 11

Uji Homogenitas Data Penelitian

Descriptives

Data Penelitian

| | N | Mean | Std. Deviation | Std. Error | 5% Confidence Interval for Mean | | Minimum | Maximum |
|------------------|----|-------|----------------|------------|---------------------------------|-------------|---------|---------|
| | | | | | Lower Bound | Upper Bound | | |
| | | | | | Kesegaran Jasmaniah | 26 | | |
| Motivasi Belajar | 26 | 79.31 | 8.66 | 1.70 | 75.81 | 82.80 | 65 | 97 |
| Total | 52 | 46.29 | 33.96 | 4.71 | 36.83 | 55.74 | 7 | 97 |

Test of Homogeneity of Variances

Data Penelitian

| Levene Statistic | df1 | df2 | Sig. |
|------------------|-----|-----|------|
| 23.948 | 1 | 50 | .000 |

ANOVA

Data Penelitian

| | Sum of Squares | df | Mean Square | F | Sig. |
|----------------|----------------|----|-------------|----------|------|
| Between Groups | 56694.019 | 1 | 56694.019 | 1343.044 | .000 |
| Within Groups | 2110.654 | 50 | 42.213 | | |
| Total | 58804.673 | 51 | | | |

Lampiran 12

Uji Homogenitas Data Penelitian Setelah Transformasi Data Menggunakan Square

Descriptives

Data Penelitian

| | N | Mean | Std. Deviation | Std. Error | 5% Confidence Interval for Mean | | Minimum | Maximum |
|-------------------|----|--------|----------------|------------|---------------------------------|-------------|---------|---------|
| | | | | | Lower Bound | Upper Bound | | |
| Kesegaran Jasmani | 26 | 3.6169 | .4289 | 411E-02 | 3.4437 | 3.7902 | 2.65 | 4.36 |
| Motivasi Belajar | 26 | 8.8935 | .4824 | 461E-02 | 8.6986 | 9.0883 | 8.06 | 9.85 |
| Total | 52 | 6.2552 | 2.7021 | .3747 | 5.5029 | 7.0075 | 2.65 | 9.85 |

Test of Homogeneity of Variances

Data Penelitian

| Levene Statistic | df1 | df2 | Sig. |
|------------------|-----|-----|------|
| .645 | 1 | 50 | .426 |

ANOVA

Data Penelitian

| | Sum of Squares | df | Mean Square | F | Sig. |
|----------------|----------------|----|-------------|----------|------|
| Between Groups | 361.944 | 1 | 361.944 | 1737.219 | .000 |
| Within Groups | 10.417 | 50 | .208 | | |
| Total | 372.361 | 51 | | | |

Lampiran 13

Analisis Korelasi Variabel Penelitian

Descriptive Statistics

| | Mean | Std. Deviation | N |
|-------------------|-------|----------------|----|
| Kesegaran Jasmani | 13.27 | 3.08 | 26 |
| Motivasi Belajar | 79.31 | 8.66 | 26 |
| Hasil Belajar | 6.496 | .577 | 26 |

Correlations

| | | Kesegaran Jasmani | Motivasi Belajar | Hasil Belajar |
|-------------------|---------------------|----------------------|---------------------|---------------|
| Kesegaran Jasmani | Pearson Correlation | 1.000 | .177 | .408* |
| | Sig. (2-tailed) | . | .388 | .039 |
| | N | 26 | 26 | 26 |
| Motivasi Belajar | Pearson Correlation | .177 | 1.000 | .406* |
| | Sig. (2-tailed) | .388 | . | .040 |
| | N | 26 | 26 | 26 |
| Hasil Belajar | Pearson Correlation | .408* | .406* | 1.000 |
| | Sig. (2-tailed) | .039 | .040 | . |
| | N | 26 | 26 | 26 |

