

**MOTIVASI SISWA DALAM AKTIVITAS SENAM KESEGRAN JASMANI  
DI SEKOLAH DASAR NEGERI 18 ANDURING  
KECAMATAN KURANJI PADANG**

**SKRIPSI**

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga  
Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Pendidikan*



**Oleh  
Donal Melky  
NIM: 06663**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLARHAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG**

**2012**

## HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Motivasi Siswa Dalam Aktivitas Senam  
Kesehatan Jasmani di SDN 18 Anduring  
Kecamatan Kuranji Kota Padang

Nama : Donal Melky

NIM/Bp : 06663/2008

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

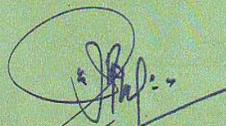
Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Juli 2012

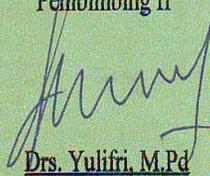
Disetujui oleh :

Pembimbing I



Drs. Marjohan, Hs. M.Pd  
NIP. 19521102 198703 1 001

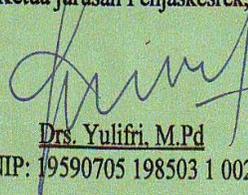
Pembimbing II



Drs. Yulifri, M.Pd  
NIP: 19590705 198503 1 002

Mengetahui :

Ketua jurusan Penjasokesrek,



Drs. Yulifri, M.Pd  
NIP: 19590705 198503 1 002

**HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI**

*Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Di Depan Tim Penguji Skripsi  
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang*

**Judul :**

**MOTIVASI SISWA DALAM AKTIVITAS SENAM KESEGERAN  
JASMANI DI SEKOLAH DASAR NEGERI 18 ANDURING  
KECAMATAN KURANJI PADANG**

Nama : Donal Melky  
BP/NIM : 2006/06663  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Agustus 2012

**Tim Penguji:**

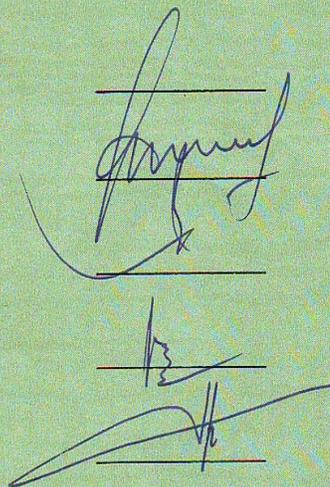
**Ketua : Drs. Marjohan, M.Pd.**

**Sekretaris : Drs. Yulifri, M.Pd.**

**Anggota : Drs. Zarwan, M.Kes.**

**Drs. Nirwandi, M.Pd.**

**Drs. Edwarsyah, M.Kes**



The image shows three handwritten signatures in blue ink, each written over a horizontal line. The first signature is the largest and most prominent, followed by two smaller signatures below it.

## بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

*“barang siapa yang menempuh suatu jalan untuk mencari ilmu maka Allah akan memudahkan jalan baginya untuk menuju surga”*

*(HR: Abu Hurairah)*

*“sesungguhnya sesudah ada kesulitan itu ada kemudahan.maka apa bila engkau telah selesai dengan suatu pekerjaan,segeralauhan engkau kerjakan dengan sungguh-sungguh urusan lain.dan hanya kepada Tuhanmu lah hendaknya kamu berharap”*

*(Q.S: Al Insyirah: 6-8*

*Terimakasihku kepada ALLAH SWT yang selalu melimpahkan rahmatnya kepadaku sehingga aku bisa menyelesaikan tugas akhirku selama aku menjalani perkuliahan di fakultas ilmu keolahragaan ini, begitu banyak kelalaian dan kesalahan yang telah kuperbuat tapi engkau selalu mempermudah jalanku untuk dapat menyelesaikan semua tugas-tugas dan urusanku...*

*Kupersembahkan sebuah karya kecil ku ini untuk penawar dahaga setiap tetesan keringat kasih Papa (Yuddi Putra), untuk belaian dalam kasih sayang disetiap untaian Doa Mama (Nurcemelti).*

