

**PENGARUH MODIFIKASI PEMBELAJARAN PENJASORKES TERHADAP
MOTIVASI BELAJAR SISWA DI SD N 20 TUNGGUL HITAM
KECAMATAN KOTO TANGAH PADANG**

SKRIPSI

*Ditulis Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan Olahraga Pada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang*



Oleh :

IRWAN
2007-89795

**JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2011**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : **PENGARUH MODIFIKASI PEMBELAJARAN PENJASORKES
TERHADAP MOTIVASI BELAJAR SISWA DI SD N 20
TUNGGUL HITAM KECAMATAN KOTO TANGAH PADANG**

Nama : **Irwan**

TM/NIM : **2007/89795**

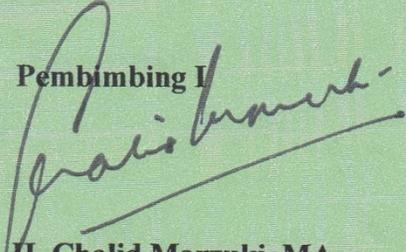
Program Studi : **Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi**

Jurusan : **Pendidikan Olahraga**

Fakultas : **Ilmu Keolahragaan**

Padang, Agustus 2011

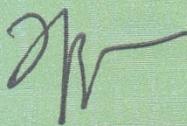
Pembimbing I


Dr. H. Chalid Marzuki, MA
NIP.1951111301982011001

Pembimbing II


Drs. Ali Umar, M.Kes
NIP.195503091986031006

Mengetahui
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga


Drs. Hendri Neldi, M. Kes, AIFO
NIP. 196205 02 198723 1 002

HALAMAN PENGESAHAN LULUS SKIRPSI

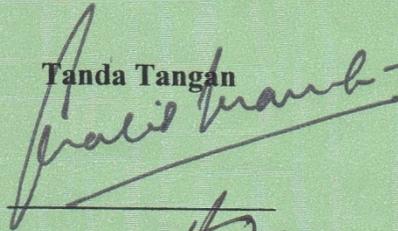
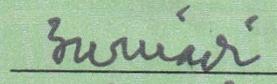
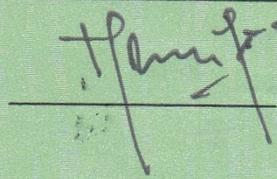
Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu keolahragaan Universitas Negeri Padang

Judul : Pengaruh Modifikasi Pembelajaran Penjasorkes Terhadap Motivasi Belajar Siswa di SD N 20 Tunggul Hitam Kecamatan Koto Tangah Padang

Nama : Irwan
TM/NIM : 2007/89795
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Agustus 2011

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Dr. H. Chalid Marzuki, MA	1. 
2. Sekretaris	: Drs. Ali Umar, M.Kes	2. 
3. Anggota	: Drs. Zalfendi, M.Kes	3. 
4. Anggota	: Drs. Wiliardi Rasyid, M.Pd	4. 
5. Anggota	: Drs. Madri, M.Kes. AIFO	5. 

ABSTRAK

Pengaruh Modifikasi Pembelajaran Penjasorkes Terhadap Motivasi Belajar Siswa di SD N 20 Tunggul Hitam Kecamatan Koto Tangah Padang.

OLEH : IRWAN/2011/ 89795

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya motivasi belajar siswa. Fenomena yang teramati adalah masih terdapat siswa yang bermasalah dalam belajar penjasorkes, siswa terlihat tidak mengikuti pelajaran penjasorkes. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh modifikasi pembelajaran penjasorkes terhadap motivasi belajar siswa. Hipotesis yang dikemukakan dalam penelitian ini terdapat pengaruh yang berarti dari modifikasi pembelajaran Penjasorkes terhadap motivasi belajar siswa.

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian eksperimen, yang dilakukan di SD N 20 Tunggul Hitam dimulai dari bulan Juni 2011 sampai Agustus 2011. Populasi pada penelitian ini adalah siswa kelas III – V, sampel penelitian ini siswa kelas III sampai V sebanyak 40 orang dengan teknik *purposive sampling*. Teknik pengambilan data yang dipakai menggunakan kuisioner.

Pengujian hipotesis menggunakan uji t. Sebelum uji t dilakukan terlebih dahulu dilakukan analisis data yaitu tes awal dan tes akhir. Berdasarkan analisis dapat diperoleh nilai “t” hitung, ternyata nilai $t_{hit} = 3,50$ lebih besar dibandingkan dengan nilai $t_{tab} 2.02$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh modifikasi pembelajaran Penjasorkes terhadap motivasi belajar siswa.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal ini dengan judul: “Pengaruh Modifikasi Pembelajaran Penjasorkes Terhadap Motivasi Belajar Siswa di SD N 20 Tunggul Hitam Kecamatan Koto Tangah Padang”.

Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas negeri Padang (UNP).

Dalam menyusun skripsi ini penulis menyadari masih banyak kekurangan, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca demi kesempurnaan.

Dalam pelaksanaan penyusunan penelitian skripsi ini, penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Baik berupa moril maupun materil.

Untuk itu penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah menyediakan kesempatan dalam fasilitas belajar dalam penyelesaian skripsi ini.
2. Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah memberikan bahan administrasi dalam penyelesaian skripsi ini.

3. Bapak Dr. Chalid Marzuki, MA selaku pembimbing I dan Bapak Drs. Ali Umar, M.Kes selaku pembimbing II yang telah membimbing, mengarahkan dan memeberikan masukan berharga demi penyelesaian skripsi ini.
4. Drs. Zalfendi, M.Kes, Drs. Wiliardi Rasyid, M.Pd, Drs. Madri, M.Kes AIFO sebagai dosen penguji yang telah memberikan nasehat, arahan dan koreksi selama penyelesaian skripsi ini.
5. Staf pengajar di FIK UNP tempat penulis berguru dan menimba ilmu.
6. Orang yang berarti dalam hidup penulis, Ayahanda Musmar dan Mama Marni serta kakak-kakak dan adik-adik yang selalu berdoa dan memberikan bantuan moril dan materil Kepada kedua orang tuaku yang sangat kucintai, yang telah mencurahkan kasih sayang dan dorongan kepadaku.
7. Rekan-rekan mahasiswa FIK UNP yang tidak mungkin disebut satu persatu
Semoga bantuan yang telah diberikan dalam proses penelitian ini mulai persiapan sampai pelaksanaan penulisannya mendapat imbalan yang setimpal dari Allah SWT. Akhirnya segala kekurangan dalam penelitian ini supaya menjadi perhatian bagi peneliti berikutnya.

Padang, Agustus 2011

Penulis

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GRAFIK	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB 1 PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah.....	8
C. Pembatasan masalah.....	8
D. Perumusan Masalah.....	8
E. Tujuan Penelitian.....	9
F. Kegunaan Penelitian.....	9
BAB II KERANGKA TEORI	
A. Kajian Teoritis.....	10
1. Hakekat Motivasi	10
2. Modifikasi	38
B. Kerangka Konseptual	49
C. Hipotesis	50
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis, Waktu dan Tempat Penelitian	51

B. Defenisi Operasional Variable Penelitian	51
C. Populasi dan Sampel	52
D. Jenis dan Sumber Data	53
E. Instrumen Penelitian.....	53
F. Teknik Analisis Data	55
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Deskripsi Data.....	59
B. Analisis Data	64
C. Pembahasan.....	64
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	66
B. Saran.....	66
DAFTAR PUSTAKA	67
LAMPIRAN.....	69

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Jumlah populasi siswa	52
2. Jumlah sampel siswa.....	53
3. Rerata hitung dan standar deviasi data penelitian	59
4. Distribusi frekuensi data <i>preetest</i> motivasi belajar	60
5. Distribusi frekuensi data <i>posttest</i> motivasi belajar.....	61
6. Uji normalitas data penelitian	63
7. Uji homogenitas data penelitian	63
8. Uji hipotesis data penelitian	64