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Lampiran 14

Analisis Korelasi Manual

Tabel Kerja Analisis Korelasi dan Korelasi Ganda

| Res | X ₁ | X ₂ | Y | X ₁ ² | X ₂ ² | Y ² | X ₁ Y | X ₂ Y | X ₁ X ₂ |
|-----|----------------|----------------|-------|-----------------------------|-----------------------------|----------------|------------------|------------------|-------------------------------|
| 1 | 17 | 97 | 7.1 | 289 | 9409 | 50.41 | 120.70 | 688.70 | 1649 |
| 2 | 16 | 85 | 6.2 | 256 | 7225 | 38.44 | 99.20 | 527.00 | 1360 |
| 3 | 12 | 75 | 6.7 | 144 | 5625 | 44.89 | 80.40 | 502.50 | 900 |
| 4 | 14 | 77 | 6.6 | 196 | 5929 | 43.56 | 92.40 | 508.20 | 1078 |
| 5 | 15 | 82 | 7.0 | 225 | 6724 | 49.00 | 105.00 | 574.00 | 1230 |
| 6 | 17 | 77 | 6.3 | 289 | 5929 | 39.69 | 107.10 | 485.10 | 1309 |
| 7 | 19 | 76 | 8.0 | 361 | 5776 | 64.00 | 152.00 | 608.00 | 1444 |
| 8 | 14 | 74 | 6.0 | 196 | 5476 | 36.00 | 84.00 | 444.00 | 1036 |
| 9 | 14 | 85 | 6.0 | 196 | 7225 | 36.00 | 84.00 | 510.00 | 1190 |
| 10 | 12 | 82 | 6.3 | 144 | 6724 | 39.69 | 75.60 | 516.60 | 984 |
| 11 | 15 | 75 | 6.6 | 225 | 5625 | 43.56 | 99.00 | 495.00 | 1125 |
| 12 | 14 | 90 | 6.4 | 196 | 8100 | 40.96 | 89.60 | 576.00 | 1260 |
| 13 | 12 | 72 | 6.1 | 144 | 5184 | 37.21 | 73.20 | 439.20 | 864 |
| 14 | 10 | 93 | 6.4 | 81 | 8649 | 40.96 | 57.60 | 595.20 | 837 |
| 15 | 11 | 68 | 6.0 | 121 | 4624 | 36.00 | 66.00 | 408.00 | 748 |
| 16 | 7 | 88 | 6.2 | 49 | 7744 | 38.44 | 43.40 | 545.60 | 616 |
| 17 | 12 | 92 | 8.2 | 144 | 8464 | 67.24 | 98.40 | 754.40 | 1104 |
| 18 | 12 | 70 | 6.0 | 144 | 4900 | 36.00 | 72.00 | 420.00 | 840 |
| 19 | 11 | 65 | 6.2 | 100 | 4225 | 38.44 | 62.00 | 403.00 | 650 |
| 20 | 14 | 79 | 6.1 | 169 | 6241 | 37.21 | 79.30 | 481.90 | 1027 |
| 21 | 14 | 76 | 6.2 | 196 | 5776 | 38.44 | 86.80 | 471.20 | 1064 |
| 22 | 18 | 91 | 7.2 | 324 | 8281 | 51.84 | 129.60 | 655.20 | 1638 |
| 23 | 18 | 73 | 6.4 | 324 | 5329 | 40.96 | 115.20 | 467.20 | 1314 |
| 24 | 11 | 70 | 6.3 | 100 | 4900 | 39.69 | 63.00 | 441.00 | 700 |
| 25 | 10 | 69 | 6.3 | 81 | 4761 | 39.69 | 56.70 | 434.70 | 621 |
| 26 | 12 | 81 | 6.1 | 121 | 6561 | 37.21 | 67.10 | 494.10 | 891 |
| ? | 345 | 2062 | 168.9 | 4815 | 165406 | 1105.53 | 2259.30 | 13445.80 | 27479 |

| | |
|----------------|------------|
| Maka : ? X_1 | = 345 |
| ? X_2 | = 2062 |
| ? Y | = 168.9 |
| ? X_1^2 | = 4815 |
| ? X_2^2 | = 165406 |
| ? Y^2 | = 1105.53 |
| ? X_1Y | = 2259.30 |
| ? X_2Y | = 13445.80 |
| ? X_1X_2 | = 27479 |
| N | = 26 |

Terdapat Hubungan Signifikan Kesegaran Jasmani (X_1) dengan Hasil Belajar (Y)

1. Korelasi Kesegaran Jasmani (X_1) dengan Hasil Belajar (Y)

Dengan menggunakan rumus korelasi *Product Moment*, maka diperoleh harga r_{x_1y} sebagai berikut :

$$\begin{aligned}
 r &= \frac{N \cdot SX_1Y - SX_1 \cdot SY}{\sqrt{\left\{ N \cdot SX_1^2 - (SX_1)^2 \right\} \left\{ N \cdot SY^2 - (SY)^2 \right\}}} \\
 &= \frac{26 \cdot (2259.30) - (345) (168.9)}{\sqrt{\left\{ 26 (4815) - (345)^2 \right\} \left\{ 26 (1105.53) - (168.9)^2 \right\}}} \\
 &= 0.408 > r_{\text{tab}} 0.388
 \end{aligned}$$

2. Pengujian Signifikansi Koefisien Korelasi (Distribusi t)

$$\begin{aligned}
 t &= \frac{r \sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}} \\
 &= \frac{0.408 \sqrt{26-2}}{\sqrt{1-(0.408)^2}} \\
 t &= 2.189
 \end{aligned}$$

Dengan $\alpha = 0.05$ dan $dk = n - 2$, diperoleh nilai $t_{tabel} = 1.711$, yaitu dari 1- α atau 0.95 sebagai dk pembilang dan $n-2$ (24) sebagai dk penyebut. Kriteria pengujian adalah: jika $t_{hitung} > t_{tabel}$, H_0 menyatakan tidak terdapat hubungan antara variabel ditolak. Sebaliknya jika $t_{hitung} < t_{tabel}$ maka H_0 diterima.

Oleh karena $t_{hitung} (2.189) > t_{tabel} (1.711)$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel kebugaran jasmani dengan hasil belajar.