*Untuk Abang-abang dan kakak ku tersayang (Davitra Melfata,Rudy Yumendra,Riyo Yunanda,Renol Zulfami,Silvia Safril) yang selalu memberikan motivasi untukku,makasi banyak Buat bang Davit dan bang Riyo Suksesya..... semoga cepat nyelesaian S1 nya.buat mak Nyak Semoga cept dapat jodoh ya. Kemudian kakak-kakak iparku (Wira,Lusy,Suci,Helen) makasi banget karena selalu memberikan semangat buatku.*

*Dan Anak-anak Uncu (Rayhan,Nabil,Wawa,fathan) makasih ya sayang. . . . senyum dan tawa kalian membuat uncu semakin semangat dalam melakukan setiap tugas-tugas kuliah uncu dan semoga kelak anak-anak uncu menjadi orang yang sukses dan berhasil.*

Untuk Vayola (yang sudah meniggalkan Kami semua,semoga menjadi Penghuni Syurga.Kami Semua selalu merindukan mu Nak) .

Untuk Keluarga besarku terimakasih untuk seluruh cinta,pengorbanan sehingga aku dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik,tnpa Kalian aku bukan lah sapa-sapa.terima kasih ya Allah Engkau telah kirimkan semua yang terbaik untukku.

Terimakasih buat Tri Mustika, S.Pd yang selalu ada menemaniku kemanapun aku pergi,yang telah memberikan semangat,motifasi,sekeping perhatian dan kasih sayang yang tulus untukku.....!!!!!!!!!

Buat teman2 seperjuangan Ade putra yang baru ngedapatin gelar S.Pd alias pangek dan teman-teman yang laen akhirnya perjuangan kita berhasil juga semoga kita cepat dapat kerja. AAAAMMMMMMIIIIINNNNNN Hehe hehe....

Bagi teman-teman yang belum nyelesaikan Skripsinya(Re,Deri) moga2 cepat selesai ya.....jangan lupa tu.....kalian gak boleh nyerah.tetap semangat bro...hahahaha.....

Buat geng Warrior (Pacul, Cimot dan Tono. . . . . terima kasi atas support kalian yang slama ne kalian ajukan sehingga tertanam pada diri ku semangat yang bergelora dan dahsyaaaaaaat.....Wkwkwkwkw.

Untuk teman-teman , semangat, candaan dan kebersamaan dan perjuanganya ketika penulisan, sidang, foto sampe ngurusin buat daftar wisuda kita..walopun cape dan ngabisin duit ternyata pengorbanan kita ga sia-sia kita diwisuda juga guys!

Untuk teman-teman di kampus thanks bertubi-tubi daah buat kalian selama dikampus kita dapetin memory yang ga bakal didapet orang laen..havefun, godain cewe, kehabisan duit, nangkring bareng dan banyak lagi keanehan-keanehan yang udah kita ciptakan bersama..walopun aku duluan tapi kalian mesti nyusul juga,,jangan kelamaan maleboy dikampus tar keburu tua dan expire hohoho *KEEP BE SPIRIT MAN.*

satu persatu dari kita (termasuk aku) udah ninggalin ni kampus tercinta→ cakep yah FIK yang sekarang!! sayaaangg kita keburu udah cabut dari ni kampus sebelum berenang-

*renang ria di kolam yang ngabisin waktu beberapa periode dan angkatan ini..termasuk fasilitas-fasilitas laen yg direhabilitasi juga huhu..tapi bersama kalian sudah memberikan kesan tersendiri untuku...SUKSES untuk kita!!*

*Untuk semua mua yang ikut bergoro membantu dalam penyelesaian skripsi ini..THANK U SO MUCH...DON'T STOP BELIEVIN!!*

*Akhir kata kelegaan dan kepuasan yang kurasakan saat sekarang ini belum apa-apa sebelum aku meraih kesuksesan yang sesungguhnya..yaitu keberhasilan karir dan kebahagiaan orang-orang yang aku sayangi*

*doa, semangat, dan kejujuran adalah kunci dari sebuah kesuksesan ...*

*Dan buat teman2 angkatan Bp 2008 Jurusan PGSD Penjas makasi b'wangat ya atas masukan dan saran nya.*

*.....Menjadi orang yang lebih baik dan berarti*



*Donal Melky, S.Pd*

## **SURAT PERNYATAAN**

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis sekaligus diterbitkan orang lain, kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim digunakan.