DAFTAR GRAFIK

Grafik	Halaman
1. Frekuensi data <i>preetest</i> motivasi belajar	61
2. Frekuensi data <i>posttest</i> motivasi belajar	62

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
3. Uji normalitas data <i>preetest</i>	69
4. Uji normalitas data <i>posttest</i>	71
5. Uji homogenitas	73
6. Uji hipotesis	74
7. Kisi-kisi penelitian	76
8. Instrument penelitian	77
9. Siswa SD N 20 Tunggul Hitam Kecamatan Koto Tengah Padang.....	80
10. Rencana penelitian pembelajaran.....	82
11. Rencana penelitian pembelajaran.....	86

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pembangunan manusia di Indonesia pada hakikatnya adalah salah satu upaya yang dilakukan secara sadar, berencana dan berkesinambungan menuju suatu perubahan dan kemajuan serta perbaikan yang sempurna. Dalam pelaksanaan pembangunan kita semua dituntut selalu berusaha menambah, memperdalam serta meningkatkan kualitas dan kuantitas ilmu pengetahuan serta keterampilan. Untuk itu, sektor pendidikan memegang peranan penting dalam upaya pencapaian tujuan tersebut

Adapun tujuan pendidikan adalah untuk meningkatkan sumber daya manusia yang memiliki kompetensi sehingga mampu mengangkat harkat dan martabat bangsa. Dalam Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 dinyatakan bahwa fungsi pendidikan nasional adalah:

“Bahwa pendidikan nasional berfungsi untuk mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar beriman dan bertaqwa pada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, cerdas, kreatif, mandiri dan menjadi warga yang bertanggung jawab”.

Berdasarkan kutipan diatas terlihat bahwa pendidikan merupakan suatu wahana dalam bentuk watak serta menciptakan masyarakat Indonesia berbudi luhur yang berdasarkan Pancasila, melalui pendidikan ini diharapkan masyarakat

Indonesia memiliki pengetahuan serta mampu mengangkat harkat dan menjadikan harga diri bangsa menjadi lebih bermartabat di mata bangsa-bangsa lain.

Pemerintah selalu berusaha meningkatkan mutu pendidikan, terutama melakukan perbaikan pada berbagai bidang tertentu untuk kemajuan pendidikan di Indonesia. Perbaikan yang dilakukan tersebut seiring dengan tuntutan zaman dan keadaan masa sekarang, seperti peningkatan terhadap mutu pendidikan, peningkatan kualitas guru dengan diadakan seminar tentang pendidikan, pelatihan guru, studi lanjut, perbaikan sarana dan prasarana, dan perbaikan kurikulum.

Berbagai usaha yang dilakukan untuk perbaikan mutu pendidikan yang salah satunya menjadikan bidang studi pendidikan jasmani sebagai salah satu mata pelajaran wajib disetiap jenjang pendidikan dan pemberlakuan kurikulum belajar dalam setiap mata pelajaran. Ini juga merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan kualitas pengajaran sumber daya manusia Indonesia seutuhnya. Dan bertujuan untuk membiasakan anak hidup sehat sehingga mencapai tingkat kesegaran jasmani yang baik melalui aktivitas gerak atau jasmani.

Pendidikan jasmani merupakan salah satu bidang pendidikan yang diberikan mulai dari Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), Sekolah Menengah Atas (SMA). Hal ini ditujukan untuk mengembangkan potensi diri sehingga terbentuknya peserta didik yang berkualitas, memiliki kompetensi sehingga mampu mengembangkan kemampuan intelektual dan memberikan kematangan mental dan emosional yang selaras dan seimbang. Sebagaimana tercantum dalam Undang-Undang Republik Indonesia No. 3 Tahun 2005 Pasal 1

tentang Sistem Keolahragaan Nasional bahwa “ Olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong dan membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani dan sosial”. Hal ini semakin menegaskan bahwa pendidikan jasmani sangat penting diberikan pada siswa karena untuk mengembangkan potensi baik jasmani maupun rohani.

Pendidikan jasmani memberikan potensi besar pada kehidupan setiap peserta didik, sebagai bentuk kondisi fisik juga mampu mengembangkan kemampuan psikis, sekaligus membentuk pola hidup yang sehat dan bugar sepanjang hayat. Sebagaimana yang dijelaskan Depdiknas dalam Gusril (2009: 32) bahwa:

“Pendidikan jasmani olah raga dan kesehatan merupakan bagian integral pendidikan yang mampu mengembangkan anak/ individu secara utuh dalam arti mencakup aspek-aspek jasmaniah, intelektual (kemampuan interpretatif) emosional, dan moral spiritual yang dalam proses pembelajarannya mengutamakan aktivitas jasmani dan pembiasaan hidup sehat”.

Berdasarkan kutipan diatas dapat dijelaskan bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan keseluruhan, yang berarti mempunyai derajat dan kepentingan yang sama dengan mata pelajaran lainnya. Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani juga tidak terlepas dari kurikulum, karena kurikulum sebagai acuan dalam program pengajaran yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas peserta didik. Di dalam kurikulum sebagai acuan dalam program pengajaran yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas peserta didik. Di dalam kurikulum juga dirumuskan berbagai bentuk proses pembelajaran yang

bertujuan untuk mencapai tujuan kompetensi. Setiap mata pelajaran memiliki rumusan kurikulum tersendiri begitu juga dengan pendidikan jasmani yang memiliki kurikulum dalam mencapai tujuannya. Dengan demikian sikap pembelajaran pendidikan jasmani yang dilakukan di Sekolah Menengah Pertama (SMP) berdasarkan kurikulum yang ditetapkan.

Pendidikan jasmani melalui aktivitas gerak dapat meningkatkan individu dari banyak aspek, pendidikan jasmani juga bertujuan untuk menghilangkan rasa jenuh siswa terhadap belajar, oleh karena itu pendidikan jasmani sering diberikan dalam bentuk permainan sehingga siswa merasa senang dan terpacu untuk melaksanakannya hingga bisa mencapai tujuan dalam pembelajaran penjas yaitu menciptakan kesegaran jasmani pada siswa. Seperti Mutohir dalam Gusril (2009: 31) mengemukakan bahwa “ pendidikan jasmani harus berorientasi kepada proses untuk mencapai kesuksesan dalam pengembangan anak secara keseluruhan menjadi manusia yang utuh.

Dengan banyaknya aktivitas gerak yang dilakukan siswa maka tanpa sadar mereka telah berusaha untuk mencapai kesegaran jasmani tanpa beban yang sangat berarti, rasa senang akan kegiatan penjas akan tercipta sehingga timbul aktivitas belajar yang tinggi, dan terwujudnya motivasi untuk melakukan kegiatan penjas. Dalam pembelajaran Penjas juga terdapat banyak aspek bagi siswa diantaranya aspek kognitif (berfikir), afektif (sikap), dan psikomotor yang terlihat pada proses gerak yang dilakukan siswa

Dengan demikian motivasi pada siswa untuk melaksanakan pembelajaran pendidikan jasmani merupakan faktor yang mempengaruhi kelancaran pembelajaran penjas disekolah dan terwujud dengan sendirinya. Perencanaan pengajaran yang diberikan oleh guru penjas disekolah harus sesuai kurikulum. Dalam merangsang dan menumbuhkan motivasi siswa terhadap pembelajaran penjasorkes adalah dengan memodifikasi bentuk permainan dan sarana prasarana penjas. Modifikasi artinya merubah, adapun 3 hal yang dapat di modifikasi peraturan permainan, modifikasi sarana dan prasarana olahraga, serta modifikasi waktu di SD N 20 Tunggul Hitam Kecamatan Koto Tangah.