Terdapat Hubungan Signifikan Motivasi Belajar (X_2) dengan Hasil Belajar (Y)

1. Korelasi Motivasi Belajar (X_2) dengan Hasil Belajar (Y)

Dengan menggunakan rumus korelasi *Product Moment*, maka diperoleh harga r_{xy} sebagai berikut :

$$\begin{aligned}
 r &= \frac{N \cdot SX_2Y - SX_2 \cdot SY}{\sqrt{\left\{ N \cdot SX_2^2 - (SX_2)^2 \right\} \left\{ N \cdot SY^2 - (SY)^2 \right\}}} \\
 &= \frac{26 \cdot (13445.80) - (2062) (168.9)}{\sqrt{\left\{ 26 (165406) - (2062)^2 \right\} \left\{ 26 (1105.53) - (168.9)^2 \right\}}} \\
 &= 0.406 > r_{tab} 0.388
 \end{aligned}$$

2. Pengujian Signifikansi Koefisien Korelasi (Distribusi t)

$$\begin{aligned}
 t &= \frac{r \sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}} \\
 &= \frac{0.406 \sqrt{26-2}}{\sqrt{1-(0.406)^2}} \\
 t &= 2.176
 \end{aligned}$$

Dengan $\alpha = 0.05$ dan $dk = n - 2$, diperoleh nilai $t_{tabel} = 1.711$, yaitu dari 1- α atau 0.95 sebagai dk pembilang dan $n-2$ (24) sebagai dk penyebut. Kriteria pengujian adalah : Jika $t_{hitung} > t_{tabel}$, H_0 menyatakan tidak terdapat hubungan antara variabel ditolak. Sebaliknya jika $t_{hitung} < t_{tabel}$ maka H_0 diterima.

Oleh karena $t_{hitung} (2.176) > t_{tabel} (1.711)$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel motivasi belajar dengan hasil belajar.

Terdapat Hubungan Signifikan Kesegaran Jasmani (X_1) dan Motivasi Belajar Secara Bersama (X_2) dengan Hasil Belajar (Y)

1. Korelasi Kesegaran Jasmani (X_1) dengan Motivasi Belajar (X_2)

Dengan menggunakan rumus korelasi *Product Moment*, maka diperoleh harga r sebagai berikut :

$$\begin{aligned}
 r &= \frac{N \cdot SX_1X_2 - SX_1 \cdot SX_2}{\sqrt{\left\{ N \cdot SX_1^2 - (SX_1)^2 \right\} \left\{ N \cdot SX_2^2 - (SX_2)^2 \right\}}} \\
 &= \frac{26 \cdot (27479) - (345) (2062)}{\sqrt{\left\{ 26 (4815) - (345)^2 \right\} \left\{ 26 (165406) - (2062)^2 \right\}}} \\
 &= 0.177
 \end{aligned}$$

2. Korelasi Kesegaran Jasmani dan Motivasi Belajar dengan Hasil Belajar.

| Variabel | Y | X_1 | X_2 |
|----------|-------|-------|-------|
| Y | - | 0.408 | 0.406 |
| X_1 | 0.408 | - | 0.177 |
| X_2 | 0.406 | 0.177 | - |

$$R_{y.x_1x_2} = \sqrt{\frac{r^2_{yx_1} + r^2_{yx_2} - 2r_{yx_1} r_{yx_2} r_{x_1x_2}}{1 - r^2_{x_1x_2}}}$$

$$R_{y.x_1x_2} = \sqrt{\frac{(0.408)^2 + (0.406)^2 - 2(0.408)(0.406)(0.177)}{1 - (0.177)^2}}$$

$$R_{y.x_1x_2} = 0.531 > r_{\text{tabel}} (0.388)$$

3. Pengujian Signifikansi Korelasi Ganda (Distribusi f)

$$F = \frac{R^2_{yx_1x_2} / k}{(1 - R^2_{yx_1x_2}) / (n - k - 1)}$$

Dimana : $R_{y.x_1x_2}$: Koefisien korelasi ganda
 n : Jumlah sampel
 k : Jumlah variable predictor

$$F = \frac{(0.531)^2 / 2}{(1 - (0.531)^2) / (26 - 2 - 1)}$$

$$F = 4.518$$

Dengan menggunakan $k = 2$ sebagai dk pembilang dan $(n - k - 1)$
 $= (26 - 2 - 1) = 23$ sebagai dk penyebut, maka dalam distribusi F, nilai
 F_{table} adalah sebesar 3.42.

Jadi $F_{\text{hitung}} (4.518) > F_{\text{tabel}} (3.42)$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel kebugaran jasmani dan motivasi belajar secara bersama dengan hasil belajar.

4. Pengujian Independensi antar Variabel Bebas/Prediktor (Distribusi t)

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

$$t = \frac{0.177 \sqrt{26-2}}{\sqrt{1-(0.177)^2}}$$

$$t = 0.881$$

Dengan $\alpha = 0.05$ dan $dk = n - 2$, diperoleh nilai $t_{\text{tabel}} = 1.711$, yaitu dari $1 - \alpha$ atau 0.95 sebagai dk pembilang dan $n-2$ (24) sebagai dk penyebut.

Oleh karena $t_{\text{hitung}} (0.881) < t_{\text{tabel}} (1.711)$, maka H_0 diterima

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara variabel bebas yaitu kesegaran jasmani (X_1) dan motivasi belajar (X_2). Dengan kata lain dapat diartikan bahwa tidak terdapat kontaminasi hubungan antara variabel bebas dalam kaitannya dengan variabel terikat.