Padang, Agustus 2012  
Yang menyatakan,

Donal Melky

## **ABSTRAK**

### **Motivasi siswa Dalam Aktivitas Senam Kesegaran Jasmani Di Sekolah Dasar Negeri 18 Anduring Kecamatan Kuranji Padang .**

**OLEH : Donal Melky. 2012.**

Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan informasi sekaligus mendeskripsikan motivasi siswa dalam kegiatan senam kesegaran jasmani di Sekolah Dasar Negeri 18 Anduring kecamatan Kuranji Padang, tahun ajaran 2012, dengan sampel sebanyak 45 siswa kelas IV dan V. Klasifikasi penelitian adalah deskriptif menggunakan metode survei. Data dikumpulkan melalui angket dianalisis dengan statistik deskriptif tabulasi frekuensi dalam bentuk persentase.

Hasil temuan penelitian di lapangan sebagai berikut; (1) Secara intrinsik, siswa bermotivasi sangat tinggi ditemukan yang menjawab dengan frekuensi (F) sangat setuju sebanyak 555 atau sebanyak 24,67%, pernyataan Setuju 336 atau sebanyak 18,67 %, pernyataan Ragu-ragu 282 atau sebanyak 20,90 %, pernyataan Tidak Setuju 198 atau sebanyak 22 % dan pernyataan Sangat Tidak Setuju 55 atau sebanyak 12,22 %. (2) Secara ekstrinsik, siswa bermotivasi sangat tinggi ditemukan yang menjawab dengan frekuensi (F) sangat setuju 545 atau sebanyak 24,22%, pernyataan Setuju 516 atau sebanyak 28,67 %, pernyataan Ragu-ragu 285 atau sebanyak 21,11 %, pernyataan Tidak Setuju 160 atau sebanyak 17,78 % dan pernyataan Sangat Tidak Setuju 37 atau sebanyak 8,22 %, dan (3). Kemampuan guru dalam aktivitas senam kesegaran jasmani di Sekolah Dasar Negeri 18 Anduring Kecamatan Kuranji Padang tergolong tinggi. Hal ini ditunjukkan dengan hasil jawaban yang diberikan siswa sebanyak 45 orang melalui angket, jumlah Frekuensi (F) yang menjawab sangat setuju sebanyak 640 (28,44%) pernyataan Sangat Setuju, 528 (29,33 %) pernyataan Setuju, 207 (15,33 %) pernyataan Ragu-ragu, 152 (16,89%) pernyataan Tidak Setuju dan 45 (10,00 %) pernyataan Sangat Tidak Setuju.

Dengan demikian, kesimpulan dari hasil temuan penelitian ini adalah baik secara intrinsik maupun ekstrinsik siswa memiliki motivasi tinggi dalam kegiatan senam kesegaran jasmani. Begitu juga dengan kemampuan guru dalam pelaksanaan kegiatan SKJ. Untuk itu, disarankan kepada para guru / pembina kegiatan senam kesegaran jasmani di Sekolah Dasar Negeri 18 Anduring kecamatan Kuranji Padang agar lebih profesional dalam meningkatkan kegiatan senam kesegaran jasmani sehingga melahirkan generasi yang berprestasi, sehat, bugar, kreatif dan sportif.

**Kata kunci : Motivasi, Kemampuan dan Senam Kesegaran Jasmani.**



## KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Penulis mengucapkan puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada penulis, sehingga skripsi ini dapat tersusun dan terselesaikan sebagaimana mestinya. Salawat dan salam kepada Nabi Besar Muhammad SAW, yang telah menyampaikan risalah sebagai pedoman hidup untuk keselamatan umat di dunia dan akhirat.