Modifikasi artinya merubah/menyederhanakan, adapun 2 hal yang dapat dimodifikasi guru penjasorkes dalam pembelajaran penjasorkes ini adalah modifikasi sarana dan prasarana, dan modifikasi peraturan dan permainan olahraga di SD N 20 Tunggul Hitam Kecamatan Koto Tangah. Pembelajaran penjasorkes juga tidak lepas dengan penerapan konsep pembelajaran dengan modifikasi, dengan adanya modifikasi yang diberikan oleh guru Penjasorkes di SD N 20 Tunggul Hitam Kecamatan Koto Tangah tersebut, diharapkan siswa akan lebih tertarik dan termotivasi terhadap pembelajaran penjas sehingga siswa memiliki semangat yang tinggi dan senang melakukan aktivitas jasmani sehingga akan tercapainya kesegaran jasmani pada siswa tersebut.

Dalam meningkatkan motivasi siswa terhadap modifikasi dalam pembelajaran penjasorkes juga sangat dipengaruhi oleh peran serta guru. Dengan adanya keterampilan guru dalam mengajar dan mengelola kelas maka dengan

sendirinya siswa akan merasa nyaman dengan pembelajaran yang diberikan oleh guru penjasorkes tersebut sehingga termotivasi untuk melaksanakan pembelajaran penjasorkes.

Dalam melakukan suatu aktivitas, kita memiliki motivasi untuk mencapai tujuan tertentu, baik motivasi intrinsik maupun ekstrinsik. Ini jelas terlihat dalam kehidupan kita. Berdasarkan pengamatan penulis terhadap pembelajaran penjasorkes di SD N 20 Tunggul Hitam Kecamatan Koto Tangah, motivasi siswa di sekolah ini dalam mengikuti pembelajaran penjasorkes masih kurang walaupun guru penjasorkes di SD N 20 Tunggul Hitam Kecamatan Koto Tangah ini telah melakukan modifikasi terhadap materi yang akan diajarkan, dengan tujuan untuk merangsang motivasi siswa dalam kegiatan pembelajaran penjasorkes.

Pada kenyataannya siswa cenderung tampak kurang perhatian dan kurang termotivasi dalam mengikuti pembelajaran penjasorkes yang diberikan oleh guru. Kurangnya motivasi ini terutama terlihat pada siswa. Hal ini dapat terlihat bahwa banyak siswa yang kelihatan malas dalam mengikuti pembelajaran penjasorkes di SD N 20 Tunggul Hitam Kecamatan Koto Tangah.

Berdasarkan observasi yang penulis temui dilapangan bahwa masih terdapat siswa yang bermasalah dalam belajar penjasorkes atau proses belajar penjasorkes kurang berjalan sebagaimana mestinya, ini dapat di lihat dari tingkat kehadiran mereka dilapangan. Beberapa siswa terlihat tidak mengikuti pelajaran penjasorkes, mereka membuat alasan sakit, kurang enak badan dan sebagainya.

Selama proses belajar mengajar berlangsung khususnya mata pelajaran penjasorkes yang penulis amati langsung dilapangan, ditemukan bahwa tingkat keberhasilan siswa SD N 20 Tunggul Hitam Kecamatan Koto Tangah mengalami penurunan dalam arti kata rendahnya hasil belajar dari siswa tersebut pada semester ganjil tahun 2010, hal ini disebabkan karena kurangnya perhatian orang tua siswa kepada anaknya, atau boleh dikatakan banyak anak-anak yang mengalami kurang gizi sehingga konsentrasi siswa dalam berolahraga rendah, di karenakan menurunnya kondisi fisik siswa saat berolahraga. Sedangkan lingkungan sekolah yang cukup gersang dan panas sehingga membuat siswa gerah untuk belajar, maka hal ini menyebabkan konsentrasi siswa serta perlengkapan sarana dan prasarana sekolah dan penunjang tidak mencukupi sehingga tujuan pembelajaran penjasorkes tidak tercapai.

Hal ini mungkin disebabkan oleh beberapa faktor seperti: kurangnya motivasi siswa itu sendiri pada pembelajaran penjasorkes, motivasi meliputi motivasi ekstrinsik dan intrinsik, latar belakang pendidikan penjas, kurangnya modifikasi yang dilakukan dalam pembelajaran penjasorkes, kurangnya sarana dan prasaran dalam pembelajaran penjasorkes, kurangnya dukungan kepala sekolah terhadap pembelajaran penjasorkes, kurikulum dan perencanaan pengajaran yang kurang menarik. Sehubungan dengan masalah dan fenomena yang terjadi di SD N 20 Tunggul Hitam Kecamatan Koto Tangah, maka penulis merasa tertarik untuk melakukan penelitian, dengan mengangkat judul: "Pengaruh Modifikasi

Pembelajaran Penjasorkes Terhadap Motivasi Belajar Siswa di SD N 20 Tunggul Hitam Kecamatan Koto Tengah Padang”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas dapat didefinisikan masalah sebagai berikut:

1. Siswa kurang termotivasi dalam pembelajaran penjasorkes
2. Guru kurang memberikan modifikasi pembelajaran penjasorkes
3. Kurikulum dan perencanaan pengajaran yang dilakukan guru penjasorkes kurang menarik

C. Pembatasan Masalah

Mengingat banyaknya faktor-faktor yang ikut berperan dalam motivasi siswa terhadap modifikasi dalam pembelajaran penjasorkes di SD N 20 Tunggul Hitam Kecamatan Koto Tengah Padang dan luangnya permasalahan yang telah diuraikan di atas, serta keterbatasan penulis, maka dalam penelitian ini tidak semua masalah penelitian tersebut dapat penulis hanya membatasi pada pokok bahasan tentang:

1. Motivasi siswa
2. Modifikasi dalam pembelajaran penjasorkes

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang telah dikemukakan diatas maka dapatlah di amati suatu permasalahan yaitu apakah terdapat pengaruh modifikasi pembelajaran terhadap motivasi belajar siswa di SD N 20 Tunggul Hitam Kecamatan Koto Tengah.

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan pokok permasalahan yang telah diuraikan di atas maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh modifikasi pembelajaran terhadap motivasi belajar siswa di SD N 20 Tunggul Hitam Kecamatan Koto Tengah.

F. Kegunaan Penelitian

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai:

1. Bahan informasi kepada kepala sekolah SD N 20 Tunggul Hitam Kecamatan Koto Tengah tentang pembelajaran penjaskes dan modifikasi pembelajaran penjaskes
2. Bahan masukan bagi guru penjasorkes SD N 20 Tunggul Hitam Kecamatan Koto Tengah dalam pelaksanaan pembelajara pendidikan jasmani
3. Bahan bagi guru dalam pelaksanaan pembelajara pendidikan jasmani di SD N 20 Tunggul Hitam Kecamatan Koto Tengah
4. Media pengembangan ilmu pengetahuan da penelitian selanjutnya, serta bahan pengetahuan bagi pembaca
5. Bahan referensi bagi mahasiswa di perpustakaan FIK UNP dan Pustaka Universitas Negeri Padang

6. Salah satu syarat bagi penulis untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

BAB II

KERANGKA TEORITIS

A. Kajian Teori

1. Hakekat motivasi

Secara etimologi motivasi berasal dari bahas latin “Motive” yang berarti menggerakkan atau mendorong untuk bergerak. Selain itu motivasi berawal dari kata motif yang berarti sebagai daya yang mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu. Motif dikatakan sebagai daya penggerak dari dalam dan luar subyek untuk melakukan aktivits-aktivitas tertentu demi mencapai suatu tujuan. Bahkan motif dapat diartikan sebagai suatu kondisi Intern (kesiapsiagaan) sebagai daya penggerak yang telah menjadi aktif. Menurut Mc. Donal dalam Sardiman (2001 :77) menjelaskan “motivasi adalah perubahan energi dalam diri seseorang yang ditandai dengan munculnya (*feeling*) dan didahului dengan tanggapan terhadap adanya tujuan yang dicapai”.