TABEL X
TABEL HARGA-HARGA KRITIS
DALAM TEST KOLMOGOROV-SMIRNOV

| N | One Tailed Test | | Two Tailed Test | |
|----|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| | $\alpha = 0.05$ | $\alpha = 0.01$ | $\alpha = 0.05$ | $\alpha = 0.01$ |
| 3 | 3 | - | - | - |
| 4 | 4 | - | 4 | - |
| 5 | 4 | 5 | 5 | 5 |
| 6 | 5 | 6 | 5 | 6 |
| 7 | 5 | 6 | 6 | 6 |
| 8 | 5 | 6 | 6 | 7 |
| 9 | 6 | 7 | 6 | 7 |
| 10 | 6 | 7 | 7 | 8 |
| 11 | 6 | 8 | 7 | 8 |
| 12 | 6 | 8 | 7 | 8 |
| 13 | 7 | 8 | 7 | 9 |
| 14 | 7 | 8 | 8 | 9 |
| 15 | 7 | 9 | 8 | 9 |
| 16 | 7 | 9 | 8 | 10 |
| 17 | 8 | 9 | 8 | 10 |
| 18 | 8 | 10 | 9 | 10 |
| 19 | 8 | 10 | 9 | 10 |
| 20 | 8 | 10 | 9 | 11 |
| 21 | 8 | 10 | 9 | 11 |
| 22 | 9 | 11 | 9 | 11 |
| 23 | 9 | 11 | 10 | 11 |
| 24 | 9 | 11 | 10 | 12 |
| 25 | 9 | 11 | 10 | 12 |
| 26 | 9 | 11 | 10 | 12 |
| 27 | 9 | 12 | 10 | 12 |
| 28 | 10 | 12 | 11 | 13 |
| 29 | 10 | 12 | 11 | 13 |
| 30 | 10 | 12 | 11 | 13 |
| 35 | 11 | 13 | 12 | - |
| 40 | 11 | 14 | 13 | - |

Sumber :

Sugiono, 2002:296. Statistika untuk Penelitian. Bandung : CV. Alfabeta.

TABEL NILAI-NILAI 'r' PRODUCT MOMENT

| N | Taraf Sig. | | N | Taraf Sig. | | N | Taraf Sig. | |
|----|------------|-------|----|------------|-------|------|------------|-------|
| | 5% | 1% | | 5% | 1% | | 5% | 1% |
| 3 | 0.997 | 0.999 | 27 | 0.381 | 0.487 | 55 | 0.266 | 0.345 |
| 4 | 0.950 | 0.990 | 28 | 0.374 | 0.478 | 60 | 0.254 | 0.330 |
| 5 | 0.878 | 0.959 | 29 | 0.367 | 0.470 | 65 | 0.244 | 0.317 |
| 6 | 0.811 | 0.917 | 30 | 0.361 | 0.463 | 70 | 0.235 | 0.306 |
| 7 | 0.754 | 0.874 | 31 | 0.355 | 0.456 | 75 | 0.227 | 0.296 |
| 8 | 0.707 | 0.834 | 32 | 0.349 | 0.449 | 80 | 0.220 | 0.286 |
| 9 | 0.666 | 0.798 | 33 | 0.344 | 0.442 | 85 | 0.213 | 0.278 |
| 10 | 0.632 | 0.765 | 34 | 0.339 | 0.436 | 90 | 0.207 | 0.270 |
| 11 | 0.602 | 0.735 | 35 | 0.334 | 0.430 | 95 | 0.202 | 0.263 |
| 12 | 0.576 | 0.708 | 36 | 0.329 | 0.424 | 100 | 0.195 | 0.256 |
| 13 | 0.553 | 0.684 | 37 | 0.325 | 0.418 | 125 | 0.176 | 0.230 |
| 14 | 0.532 | 0.661 | 38 | 0.320 | 0.413 | 150 | 0.159 | 0.210 |
| 15 | 0.514 | 0.641 | 39 | 0.316 | 0.408 | 175 | 0.148 | 0.194 |
| 16 | 0.497 | 0.623 | 40 | 0.312 | 0.403 | 200 | 0.138 | 0.181 |
| 17 | 0.482 | 0.606 | 41 | 0.308 | 0.398 | 300 | 0.113 | 0.148 |
| 18 | 0.468 | 0.590 | 42 | 0.304 | 0.393 | 400 | 0.098 | 0.128 |
| 19 | 0.456 | 0.575 | 43 | 0.301 | 0.389 | 500 | 0.088 | 0.115 |
| 20 | 0.444 | 0.561 | 44 | 0.297 | 0.384 | 600 | 0.080 | 0.105 |
| 21 | 0.433 | 0.549 | 45 | 0.294 | 0.380 | 700 | 0.074 | 0.097 |
| 22 | 0.423 | 0.537 | 46 | 0.291 | 0.376 | 800 | 0.070 | 0.091 |
| 23 | 0.413 | 0.526 | 47 | 0.288 | 0.372 | 900 | 0.065 | 0.086 |
| 24 | 0.404 | 0.515 | 48 | 0.284 | 0.368 | 1000 | 0.062 | 0.081 |
| 25 | 0.396 | 0.505 | 49 | 0.281 | 0.364 | | | |
| 26 | 0.388 | 0.496 | 50 | 0.279 | 0.361 | | | |

Dikutip dari :

Sugiyono, 2002. *Statistika untuk Penelitian*. Bandung ; CV.ALFA BETA. pp: 288.