Penulisan skripsi ini bertujuan untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh gelar sarjana pendidikan pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang dengan judul, "*Motivasi siswa Dalam Ativitas Senam Kesegaran Jasmani di Sekolah Dasar Negeri 18 Anduring Kecamatan Kuranji Padang* "

Selama penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dan masukan pemikiran, bimbingan dan dorongan dari berbagai pihak. Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang setinggi-tingginya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Phill. Yanuar Kiram selaku Rektor UNP yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan perkuliahan.
2. Bapak Drs. Arsil. M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Drs. Yulifri M.Pd, selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga.
4. Bapak Drs. Marjohan, H.s, M.Pd. selaku Pembimbing I dan Drs. Yulifri, M.Pd, sebagai Pembimbing II, yang telah memberikan masukan dan arahan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Drs. Zarwan, M.Kes, Drs. Nirwandi, M.Pd, dan Drs. Edswarsyah, M.Kes selaku tim penguji yang telah banyak memberikan masukan yang bermanfaat.
6. Terima kasih Kepada Kepala Sekolah Dasar Negeri 18 Anduring Kec. Kuranji Kota Padang.
7. Teman-teman yang telah memotivasi dan membantu dalam penyelesaian penyusunan skripsi ini.

8. Teristimewa Ayahanda dan Ibunda tercinta serta Kakak dan Adik yang telah banyak memberikan dukungan moril dan materil serta do'a yang selalu mengiringi kegiatan penelitian dan penulisan, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

ix

Semoga bantuan, bimbingan dan petunjuk Bapak/Ibuk, dan teman-teman yang telah diberikan, menjadi amal ibadah dan mendapat balasan yang berlipat ganda di sisi Allah SWT. Amin-amin Ya Rabbal 'Alamin !! Mudah-mudahan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua ke depan.

Padang, Juli 2012

Penulis

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	ii
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	iii
<b>ABSTRAK</b> .....	ix
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	x
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xi
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xiii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	4
C. Pembatasan Masalah.....	4
D. Perumusan Masalah .....	5
E. Tujuan Penelitian .....	5
F. Manfaat Penelitian .....	6
<b>BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN</b>	
A. Kajian Teori .....	7
B. Kerangka Konseptual.....	15
C. Pertanyaan penelitian .....	16
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Jenis, Waktu, dan Tempat Penelitian .....	17
B. Populasi dan Sampel .....	18
C. Jenis dan Sumber Data.....	19
D. Teknik dan Alat Pengumpul Data.....	19
E. Instrumen Penelitian .....	20
F. Teknik Analisis Data.....	21
<b>BAB IV ANALISIS DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Data.....	22
B. Pembahasan.....	28
<b>BAB V KESIMPULAN</b>	
A. Kesimpulan .....	35
B. Saran .....	36
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

1. Distribusi Populasi Siswa Sekolah Dasar Negeri 18 Anduring Kecamatan Kuranji Padang .....	18
2. Sampel Penelitian.....	19
3. Kisi-Kisi Instrumen Penelitian.....	20
4. Motivasi siswa dalam aktivitas SKJ di SDN 18 Anduring, Kec, Kuranji, Padang .....	23
5. Motivasi Siswa Instrinsik dalam aktivitas SKJ di SDN 18 Anduring, Kec, Kuranji, Padang .....	24
6. Motivasi Siswa Ekstrinsik dalam aktivitas SKJ di SDN 18 Anduring, Kec, Kuranji, Padang .....	26
7. Kemampuan guru dalam aktivitas SKJ di SDN 18 Anduring, Kec, Kuranji, Padang .....	27

## DAFTAR GAMBAR

### Gambar :

1. Histogram Motivasi Instrinsik..... 24
2. Histogram Ekstrinsik ..... 26
3. Histogram Kemampuan Guru..... 28

## DAFTAR LAMPIRAN

### Lampiran

1. Kisi-kisi instrument penelitian .....	37
2. Angket instrument penelitian .....	38
3. Pengolahan Data Angket .....	41
4. Dokumentasi .....	44

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Pendidikan mempunyai peranan penting dalam upaya mencerdaskan kehidupan bangsa dan mengembangkan kualitas manusia seutuhnya. Secara keseluruhan pendidikan bertujuan untuk mempersiapkan siswa agar dapat berperan dalam masa yang akan datang sebagaimana yang telah dijelaskan dalam Undang-Undang pendidikan No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pasal 1 ayat 1 bahwa “Pendidikan adalah usaha sadar yang bertujuan untuk mengembangkan potensi siswa yang memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan bagi dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