Berdasarkan beberapa pendapat diatas tentang pengertian motivasi dapat diambil suatu kesimpulan bahwa, setiap seseorang dalam dirinya memiliki suatu usaha yang mendorong seseorang atau sekelompok orang untuk melaksanakan suatu tindakan atau kegiatan untuk mencapai suatu tujuan, kepuasan, menghindari hal-hal yang tidak menyenangkan meliputi aspek kognitif, motorik dan efektif. Untuk hal ini maka guru sangat memegang peranan penting. Apalagi dalam suatu

pembelajaran dimana tugas guru bukan saja merupakan hal-hal yang terdapat dalam guru tetapi mendorong memberikan inspirasi memberikan motif-motif dan bimbingan siswa dalam usaha mencapai tujuan yang diinginkan.

Dalam pengertian diatas dapat disimpulkan motivasi merupakan jantung proses belajar, oleh karena itu pentingnya motivasi dalam proses belajar dan pembelajaran penjasorkes, maka tugas guru yang utama adalah bagaimana membangun motivasi siswa terhadap apa yang dipelajari.

Menurut Alderman (1974: 91) mendefinisikan bahwa ” Motivasi sebagai suatu kecenderungan untuk berperilaku secara selektif ke suatu arah tertentu yang dikendalikan oleh adanya konsekuensi tertentu berperilaku tersebut akan bertahan sampai sasaran perilaku dapat dicapai. Jadi motivasi membuat seseorang berperilaku atau bertindak untuk mencapai tujuan tertentu.

Istilah motivasi berasal dari kata latin yakni *movere* yang berarti menggerakkan. Sedangkan dalam bahasa inggris mendorong. Dari sini motivasi diartikan sebagai pendorong atau penggerak dalam diri manusia yang diarahkan pada tujuan tertentu. Seperti yang dikemukakan oleh Namawi dalam Gusril (1998: 12) bahwa Sesuatu yang mendorong untuk untuk berbuat dikenal dengan motivasi. Kemudian pendapat ini diperkuat oleh Handoko dalam Gusril (1998: 12) yang menyatakan bahwa Motivasi diartikan sebagai keadaan dalam diri seseorang yang mendorong untuk melakukan kegiatan-kegiatan tertentu guna mencapai tujuan.

Secara umum motivasi juga diartikan sebagai daya yang menggerakkan aktivitas seharian seseorang. Dengan kata lain motivasi juga dapat dipahami sebagai pendorong yang menjadikan terealisasinya aktivitas. Munculnya keinginan untuk beraktivitas menunjukkan adanya motif pendorong pelaku aktivitas tersebut. Sejak lahir manusia telah membawa motif-motif tertentu. Dengan motif itu individu berusaha memenuhi kebutuhannya, terutama untuk kelangsungan hidupnya. Ini berarti ada motif yang bersifat alami (natural motives) yang telah ada pada waktu lahir.

Dalam perkembangan selanjutnya individu membatasi motif untuk memenuhi dan mempengaruhi kebutuhannya yang manifestasinya dibatasi dan dipengaruhi oleh keadaan lingkungannya yang disebut dengan motivasi

Menurut Dahama dan Bhatnagar dalam Setyobroto (2005: 23) memandang bahwa, motivasi sebagai proses yang menciptakan tindakan yang bertujuan yang disadari. Pendapat ini diperkuat oleh Barelson dan Stainer dalam Gunarsa (1985: 92) bahwa Motivasi adalah kekuatan dari dalam diri untuk menggerakkan dan mengarahkan atau membawa tingkah laku ke tujuan. Sesuai dengan pendapat tersebut jelas terlihat bahwa motivasi merupakan kumpulan-kumpulan perasaan, kesenangan-kesenangan, kecenderungan dan dorongan insting, yang menampak sebagai minat yang tercipta sebagai tindakan atau perilaku untuk mencapai tujuan tertentu.

Motivasi merupakan bagian dari beberapa aspek psikis manusia. Dan oleh karena itu setiap manusia normal walaupun tingkat pengetahuannya rendah pasti

memiliki motivasi. Hanya saja biasanya seseorang tidak menyadari bahwa dalam aktivitasnya itu mengandung motif. Motif merupakan sesuatu yang berfungsi untuk meningkatkan dan mempertahankan serta menentukan arah dari perilaku seseorang. Sedang motivasi merupakan motif yang tampak dalam perilaku. Motiflah yang memberi dorongan seseorang dalam melakukan aktivitas. Hampir semua aktivitas manusia di dorong oleh motif-motif tertentu yang bersifat sangat individualis. Sebagai contoh, dalam permainan bola voli, paling tidak pelakunya merasakan bermain. Dalam konteks ini, bermainlah yang menjadi motif dari permainan bola voli yang dilakukannya. Dalam hal apakah permainan itu bermanfaat bagi fisik dan prestasi adalah persoalan lain. Artinya dapat dinyatakan bahwa aktivitas yang dilakukan belum terkoordinasi untuk mendapatkan manfaat atau tujuan tertentu seperti manfaat bagi kesehatan atau sebagai aktivitas untuk mencapai kesegaran jasmani.

Sehubungan dengan persoalan ini, Gunarsa (1989: 92) menyebutkan bahwa Motivasi adalah kesatuan keinginan dan tujuan yang menjadi pendorong untuk bertingkah laku. Disamping itu Robert Singer dalam Gunarsa (1989: 93) mendefinisikan bahwa Motivasi sebagai faktor internal yang menggairahkan, mengerjakan dan mengintegrasikan tingkah laku seseorang serta mendorong seseorang untuk mencapai tujuan, dorongan dari dalam terhadap aktivitas yang bertujuan.

Dari pendapat diatas jelas terlihat bahwa motivasi merupakan keinginan dan tujuan dari dalam diri manusia yang menjadi pendorong manusia dalam

melakukan sesuatu hal untuk mencapai tujuan tertentu. Motivasi mempunyai 3 formula dasar yaitu motivasi berfungsi sebagai kemampuan, usaha dan sebagai keinginan. Kemampuan (*ability*) adalah kapasitas individu untuk melakukan sesuatu. Usaha (*effort*) adalah waktu, kemauan dan energi yang dibutuhkan individu dalam mencapai suatu tujuan. Dan keinginan (*desire*) adalah hasrat, kemauan atau usaha untuk mencapai satu tujuan.

Motivasi yang muncul dalam diri manusia selalu ada energi yang menggerakkan. Energi tersebut timbul karena ada sesuatu yang merupakan kebutuhan, keinginan sehingga menimbulkan dorongan atau keinginan individu untuk melakukan kegiatan-kegiatan tertentu guna mencapai tujuan. Motivasi pada seseorang merupakan kekuatan pendorong yang akan mewujudkan suatu pribadi guna mencapai tujuan kepuasan dirinya. Dalam proses kerjanya, motivasi mempunyai kerja untuk menggerakkan, menopang, dan menyeleksi perbuatan manusia. Jadi motivasi merupakan suatu potensi individu yang menjadi landasan bagi proses pembinaan dan pengalaman pribadi.

Dari termotivasi yang ditawarkan para pakar tentang definisi motivasi sebagaimana dikemukakan di atas, dapat dipahami bahwa secara umum motivasi adalah daya internal dalam diri seseorang untuk memperoleh atau menggapai tujuan tertentu.

Adapun 2 jenis motivasi menurut Wahjosumitjo dalam Gunarsa (1989: 93) adalah:

- a. Motivasi intrinsik

Motivasi intrinsik adalah motif-motif yang menjadi aktif berfungsi tidak perlu ditantang dari luar karena dalam dirinya setiap individu sudah ada dorongan untuk melakukan sesuatu. Dari segi tujuan kegiatan yang dilakukan dengan kata lain motivasi tersebut muncul dari kesadaran diri sendiri dengan tujuan esensial bukan sekedar simbol.