| TABEL NILAI-NILAI DALAM DISTRIBUSI ' t ' | | | | | | |
|--|-------|-------|-------|--------|--------|--------|
| α Untuk Uji dua pihak (two tail test) | | | | | | |
| | 0.50 | 0.20 | 0.10 | 0.05 | 0.02 | 0.01 |
| α Untuk Uji satu pihak (one tail test) | | | | | | |
| dk | 0.25 | 0.10 | 0.05 | 0.025 | 0.01 | 0.005 |
| 1 | 1.000 | 3.078 | 6.314 | 12.706 | 31.821 | 63.657 |
| 2 | 0.816 | 1.886 | 2.920 | 4.303 | 6.965 | 9.925 |
| 3 | 0.765 | 1.638 | 2.353 | 3.182 | 4.541 | 5.841 |
| 4 | 0.741 | 1.533 | 2.132 | 2.776 | 3.747 | 4.604 |
| 5 | 0.727 | 1.486 | 2.015 | 2.571 | 3.365 | 4.032 |
| 6 | 0.718 | 1.440 | 1.943 | 2.447 | 3.143 | 3.707 |
| 7 | 0.711 | 1.415 | 1.895 | 2.365 | 2.998 | 3.499 |
| 8 | 0.706 | 1.397 | 1.860 | 2.306 | 2.896 | 3.355 |
| 9 | 0.703 | 1.383 | 1.833 | 2.262 | 2.821 | 3.250 |
| 10 | 0.700 | 1.372 | 1.812 | 2.228 | 2.764 | 3.165 |
| 11 | 0.697 | 1.363 | 1.796 | 2.201 | 2.718 | 3.106 |
| 12 | 0.695 | 1.356 | 1.782 | 2.178 | 2.681 | 3.055 |
| 13 | 0.692 | 1.350 | 1.771 | 2.160 | 2.650 | 3.012 |
| 14 | 0.691 | 1.345 | 1.761 | 2.145 | 2.624 | 2.977 |
| 15 | 0.690 | 1.341 | 1.753 | 2.132 | 2.623 | 2.947 |
| 16 | 0.689 | 1.337 | 1.746 | 2.120 | 2.583 | 2.921 |
| 17 | 0.688 | 1.333 | 1.740 | 2.110 | 2.567 | 2.898 |
| 18 | 0.688 | 1.330 | 1.743 | 2.101 | 2.552 | 2.878 |
| 19 | 0.687 | 1.328 | 1.729 | 2.093 | 2.539 | 2.861 |
| 20 | 0.687 | 1.325 | 1.725 | 2.086 | 2.528 | 2.845 |
| 21 | 0.686 | 1.323 | 1.721 | 2.080 | 2.518 | 2.831 |
| 22 | 0.686 | 1.321 | 1.717 | 2.074 | 2.508 | 2.819 |
| 23 | 0.685 | 1.319 | 1.714 | 2.069 | 2.500 | 2.807 |
| 24 | 0.685 | 1.318 | 1.711 | 2.064 | 2.492 | 2.797 |
| 25 | 0.684 | 1.316 | 1.708 | 2.060 | 2.485 | 2.787 |
| 26 | 0.684 | 1.315 | 1.706 | 2.056 | 2.479 | 2.779 |
| 27 | 0.684 | 1.314 | 1.703 | 2.052 | 2.473 | 2.771 |
| 28 | 0.683 | 1.313 | 1.701 | 2.048 | 2.467 | 2.763 |
| 29 | 0.683 | 1.311 | 1.699 | 2.045 | 2.462 | 2.756 |
| 30 | 0.683 | 1.310 | 1.697 | 2.042 | 2.457 | 2.750 |
| 40 | 0.681 | 1.303 | 1.684 | 2.021 | 2.423 | 2.704 |
| 60 | 0.679 | 1.296 | 1.671 | 2.000 | 2.390 | 2.660 |
| 120 | 0.677 | 1.289 | 1.658 | 1.980 | 2.358 | 2.617 |
| ∞ | 0.674 | 1.282 | 1.645 | 1.960 | 2.326 | 2.576 |

Sumber :

Sugiono, 2002. *Statistika Untuk Penelitian*
Bandung, CV. Alfabeta, PP 287.