Sebagai penyelenggara pendidikan dasar formal, sekolah mempunyai jalur pendidikan yang terstruktur dan berjenjang yang terdiri atas pendidikan dasar, pendidikan menengah, dan pendidikan tinggi. Pendidikan dasar yaitu SD, Ibtidaiyah, dan MI. Pendidikan menengah pertama, yaitu SMP, dan MTsN. Sekolah menengah atas, yaitu SMA/MAN/SMK dan pendidikan tinggi yaitu perguruan tinggi.

Sekolah Dasar merupakan salah satu pendidikan dasar formal yang mendasari untuk melanjutkan ke jenjang yang lebih tinggi, yang berperan dalam melaksanakan fungsi dari pendidikan nasional agar fungsi dari pendidikan tercapai. Sekolah Dasar harus berupaya memberdayakan semua komponen yang ada. Salah satu komponen yang harus diberdayakan yaitu siswa, sebab siswa adalah salah satu komponen yang dapat dijadikan tolak ukur untuk mengukur keberhasilan suatu sekolah. Yaitu

kemampuan siswa dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani kesehatan dan olahraga yang diajarkan oleh guru di sekolah.

Untuk mencapai tujuan pendidikan yang demikian sempurna ini membutuhkan peran serta yang baik dari penyelenggaraan pendidikan, subjek pendidikan (guru), objek pendidikan (siswa), serta lingkungan sekitar. Oleh karena itu guru, kepala sekolah, dan pengelola pendidikan harus dapat memajukan sistem pendidikan nasional untuk melaksanakan proses pembelajaran serta pengelolaan belajar inovatif sehingga pendidikan kita dapat berubah seiring dengan perubahan zaman yang semakin maju.

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang diajarkan di sekolah memiliki peranan yang penting, yaitu memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan yang terpilih yang dilakukan secara sistematis (BSNP 2006:3). Dalam pelaksanaannya, sebagai media pendidikan jasmani adalah aktivitas gerak, seperti yang tertara dalam kurikulum, yang terdiri dari, senam kesegaran jasmani, permainan, atletik, beladiri, dan renang.

Senam kesegara jasmani ( SKJ ) adalah salah satu aktivitas gerak yang wajib dilaksanakan oleh setiap siswa di Sekolah Dasar Negeri 18 Anduring Kecamatan Kuranji Padang, mulai dari kelas I sampai dengan kelas VI. Tujuan dari Senam Kesegaran Jasmani adalah untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa. Dalam pelaksanaannya telah diprogramkan setiap hari atau sebelum masuk ruang kelas dan memulai proses pembelajaran. Seiring dengan itu, juga masing-masing sekolah melengkapi sarana dan prasarana yang dibutuhkan dalam aktivitas SKJ tersebut.

Namun setelah dilakukan observasi dalam kegiatan belajar mengajar, siswa dalam belajar terlihat kurang semangat dan sering mengantuk. Dalam artian, tingkat kebugaran jasmani siswa ini masih rendah. Begitu juga dalam melaksanakan Senam Kesegaran Jasmani, siswa juga terlihat cepat merasa lelah dan bahkan ada yang tidak mampu menyelesaikan sampai kegiatan SKJ berakhir. Dalam pelaksanaan Senam Kesegaran Jasmani penulis sering melihat siswa yang melakukan kegiatan Senam Kesegaran Jasmani ini secara asal-asalan dalam gerakan-gerakan senam, bahkan jika tidak ada guru yang mengawas, siswa tersebut tidak melakukan gerakan-gerakan senam kesegaran jasmani. Berkaitan dengan fenomena rendahnya kebugaran jasmani mungkin juga disebabkan oleh kemampuan guru olahraga.