Keinginan yang disebabkan faktor pendorong dalam diri (internal) individu, tingkah laku tanpa dipengaruhi faktor lingkungan. Didalam proses belajar mengajar siswa termotivasi secara intrinsik dapat dilihat dari kegiatannya yang di tekuni dalam mengerjakan tugas belajar karena butuh dan ingin mencapai tujuan belajar yang sebenarnya.

Tujuan belajar yang sebenarnya adalah untuk menguasai apa yang sedang dipelajari, bukan mendapatkan pujian dari guru-guru, Prayitno (1989: 11) mengemukakan bahwa siswa memiliki aktifitas yang tinggi dalam belajar, siswa baru mencapai kepuasan kalau dia dapat memecahkan masalah pelajaran dengan benda atau kalau mengerjakan tugas dalam bentuk tantangan baginya dia dapat terpaut tanpa terpaksa terhadap tugas-tugas belajar tersebut atau motivasinya. Seseorang idividu dalam memperlihatkan tingkah lakunya tidak hanya olah faktor lingkungan. Tapi karena adanya energi yang berasal dari dalam diri individu itu sendiri. Kegiatan-kegiatan yang ditunjukkan oleh tingkah lakunya merupakan kehendaknya sendiri untuk mencapai tujuan yang hendak diinginkan.

Timbulnya motivasi intrinsik dalam proses belajar pada seorang peserta didik dapat diperlihatkan dari sikap dan tingkah lakunya dalam mengikuti dan

mengerjakan segala tugas-tugas yang dibebankan kepadanya. Menurut Purkey dalam Prayitno (1989: 38) bahwa, ”setiap siswa akan termotivasi secara intrinsik kalau kepuasan di dalam dirinya dalam menghadapi berbagai permasalahan di lingkungannya”. Dengan termotivasinya siswa dalam proses belajar mengajar, bila dilaksanakan secara kontiniu akan menumbuhkan kemauan dan kerja keras pada peserta didik, sehingga apabila disalurkan secara baik dapat dihubungkan dengan tujuannya untuk berpartisipasi, pengaruh yang diakibatkan dengan adanya motivasi intrinsik menimbulkan kesan kiranya faktor ini dapat terus dikembangkan dalam usaha dan menumbuh kembangkan motif peserta didik sesuai dengan potensi yang dimilikinya. Menurut Prayitno (1989: 11), “motivasi intrinsik merupakan tenaga yang paling tahan lama, karena peserta didik merasa senang dan merasa puas dalam belajar, sehingga dalam pengelolaan proses belajar mengajar peserta didik hendaknya dapat memperhatikan faktor-faktor yang timbul dari motivasi intrinsik seperti yang dimaksud dari pendapat tersebut”.

Indikator-indikator yang termasuk dalam motivasi belajar yang berasal dari faktor psikis atau dalam diri, menurut pendapat Amderson dan Fust dalam Prayitno (1989: 10) yaitu “minat, ketajaman perhatian, konsentrasi dan ketekunan”. Sedangkan Winkel (1984: 43) mengemukakan motivasi belajar terdiri atas: “sikap, perasaan, minat, dan kondisi akibat keadaan kultural secara ekonomis”.

Selanjutnya Bactiar (1983: 73) membaginya atas “kebutuhan, keinginan, ketidaksenangan, tenaga, minat, serta perasaan bersalah”. Berdasarkan pendapat

tersebut di atas, maka dapat disimpulkan bahwa indikator motivasi intrinsik adalah sikap, perasaan, minat, bakat, dan kebutuhan. Untuk lebih jelasnya dapat diuraikan pada keterangan dibawah ini :

a. Sikap

Sikap merupakan suatu manifestasi diri individu dalam menerima suatu kesan obyek berdasarkan pertimbangan yang baik maupun yang kurang baik. Mappiere (1989: 58) bahwa, “sikap sebagai kecenderungan yang relatif stabil yang dimiliki seseorang dalam bereaksi (baik reaksi yang positif maupun reaksi yang negatif) terhadap dirinya sendiri, orang lain, benda, situasi atau kondisi sekitarnya.

Menurut Winkel (1984: 44), sikap merupakan suatu kondisi intern didalam subyek yang berperan terhadap tindakan-tindakan yang timbul, terutama bila tersedia berbagai kemungkinan untuk bertindak”. Selain itu sikap juga merupakan suatu persiapan seseorang untuk bertindak secara tertentu terhadap hal-hal tertentu. Pembentukan sikap juga merupakan kondisi internal bagi individu yang memiliki pedoman terhadap tindakan-tindakannya. Pengungkapan sikap seseorang dalam belajar dapat diperhatikan dari ekspresinya dalam tingkah laku, karena ekspresi pernyataan individu terhadap suatu stimulus yang diamati orang lain.

Mappiere (1989: 59) mengungkapkan ciri-ciri sikap sebagai berikut :

1. Sikap selalu terdapat hubungan subyek-obyek.

2. Sikap tidak dibawa sejak lahir, melainkan dipelajari dan dibentuk melalui pengalaman-pengalaman
3. Sikap dapat berubah-ubah sesuai dengan keadaan lingkungan sekitar individu yang bersangkutan ada saat yang berbeda.
4. Dalam sikap tersangkut juga faktor motivasi perasaan.
5. Sikap tidak menghilang walaupun sudah di penuhi.

Dari beberapa pendapat diatas maka dapat disimpulkan, pada prinsipnya aspek yang paling penting dalam rangka menumbuhkan sikap individu adalah kemauan dan kerelaan untuk berbuat. Pelaksanaan pendidikan formal terutama mengajarkan sikap-sikap yang berkaitan dengan kondisi dan situasi, misalnya sikap dalam belajar, ketelitian dan pandangan terhadap pendidikan.

b. Perasaan

Purwanto (1990: 35) mendefinisikan perasaan sebagai “Suasana psikis yang mengambil sebagian dari pribadi dalam situasi dengan jalan membuka diri terhadap sesuatu hal berbeda dengan keadaan atau nilai dalam diri”. Selanjutnya Winkel (1984: 46) menjelaskan bahwa “aktivitas psikis yang didalamnya subyek menghayati nilai-nilai dari suatu obyek”.

Perasaan individu muncul karena mengamati, menanggapi, membayangkan, mengingat, atau memikirkan sesuatu (Bolla, 1983: 64). Menurut Mappiere (1989: 58), timbulnya perasaan merupakan metode pengamatan dari pengalaman individu

secara unik dengan benda-benda fisik lingkungannya, dengan orang tua dan saudara-saudara pergaulan sosial yang lebih luas.