TABLE 95TH PERCENTILE OF THE 'F' DISTRIBUTION (VALUES OF 'F 0.05 α ; μ_1, μ_2)^a

| N | Degrees of freedom for numerator, μ_1 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----------|---|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|----------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 12 | 15 | 20 | 24 | 30 | 40 | 60 | 120 | ∞ |
| 1 | 161 | 200 | 216 | 225 | 230 | 234 | 237 | 239 | 241 | 242 | 244 | 246 | 248 | 249 | 250 | 251 | 252 | 253 | 254 |
| 2 | 18.5 | 19.0 | 19.2 | 19.2 | 19.3 | 19.3 | 19.4 | 19.4 | 19.4 | 19.4 | 19.4 | 19.4 | 19.4 | 19.5 | 19.5 | 19.5 | 19.5 | 19.5 | 19.5 |
| 3 | 10.1 | 9.55 | 9.28 | 9.12 | 9.01 | 8.94 | 8.89 | 8.85 | 8.81 | 8.79 | 8.74 | 8.70 | 8.66 | 8.64 | 8.62 | 8.59 | 8.57 | 8.55 | 8.53 |
| 4 | 7.71 | 6.94 | 6.59 | 6.39 | 6.26 | 6.16 | 6.09 | 6.04 | 6.00 | 5.96 | 5.91 | 5.86 | 5.80 | 5.77 | 5.75 | 5.72 | 5.69 | 5.66 | 5.63 |
| 5 | 6.61 | 5.79 | 5.41 | 5.19 | 5.05 | 4.95 | 4.88 | 4.82 | 4.77 | 4.74 | 4.68 | 4.62 | 4.56 | 4.53 | 4.50 | 4.46 | 4.43 | 4.40 | 4.37 |
| 6 | 5.99 | 5.14 | 4.76 | 4.53 | 4.39 | 4.28 | 4.21 | 4.15 | 4.10 | 4.06 | 4.00 | 3.94 | 3.87 | 3.84 | 3.77 | 3.74 | 3.70 | 3.67 | 3.67 |
| 7 | 5.59 | 4.74 | 4.35 | 4.12 | 3.97 | 3.87 | 3.79 | 3.73 | 3.68 | 3.64 | 3.57 | 3.51 | 3.44 | 3.41 | 3.38 | 3.34 | 3.30 | 3.27 | 3.23 |
| 8 | 5.32 | 4.46 | 4.07 | 3.84 | 3.69 | 3.58 | 3.50 | 3.44 | 3.39 | 3.35 | 3.28 | 3.22 | 3.15 | 3.12 | 3.08 | 3.04 | 3.01 | 2.97 | 2.93 |
| 9 | 5.12 | 4.26 | 3.86 | 3.63 | 3.48 | 3.37 | 3.29 | 3.23 | 3.18 | 3.14 | 3.07 | 3.01 | 2.94 | 2.90 | 2.86 | 2.83 | 2.79 | 2.75 | 2.71 |
| 10 | 4.96 | 4.10 | 3.71 | 3.48 | 3.33 | 3.22 | 3.14 | 3.07 | 3.02 | 2.98 | 2.91 | 2.85 | 2.77 | 2.74 | 2.70 | 2.66 | 2.62 | 2.58 | 2.54 |
| 11 | 4.84 | 3.98 | 3.59 | 3.36 | 3.20 | 3.09 | 3.01 | 2.95 | 2.90 | 2.85 | 2.79 | 2.72 | 2.65 | 2.61 | 2.57 | 2.53 | 2.49 | 2.45 | 2.40 |
| 12 | 4.75 | 3.89 | 3.49 | 3.26 | 3.11 | 3.00 | 2.91 | 2.85 | 2.80 | 2.75 | 2.69 | 2.62 | 2.54 | 2.51 | 2.47 | 2.43 | 2.38 | 2.34 | 2.30 |
| 13 | 4.67 | 3.81 | 3.41 | 3.18 | 3.03 | 2.92 | 2.83 | 2.77 | 2.71 | 2.67 | 2.60 | 2.53 | 2.46 | 2.42 | 2.38 | 2.34 | 2.30 | 2.25 | 2.21 |
| 14 | 4.60 | 3.74 | 3.34 | 3.11 | 2.96 | 2.85 | 2.76 | 2.70 | 2.65 | 2.60 | 2.53 | 2.46 | 2.39 | 2.35 | 2.31 | 2.27 | 2.22 | 2.18 | 2.13 |
| 15 | 4.54 | 3.68 | 3.29 | 3.06 | 2.90 | 2.79 | 2.71 | 2.64 | 2.59 | 2.54 | 2.48 | 2.40 | 2.33 | 2.29 | 2.25 | 2.20 | 2.16 | 2.11 | 2.07 |
| 16 | 4.49 | 3.63 | 3.24 | 3.01 | 2.85 | 2.74 | 2.66 | 2.59 | 2.54 | 2.49 | 2.42 | 2.35 | 2.28 | 2.24 | 2.19 | 2.15 | 2.11 | 2.06 | 2.01 |
| 17 | 4.45 | 3.59 | 3.20 | 2.96 | 2.81 | 2.70 | 2.61 | 2.55 | 2.49 | 2.45 | 2.38 | 2.31 | 2.23 | 2.19 | 2.15 | 2.10 | 2.06 | 2.01 | 1.96 |
| 18 | 4.41 | 3.55 | 3.16 | 2.93 | 2.77 | 2.66 | 2.58 | 2.51 | 2.46 | 2.41 | 2.34 | 2.27 | 2.19 | 2.15 | 2.11 | 2.06 | 2.03 | 1.97 | 1.92 |
| 19 | 4.38 | 3.52 | 3.13 | 2.90 | 2.74 | 2.63 | 2.54 | 2.48 | 2.42 | 2.38 | 2.31 | 2.23 | 2.16 | 2.11 | 2.07 | 2.03 | 1.98 | 1.93 | 1.88 |
| 20 | 4.35 | 3.49 | 3.10 | 2.87 | 2.71 | 2.60 | 2.51 | 2.45 | 2.39 | 2.35 | 2.28 | 2.20 | 2.12 | 2.08 | 2.04 | 1.99 | 1.95 | 1.90 | 1.84 |
| 21 | 4.32 | 3.47 | 3.07 | 2.84 | 2.68 | 2.57 | 2.49 | 2.42 | 2.37 | 2.32 | 2.25 | 2.18 | 2.10 | 2.05 | 2.01 | 1.96 | 1.92 | 1.87 | 1.81 |
| 22 | 4.30 | 3.44 | 3.05 | 2.82 | 2.66 | 2.55 | 2.46 | 2.40 | 2.34 | 2.30 | 2.23 | 2.15 | 2.07 | 2.03 | 1.98 | 1.94 | 1.89 | 1.84 | 1.78 |
| 23 | 4.28 | 3.42 | 3.03 | 2.80 | 2.64 | 2.53 | 2.44 | 2.37 | 2.32 | 2.27 | 2.20 | 2.13 | 2.05 | 2.01 | 1.96 | 1.91 | 1.86 | 1.81 | 1.76 |
| 24 | 4.26 | 3.40 | 3.01 | 2.78 | 2.62 | 2.51 | 2.42 | 2.36 | 2.30 | 2.25 | 2.18 | 2.11 | 2.03 | 1.98 | 1.94 | 1.89 | 1.84 | 1.79 | 1.73 |
| 25 | 4.24 | 3.39 | 2.99 | 2.76 | 2.60 | 2.49 | 2.40 | 2.34 | 2.28 | 2.24 | 2.16 | 2.09 | 2.01 | 1.96 | 1.92 | 1.87 | 1.82 | 1.77 | 1.71 |
| 30 | 4.17 | 3.32 | 2.92 | 2.69 | 2.53 | 2.42 | 2.33 | 2.27 | 2.21 | 2.16 | 2.09 | 2.01 | 1.93 | 1.89 | 1.84 | 1.79 | 1.74 | 1.68 | 1.62 |
| 40 | 4.08 | 3.23 | 2.84 | 2.61 | 2.45 | 2.34 | 2.25 | 2.18 | 2.12 | 2.08 | 2.00 | 1.92 | 1.84 | 1.79 | 1.74 | 1.69 | 1.64 | 1.58 | 1.51 |
| 60 | 4.00 | 3.15 | 2.76 | 2.53 | 2.37 | 2.25 | 2.17 | 2.10 | 2.04 | 1.99 | 1.92 | 1.84 | 1.75 | 1.70 | 1.65 | 1.59 | 1.53 | 1.47 | 1.39 |
| 120 | 3.92 | 3.07 | 2.68 | 2.45 | 2.29 | 2.18 | 2.09 | 2.02 | 1.96 | 1.91 | 1.83 | 1.75 | 1.66 | 1.61 | 1.55 | 1.50 | 1.43 | 1.35 | 1.25 |
| ∞ | 3.84 | 3.00 | 2.60 | 2.37 | 2.21 | 2.10 | 2.01 | 1.94 | 1.88 | 1.83 | 1.75 | 1.67 | 1.57 | 1.52 | 1.46 | 1.39 | 1.32 | 1.22 | 1.00 |