Bermuaranya pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang merangsang pertumbuhan fisik dan psikis yang seimbang, pelaksanaan bukan seperti selama ini yang terjadi yakni kecendrungan dalam memberikan makna mutu pendidikan hanya dinaikkan dengan aspek kognitif semata, terbaikannya aspek-aspek moral, akhlak, budi pekerti, seni, psikomotor serta *life skill* (BSNP, 2006:4). Untuk efektifnya pelaksanaan bidang studi pendidikan jasmani olahraga dan rekreasi sangat dibutuhkan pengetahuan dan keterampilan guru untuk pencapaian keberhasilan belajar siswa, karena di dalam penyampaian materi pembelajaran, penjasorkes lebih banyak dilakukan dengan pembelajaran praktek dari pada pembelajaran teori.

Dari uraian di atas, menurut hemat penulis banyak faktor yang menyebabkan kurang efektifnya pelaksanaan aktivitas SKJ dimaksud. Mungkin saja disebabkan karena kurangnya kemampuan fisik siswa, atau disebabkan faktor motivasi siswa dalam mengikuti aktivitas. Untuk lebih sempurnanya aktivitas SKJ sekaligus dapat

meningkatkan kebugaran jasmani dan hasil belajar siswa, maka dalam kesempatan ini penulis tertarik untuk melihat “Motivasi siswa dalam aktivitas Senam Kesegaran Jasmani di Sekolah Dasar Negeri 18 Anduring Kecamatan Kuranji Padang”.

### **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, motivasi siswa dalam aktivitas senam kesegaran jasmani pada Sekolah Dasar Negeri 18 Anduring Kecamatan Kuranji Padang, maka antara lain dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Motivasi guru dan siswa
2. Pemahaman siswa
3. Sarana dan prasarana
4. Kondisi lingkungan sekolah
5. Kemampuan guru penjasorkes
6. Dukungan kepala sekolah
7. Partisipasi guru kelas

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang diuraikan di atas ternyata banyak variabel-variabel yang berpengaruh terhadap permasalahan yang akan diteliti, namun karena keterbatasan waktu, tenaga, dan biaya maka penelitian ini dibatasi pada variabel: (1) Motivasi siswa, dan (2) Kemampuan guru penjasorkes.

#### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan uraian yang terdapat pada latar belakang masalah dan pembatasan masalah maka dapat dirumuskan permasalahan penelitian yaitu:

1. Sejauh mana motivasi intrinsik siswa dalam aktivitas Senam Kesegaran Jasmani di Sekolah Dasar Sekolah Dasar Negeri 18 Anduring Kecamatan Kuranji Padang.
2. Sejauh mana motivasi ekstrinsik siswa dalam aktivitas Senam Kesegaran Jasmani di Sekolah Dasar Sekolah Dasar Negeri 18 Anduring Kecamatan Kuranji Padang.
3. Sejauhmana tingkat kemampuan guru penjasorkes dalam pelaksanaan Senam Kesegaran Jasmani di Sekolah Dasar Negeri 18 Anduring Kecamatan Kuranji Padang.

#### **E. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan rumusan masalah yang telah dikemukakan maka tujuan penelitian adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui sekaligus mendeskripsikan tentang motivasi intrinsik siswa dalam pelaksanaan senam kesegaran jasmani di Sekolah Dasar Negeri 18 Anduring Kecamatan Kuranji Padang.
2. Untuk mengetahui sekaligus mendeskripsikan tentang motivasi ekstrinsik siswa dalam pelaksanaan senam kesegaran jasmani di Sekolah Dasar Negeri 18 Anduring Kecamatan Kuranji Padang

3. Untuk mengetahui sekaligus mendeskripsikan tentang kemampuan guru olahraga dalam pelaksanaan Senam Kesegaran Jasmani di Sekolah Dasar Negeri 18 Anduring Kecamatan Kuranji Padang.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi:

1. Penulis, sebagai memenuhi persyaratan memperoleh gelar sarjana pendidikan pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Guru dan siswa, sebagai pedoman dalam pelaksanaan senam kesegaran jasmani di sekolah.
3. Perpustakaan, sebagai bahan bacaan dalam rangka menambah khasanah ilmu pengetahuan.
4. Peneliti berikutnya, sebagai bahan referensi dalam rangka mempertajam penelitian yang relevan.
5. Depdikbud, sebagai pedoman dalam menerapkan kebijakan untuk meningkatkan kualitas guru dan siswa di sekolah.