Melalui faktor ini peserta didik akan mengadakan penilaian secara langsung terhadap keadaan yang ditemuinya di sekolah. Pengungkapan penilaian yang dilakukan oleh peserta didik dapat diperhatikan dari tingkah lakunya. Apabila penilaiannya mengandung makna positif, tingkah lakunya akan terungkap dengan perasaan senang, puas, gembira dan sebagainya. Sedangkan jika penilaiannya mengarah kepada hal-hal yang negatif dapat diperlihatkannya dari perasaan tidak senang dari tingkah laku yang ada, agar pelaksanaan proses belajar mengajar berlangsung secara efektif, pendidik hendaknya dapat menciptakan suatu kondisi yang sedemikian rupa sehingga menimbulkan yang menunjang efektifitas peserta didik.

c. Minat

Minat merupakan suatu kekuatan kehendak yang dapat diartikan sebagai kekuatan guna memiliki dan menetapkan tujuan tertentu. Menurut Mappiere (1989: 62) bahwa “suatu perangkat mental terdiri dari suatu campuran dari perasaan, harapan, pendirian, prasangka, rasa takut atau kecenderungan lain yang mengarahkan individu kepada suatu pilihan tertentu”. Sedangkan Winkel (1984: 30) mengartikannya sebagai kecenderungan yang menetap dalam subyek untuk merasa tertarik pada bidang tertentu dan merasa senang berkecimpung dalam bidang itu”. Dengan demikian orang yang memiliki minat ditaati dengan rasa senang (menyukai untuk melakukan sesuatu kegiatan yang berkaitan dengan

keinginannya). Sebagai seorang pendidik terdapat banyak cara yang dapat ditempuh guna menumbuhkan minat peserta didiknya. Menurut Zadan dan Imron (2004: 5) ada beberapa cara yang dapat dilakukan untuk menumbuh minat siswa yaitu :

- a. Membangkitkan suatu kebutuhan, misalnya untuk mendapatkan ijazah, kedudukan, penghargaan dan lain-lain.
- b. Menghubungkan dengan pengalaman yang lampau
- c. Memberikan kesempatan untuk mencapai hasil yang baik, ini bahan pelajaran harus disesuaikan dengan kesanggupan individu.
- d. Menggunakan berbagai bentuk mengajar, misalnya kerja kelompok.

Pengamatan yang dapat dilakukan oleh seorang pendidik guna melihat minat yang ada dalam diri peserta didik yang mengarah kepada materi yang sedang menjadi pokok bahasan. Dilandasi oleh minat yang kuat sebagai faktor utama dalam mempengaruhi keaktifan belajar berpengaruh terhadap proses belajar mengajar untuk mencapai tujuan yang di harapkan. Pada penelitian ini meneliti minat siswa SD N 20 Tunggul Hitam Kecamatan Koto Tengah dalam mengikuti mata pelajaran penjasorkes serta besar sumbangan yang diberikan indikator tersebut.

d. Bakat

Menurut Winkel (1984: 48) bahwa, “keberhasilan dalam jenjang dan jenis studi tertentu mungkin menuntut adanya suatu bakat khusus”. Antar individu satu dengan yang lainnya memiliki bakat yang berbeda-beda untuk dapat di

kembangkan. Menurut Mapiere (1989: 59) mengemukakan bahwa, “seseorang akan berhasil kalau dia bekerja dalam lapangan kerja sesuai dengan bakatnya”. Berdasarkan pendapat tersebut jelaslah bahwa peserta didik yang berbakat hendaknya dikembangkan sesuai dengan kemampuannya sehingga memungkinkan bagi dirinya untuk berhasil dengan baik dalam pekerjaan atau karirnya.

Dengan demikian bakat merupakan suatu potensi pada diri seseorang yang memungkinkan dengan suatu latihan khusus mencapai suatu kecakapan, pengetahuan dan keterampilan khusus. Dalam kaitannya dengan proses belajar mengajar, tentu siswa yang berbakat pada suatu bidang dapat diharapkan akan memperoleh hasil yang memuaskan bila dibandingkan dengan siswa yang kurang berbakat dalam bidang tersebut.

e. Kebutuhan

Menurut Maslow seperti yang ditulis oleh Purwanto (1990: 38) ada lima tingkatan kebutuhan pokok manusia yang terdiri dari :

- a. Kebutuhan fisiologis (faal), kebutuhan ini merupakan kebutuhan dasar yang bersifat vital yang menyangkut fungsi-fungsi biologis dasar dari organisme manusia, seperti kebutuhan sandang, pangan, kebutuhan fisik, sek dan sebagainya.
- b. Kebutuhan rasa aman dan perlindungan (*safety dan security*) seperti terjamin keamanannya, terlindung dari bahaya dan ancaman penyakit, perang kemiskinan, kelaparan, perlakuan tidak adil dan sebagainya.

- c. Kebutuhan sosial (*social need*) yang meliputi antara lain kebutuhan akan dicintai, diperhitungkan sebagai pribadi, diakui sebagai anggota kelompok, rasa kesetiakawanan, dan kerjasama.
- d. Kebutuhan akan penghargaan (*steem need*), termasuk kebutuhan akan dihargai karena prestasi, kemampuan, kedudukan atau status, pangkat dan sebagainya.
- e. Kebutuhan akan aktualisasi diri (*self actualization*) seperti kebutuhan dan mempertinggi petensi-potensi yang dimiliki, pengembangan diri secara maksimum, kreativitas dan ekspresi diri.

Dengan demikian jelaslah kebutuhan akan dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor internal maupun dari rangsangan-rangsangan dari alam sekitar. Dorongan membutuhkan untuk belajar dapat diperhatikan dari tingkah laku yang diperhatikan peserta didik dalam melibatkan diri pada proses belajar, sehingga tujuan pendidikan diharapkan dapat tercapai dengan adanya perubahan tingkah laku pada peserta didik. Oleh karena itu kewajiban seorang pendidik yang paling utama adalah motivasi peserta didik dengan menanamkan konsep kebutuhan akan belajar demi tujuan yang diharapkan serta memperoleh tingkah laku yang diinginkan.

Motivasi intrinsik adalah dorongan yang berasal dari dalam individu untuk berpartisipasi mengerjakan suatu bukan karena situasi buatan atau mengharapkan penghargaan tertentu tetapi hanya untuk mencapai kepuasan diri. Dorongan ini telah ada sejak lahir sehingga tidak dapat dipelajari.

Siswa yang mempunyai motivasi intrinsik akan mengikuti proses pembelajaran penjasorkes dengan tekun dan rajin untuk meningkatkan keterampilan sehingga mencapai kebugaran jasmani, karena menemukan kepuasan dirinya dan bukan disebabkan oleh situasi buatan (dorongan dari luar) seperti pemberian hadiah dan penghargaan lainnya. Siswa akan tetap melakukan pembelajaran penjasorkes dengan tekun dan sungguh-sungguh walaupun tidak ada gurunya. Tapi siswa merasa senang melakukan pembelajaran tanpa mengharapkan imbalan apapun. Bagi siswa yang mempunyai motivasi intrinsik ini, kepuasan diri diperoleh lewat kebugaran jasmani yang tinggi, bukan lewat pujian dan penghargaan lainnya. Siswa melakukan motivasi ini untuk meningkatkan semangat belajar, disiplin dan tidak bergantung pada orang lain, memiliki kepribadian yang matang, jujur, sportif, percaya diri, dan kreatif. Aktivitas yang dilandasi oleh motivasi intrinsik bertahan lebih lama dibandingkan dengan motivasi ekstrinsik. Oleh karena itu, motivasi intrinsik harus ditumbuh kembangkan dalam diri setiap siswa.

b. Motivasi ekstrinsik

Motivasi ekstrinsik adalah motif-motif yang aktif dan berfungsi karena adanya perangsang dari luar. Selain itu motivasi ekstrinsik juga merupakan dorongan yang berasal dari luar diri individu yang menyebabkan individu berprestasi dalam suatu bagian. Sedangkan Prayitno (1989: 12) berpendapat bahwa “motivasi ekstrinsik adalah motif-motif yang muncul berkat adanya dorongan dari

luar yang sebenarnya tidak mempunyai hubungan langsung dengan tindakan dan hasil yang ditimbulkan oleh motif-motif tersebut”.