Dikutip :

E.A. Maxwell, 1983. *Introduction to Statistik Thinking*. New Jersey 07632 : Prentice-Hall, INC, Englewood Cliffs.

PP 541

Lampiran 19

DOKUMENTASI PENELITIAN



Start lari 40 meter siswa putra



Start lari 40 meter siswa putri



Gantung siku tekuk siswa putra



Gantung siku tekuk siswa putri



Baring duduk siswa putra



Baring duduk siswa putri



Sikap menentukan raihan tegak siswa putra



Sikap menentukan raihan tegak siswa putra



Sikap awalan loncat tegak siswa putra



Sikap awalan loncat tegak siswa putri



Lari 600 meter siswa putra



Lari 600 meter siswa putri



Dokumentasi pengisian angket



Dokumentasi pengisian angket



KEMENTERIAN PENDIDIKAN NASIONAL
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Kampus UNP Air Tawar Padang Telp. (0751)- 7059901

Nomor : 1136/UN35.1.3/PG/ 2011
Hal : Izin Penelitian

30 Nopember 2011

Yth. Sdr. Kepala Dinas Pendidikan
Kab. Muko-muko
Up. UPT. Dinas Kec. XIV Koto
Di
XIV Koto

Dengan hormat,

Bersama ini kami mohon kesediaan Saudara untuk memberi izin melaksanakan Penelitian mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang :

Nama : Mistra Ependi
BP/NIM : 08/06849
Jurusan/ Prodi : PO/Penjaskesrek
Tempat Penelitian : SD Negeri 03 XIV Koto
Judul Penelitian : "HUBUNGAN KESEGERAN JASMANI DAN MOTIVASI BELAJAR TERHADAP HASIL BELAJAR DI SD NEGERI 03 XIV KOTO DESA PAUH TERENJA KECAMATAN XIV KOTO KABUPATEN MUKO-MUKO"

Dilaksanakan : Desember 2011 s/d Januari 2012

Demikianlah kami sampaikan atas bantuan dan kerjasama saudara diartikan terima kasih.