Berdasarkan beberapa pendapat yang telah dikemukakan di atas dapat diambil suatu kesimpulan bahwa motivasi ekstrinsik adalah motif-motif dan dorongan yang datangnya dari luar diri individu terhadap sewaktu akibat adanya rangsangan dari luar dirinya. Motivasi ekstrinsik pada umumnya siswa-siswa tergantung keharusan yang ditentukan oleh guru untuk mendorong mereka dalam belajar atau mengerjakan tugas-tugas, namun hal itu tidaklah berarti bahwa ada motivasi ekstrinsik itu kurang tepat sasaran yang dituju. Untuk menumbuhkan motivasi ekstrinsik pada anak maka guru pendidikan jasmani, berusaha memberikan beberapa kegiatan dalam kegiatan belajar diantaranya :

1. Memulai pekerjaan dengan memperkenalkan tujuan pembelajaran khusus (TPK) sehingga anak mengetahui dengan jelas apa yang harus di capai.
2. Memonitor kemajuan dan memberikan penguatan kepada siswa lebih sering dari pada yang dilakukan kepada siswa yang memiliki motivasi ekstrinsik.
3. Memiliki setiap tugas anak dan memberikan tugas secara tertulis maupun lisan terhadap tugas-tugas yang berbentuk tertulis atau tidak tertulis.
4. Melengkapi perlengkapan belajar yang sesuai.
5. Menyediakan hadiah bagi yang berhasil
6. Menjelaskan keuntungan bagi yang berhasil atau berprestasi dalam belajar penjasorkes.

Motivasi ekstrinsik menurut Prayitno (1989: 13) adalah “motivasi yang keberadaannya bukan merupakan perasaan atau keinginan yang ada dalam dirinya”. Sedangkan Winkel (1984: 13), mengatakan yang dimaksud motivasi ekstrinsik adalah “Bentuk motivasi yang di dalam aktifitas belajarnya di mulai dan diteruskan berdasarkan suatu dorongan yang tidak secara mutlak berkaitan dengan aktifitas belajar”.

Dengan demikian timbulnya motivasi ekstrinsik tidak dilandasi oleh kondisi yang ada didalam diri siswa, melainkan keberadaannya akibat rangsangan dari faktor luar, sehingga tujuan yang hendak di capai dari aktivitas tersebut berada di luar proses. Menurut penelitian Lothar dalam Prayitno (1989: 14) menyatakan bahwa “Banyak sekali siswa yang dorongan belajarnya adalah motivasi ekstrinsik. Mereka memerlukan perhatian dan pengarahan serta dorongan yang khusus dari guru”. Dengan adanya motivasi ekstrinsik akan menggerakkan dan mendorong peserta didik dalam mencari tujuan yang telah ditetapkan semakin tinggi makna yang hendak dicapainya, akan berpengaruh terhadap kekuatannya tingkat motivasi yang ditimbulkan.

Seorang pendidik dalam usaha membangun tingkatan motivasi peserta didiknya secara efektif, yang dilakukan adalah dengan mempelajari kebutuhannya secara individual sehingga dapat menggunakan strategi pengajaran yang sesuai kebutuhan peserta didiknya.

Peserta didik yang termotivasi secara intrinsik pada hakekatnya memandang proses belajar mengajar hanyalah sebagian sarana atau alat dalam

mencapai tujuannya. Sehingga tingkah laku yang biasanya diperlihatkan dapat mempengaruhi tujuan yang akan ingin dicapainya (Winkel, 1984: 25).

Bertitik tolak dari pendapat para ahli tersebut ternyata banyak memiliki kesamaan, karena itu penulis menyimpulkan indikator motivasi ekstrinsik terdiri atas: pujian pemberitahuan kemajuan belajar, hadiah, hukuman, penghargaan, dan persaingan.

1. Pujian

Kebutuhan akan pujian bagi setiap individu sangatlah dibutuhkan, karena pada hakekatnya tindakan-tindakan adalah kemajuan untuk memenuhi kebutuhan baik secara fisik maupun psikis. Salah satu motif belajar menurut Winkel (1984: 29) bahwa “Untuk mendapatkan pujian dari orang lain kalau hasil belajar baik hasil penelitian yang dilakukan Grace dalam Prayitno (1989: 17) menyatakan bahwa “siswa menampakkan hasil belajar yang lebih baik jika mereka dipuji, sebagian lagi menampakkan hasil belajar yang lebih baik jika dikritik, dan ada lagi siswa yang lebih hasil belajarnya jika tidak dikritik”.

Dari hasil penelitian tersebut diketahui bahwa peserta didik yang memperoleh hasil belajar yang baik setelah mendapatkan perlakuan dalam menyesuaikan diri ditengah masyarakat. Sehubungan hal tersebut sangat dituntut pada seorang pendidik untuk memberikan penghargaan dan pujian dengan penuh penghargaan dan pujian dengan penuh pertimbangan dan selalu memperhatikan situasi dan kondisi yang pada saat itu berlangsung (Winkel, 1984: 30).

Pemberian penghargaan dan celaan yang berlebihan atau terus menerus dapat pula menyebabkan terganggunya psikologi peserta didik. Selain itu perkembangan emosi dan kognitif peserta didik haruslah selalu menjadi pertimbangan pendidik dalam menggunakan metode ini untuk menunjang proses belajar mengajar.

2. Pemberitahuan Kemajuan Belajar.

Adanya sistem penilaian yang bersifat terbuka dari seseorang pendidik dengan memberitahukan potensi belajar yang akan dicapai peserta didiknya, akan menimbulkan suatu motif untuk meningkatkan hasil tersebut (Prayitno, 1989: 25). Dengan mengetahui kemajuan dan peningkatan belajar seorang peserta didik dalam mempengaruhi daya rangsangannya pada materi-materi pelajaran berikutnya. Adanya perasaan selalu ingin berhasil dan sukses dalam peserta didik haruslah dalam mengikuti suatu proses belajar mengajar.

Dengan demikian kewajiban seorang pendidik adalah melakukan pertimbangan-pertimbangan kognitif, efektif dan psikomotor dalam menentukan pola pengajaran. Selain itu haruslah pula diperhatikan kesiapan peserta didik untuk menghadapi tantangan dalam usaha menghindarkan terjadinya sikap frustrasi yang akhirnya dapat mengganggu tujuan pendidikan.

3. Hadiah

Salah satu motif belajar adalah untuk memperoleh hadiah material yang telah dijanjikan kalau belajar dengan rajin (Winkel, 1984: 28), pemberian hadiah kepada peserta didik yang berhasil dalam mengikuti suatu materi tertentu dan dapat menimbulkan dan mendorong serta memperkuat tingkah laku positif yang telah

dilakukan sehingga memiliki kecenderungan untuk mengulang kembali. Penghargaan yang diberikan dalam bentuk hadiah material akan mempunyai makna tersendiri bagi peserta didik karena bentuknya lebih konkrit.

4. Hukuman.

Salah satu motif belajar menurut Winkel (1984: 28) bahwa “untuk menghindari hukuman yang telah direncanakan dan diancamkan kalau tidak belajar”. Pemberian hukuman menurut pandangan beberapa orang ahli lebih cenderung memberikan pengaruh kejiwaan yang negatif jika hendak dibandingkan dengan harapan penumbuhan motivasi dari peserta didik yang mengalaminya. Perbaikan tingkah laku peserta didik yang salah, tidak tahu, tercela dan sejenisnya dapat dilakukan dengan pemberian sanksi hukum, karena hukuman dengan mengatasi tingkah laku yang tidak diinginkan dalam waktu singkat (Setyobroto, 2005: 46).

Bolla (1983: 17) menjelaskan bahwa, hukuman dapat mempunyai pengaruh dalam mengurangi tingkah laku siswa apabila :

- a. Pelaksanaan dilakukan segera setelah perbuatan atau tingkah laku tersebut muncul
- b. Hukuman tersebut disertai dengan beberapa alasan dari pemberian hukuman
- c. Terdapat suatu hubungan yang positif diantara guru sebagai pemberi hukuman dengan siswa sebelum hukuman terjadi

- d. Ada suatu tingkah laku alternatif yang patut dipertimbangkan untuk diberikan penguatan
- e. Hukuman tersebut dilaksanakan secara pribadi dan menyendiri dan tidak dilakukan di depan hukum atau didengar oleh seluruh kelas.