A.n. Dekan,
Pembantu Dekan I,

Drs. Syafrizar, M. Pd
NIP. 19600919 198703 1 003

Tembusan : Yth,

1. Kepala SD Negeri 03 XIV Koto Kec. XIV Koto
2. Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga
3. Yang bersangkutan



PEMERINTAH KABUPATEN MUKOMUKO
KANTOR KESATUAN BANGSA, POLITIK DAN SANDI
Jl. Imam Bonjol Komplek Perkantoran Pemda Telp.(0737)71002

REKOMENDASI
NOMOR : 800 / 492 / F.3 / XII / 2011

1. Dasar : Surat dari Universitas Negeri Padang Fakultas Ilmu KeolahRagaan Nomor : 1136/UN35.1.3/PG/2011, tanggal 30 November 2011, perihal : Izin Penelitian
- Nama : **MISTRA EFENDI**
NIM/NPM : 08/06849
Daerah Penelitian : SD.Negeri.03 Kecamatan.XIV.Koto Kabupaten Mukomuko.
Lama Penelitian : 1 (satu) bulan terhitung tanggal mulai dikeluarkan.
Judul Penelitian : " Hubungan Kesegaran Jasmani Dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Di SD.Negeri.03.XIV.Koto Desa Pauh Terenja Kecamatan XIV.Koto Kabupaten Mukomuko "
2. Pada prinsipnya Kantor Kesatuan Bangsa, Politik dan Sandi Kabupaten Mukomuko tidak keberatan diadakan Kegiatan Penelitian yang dimaksud, dengan catatan / ketentuan :
- Harus mentaati semua ketentuan perundang-undangan yang berlaku;
 - Apabila masa berlaku Rekomendasi ini sudah berakhir, sedangkan penelitian belum selesai perpanjangan Rekomendasi Penelitian harus diajukan kembali pada instansi pemohon;
 - Selesai melaksanakan Penelitian **HARUS** melaporkan hasil kegiatan Kepada Kepala Kantor Kesbangpol dan Sandi Kabupaten Mukomuko.

Demikian Rekomendasi ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagai mana mestinya.

Mukomuko, 06 Desember 2011


Kepala Kantor
Kasi Sandi Dan Pengendalian
Media Komunikasi
[Signature]
Elbi Syalfiana, S.Sos.
NIP. 197708182006042035

Tembusan Disampaikan Kepada YTH :

- Bupati Mukomuko (Sebagai Laporan);
- Kepala Dinas Pendidikan Kab.Mukomuko;
- Kepala Dinas Dispora Kab.Mukomuko;
- Kepala SD.Negeri.03 XIV.Koto;
- Yang Bersangkutan;
- Arsip.



PEMERINTAH KABUPATEN MUKOMUKO
DINAS PENDIDIKAN

Alamat : Jl. Bandar Baru Komplek Perkantoran Pemda Mukomuko Kode Pos : 38365

Email : icdidikas_mukomuko@yahoo.co.id

Mukomuko, 06 Desember 2011

Nomor : 420/2775 /D.1/2011
Lamp. :-
Perihal : Izin Penelitian

Kepada Yth,
Kepala SD Negeri 03 XIV Koto
di-
Pauh Terenja

Dasar : Surat dari Kantor Kesatuan Bangsa, Politik dan Sandi, kabupaten Mukomuko, Nomor : 1136/UN35.1.3/PG/2011, tanggal 30 Nopember 2011, perihal : Rekomendasi Izin Penelitian.

Nama : MISTRA EFENDI

NIM/NPM : 08/06849

Fakultas : Ilmu Keolah Ragaan

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Judul Penelitian : Hubungan Kesegaran Jasmani dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Di Sekolah Dasar Negeri 03 XIV Koto, desa Pauh Terenja, kabupaten Mukomuko.

Tempat Penelitian : SD Negeri 03 XIV Koto, desa Pauh Terenja, kabupaten Mukomuko

Lama Penelitian : 1 (satu) bulan, terhitung dari tanggal Izin Penelitian dikeluarkan.

An, Kepala Dinas Pendidikan
Kabupaten Mukomuko
Ka. Bag. Umum,



S. H. Y. I. N. O. S. H

19690306 199104 1 001



**PEMERINTAH KABUPATEN MUKOMUKO
DINAS PENDIDIKAN
SEKOLAH DASAR NEGERI 03 XIV KOTO**

*Alamat : Jalan Lintas Bengkulu Padang desa Pauh Terenja
Kode pos 38365*



SURAT IZIN PENELITIAN

Nomor: 420/131 /SDN 03 XIV KOTO/2011

Kepala SD Negeri 03 XIV Koto Kabupaten Mukomuko dengan ini menerangkan sesungguhnya bahwa:

Nama : MISTRA EPENDI
Bp/NIM : 2008/06849
Pekerjaan : Mahasiswa FKIP Universitas Negeri Padang
Pelaksanaan : Desember s/d Januari 2011
Alamat : Desa Pauh Terenja Kec. XIV Koto Kab. Mukomuko

Untuk melaksanakan penelitian, dalam rangka penyusunan skripsi yang berjudul:

"Hubungan Kesegaran Jasmani dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Siswa Di Sekolah Dasar Negeri 03 XIV Koto Desa Pauh Terenja Kecamatan XIV Koto Kabupaten Mukomuko."

Demikian surat izin ini dibuat dan diberikan kepada yang bersangkutan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dikeluarkan di : Pauh Terenja

Pada Tanggal : DESEMBER 2011

KEPALA SD 03 XIV KOTO



HARTIL A.Ma.Pd

NIP: 19650603 199405 2001

TEMBUSAN YTH :

1. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang Alamat: Jl. Prof. Dr. Hamka Air Tawar, Telp (0751)7059901 Padang.
2. Kepala Dinas Pendidikan Kabupaten Mukomuko di Mukomuko.
3. Kepala SDN 03 XIV Koto Kab. Mukomuko.
4. Yang Bersangkutan.