Selanjutnya menurut Purwanto (1990: 45) ada dua bentuk hukuman yang dilaksanakan yaitu :

- (1) Pemberian stimulus peserta didik, misalnya : bentakan atau ancaman,
- (2) Pembatalan perlakuan positif, misalnya mengambil sesuatu yang lebih diberikan. Pelaksanaan sanksi dalam bentuk hukuman akan menyebabkan perasaan tidak enak pada peserta didik, sehingga menuntut adanya kebijakan pendidik demi tercapainya tujuan pendidikan.

5. Penghargaan

Pengembangan motivasi menuntut kemajuan pendidik untuk membentuk kebiasaan peserta didik agar dapat memusatkan perhatian dan melahirkan idenya, dengan memberikan penghargaan bila peserta didik menunjukkan peningkatan prestasi setelah mengikuti proses belajar mengajar.

Menurut Brophy dalam Prayitno (1989: 65) ada beberapa metode untuk meningkatkan motivasi dengan penghargaan antara lain :

- a. Penghargaan itu hendaknya diberikan kepada setiap anak yang menempatkan usaha-usaha yang meningkat dalam penyelesaian tugas

jangan memberikan pujian atau penghargaan secara acak (random) atau kapan guru teringat.

- b. Penghargaan hendaknya diberikan kepada prestasi usaha yang amat hebat, untuk sekedar reaksi-reaksi yang bersifat positif secara umum
- c. Penghargaan uang diberikan oleh guru hendaknya spontan, bermacam-macam bentuknya menunjukkan keyakinan guru atas keberhasilan siswa peserta didik.
- d. Penghargaan hendaknya diberikan untuk peserta didik yang menunjukkan peningkatan usaha yang memenuhi kriteria yang telah ditentukan.

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

6. Persaingan.

Dalam rangka pengembangan motivasi pada seseorang peserta didik penggunaan metode-metode saran dan sugesti yang negatif serta bersifat sosial perlu dihindarkan, tapi yang paling penting adalah bagaimana melakukan

pembinaan pribadi peserta didik agar terbentuk konsep-konsep yang mulia dan dapat di terima di masyarakat .

Untuk itu berbagai cara dapat dilakukan seperti pengaturan dan penyediaan situasi-situasi baik dalam lingkungan keluarga maupun sekolah, memungkinkan timbulnya persaingan atau kompetensi sehat antara peserta didik. Gusril (1998: 76) menjelaskan “persaingan yang sehat baik antara individu maupun kelompok dapat meningkatkan motivasi belajar”. Peningkatan motivasi dari rasa persaingan menurut pandangan beberapa ahli dapat berakibat negatif terhadap kepribadian peserta didik yang terlibat dalam proses tersebut, karena adanya forum yang kompetitif menimbulkan pertentangan antara peserta didik, rasa iri, perasaan ingin mengalahkan konflik yang terjadi dalam diri peserta didik itu sendiri. Peserta didik akan merasa dihantui oleh ketegangan-ketegangan dalam rangka mengalahkan saingan.

Berdasarkan pendapat tersebut diatas dapat disimpulkan bahwa menimbulkan persaingan akan berakibat buruk terhadap diri peserta didik jika dibandingkan dengan pengaruh dari pelaksanaan metode tersebut. Selain itu motivasi belajar juga di dukung oleh beberapa indikator yang mempengaruhi hasil belajar siswa dalam pembelajaran yaitu ketekunan, disiplin, kemauan atau inisiatif belajar, dan rasa senang siswa mengikuti pelajaran penjasorkes.

Menurut Purwanto (1990: 37) menjelaskan “Ketekunan sama dengan kesungguhan hati dalam melaksanakan suatu tugas”. Jadi dapat dikatakan bahwa setiap siswa memiliki ketekunan dalam belajar, maka akan dapat melaksanakan

tugas dengan rasa tanggung jawab. Sedangkan disiplin menurut Hardiyanto (2000: 86) adalah “Suatu keadaan dimana sikap dan penampilan (*performance*), seorang peserta didik sesuai dengan ketaatan nilai, norma dan ketentuan-ketentuan yang berlaku di sekolah, dimana peserta didik berada.

Gusril (1998: 88) mengemukakan disiplin adalah sikap kesediaan dan kerelaan seseorang untuk mematuhi dan mentaati segala norma yang berlaku disekitarnya. Oleh sebab itu disiplin belajar harus dimiliki setiap siswa karena dapat mempengaruhi aktifitas dan efisiensi dalam pembelajaran demi mencapai tujuan pendidikan. Menurut Imron (2004: 135) mengemukakan bahwa, “Disiplin merupakan suatu keadaan tertib dimana orang-orang yang bergabung dalam suatu organisasi tunduk pada peraturan di sekolah atau kelas dimana mereka berada. Dengan demikian dapat disimpulkan pengertian disiplin adalah kepatuhan terhadap aturan dan norma serta kesadaran diri sendiri sehingga tercipta keadaan tertinggi, teratur serta tidak ada suatu pelanggaran-pelanggaran baik secara langsung maupun tidak langsung.

Kemauan atau inisiatif belajar merupakan suatu sikap kepribadian yang muncul karena adanya dorongan dari dalam diri seseorang atau siswa untuk melakukan sesuatu demi mencapai tujuan yang baik. Oleh sebab itu tanpa kemauan atau inisiatif seseorang, maka hal yang diinginkan dapat diraih. Adapun indikator motivasi yakni rasa senang, hal ini memang sangat penting dan juga berperan dalam segala bentuk kegiatan yang akan dilakukan seseorang apalagi siswa, karena keberhasilan dalam belajar terbentuk pada siswa yang menyenangi pelajaran, guru-

guru, maupun teman-teman dilingkungan sekitar, siswa tidak akan berhasil jika adanya keterpaksaan dalam mengikuti segala bentuk kegiatan proses belajar mengajar maka dengan hal tersebut dapat menyebabkan siswa mengalami beban atau tekanan dalam menjalani aktifitas di sekolah.

Motivasi ekstrinsik adalah motivasi yang berasal dari luar diri individu yang menyebabkan aktivitas dalam berolahraga meningkat. Kebanyakan siswa yang mempunyai motivasi ekstrinsik ini akan melakukan pembelajaran jika akan diadakan ujian dan melakukan pembelajaran penjasorkes jika ada guru saja, namun jika tidak ada guru mereka akan membuang-buang waktu saja. Dan mereka mengikuti pembelajaran hanya untuk mengharapkan nilai, pujian atau berbagai penghargaan lainnya. Bisa dikatakan, orang-orang terdekat siswa adalah orang-orang yang berpotensi besar menjadi penyuntik motivasi. Secara umum motivasi ekstrinsik ada 3 indikator yaitu:

1. Motivasi dari guru atau pelatih
2. Motivasi dari orang tua
3. Motivasi dari lingkungan

Winkel (1984: 24) menyatakan bahwa Guru merupakan orang yang paling bertanggung jawab terhadap keberhasilan siswa dalam pembelajaran penjasorkes, karena ditangan gurulah atlet dapat mendapatkan ilmu dan menjadi anak yang sukses dalam pembelajaran sehingga pada akhirnya menjadi anak yang berguna, berbakti kepada orang tua dan negara. Adapun peran dan fungsi guru dalam proses pembelajaran penjasorkes disekolah menurut Nadisah (1992: 37) adalah:

1. Guru sebagai pemimpin, maksudnya guru berfungsi mengarahkan, mengatur dan mengendalikan suasana kelas agar tetap tertib dan terkendali serta mengarahkannya kepada pencapaian tujuan belajar yang telah ia rencanakan. Guru disebut sebagai seorang pemimpin karena gurulah yang merencanakan pelajaran, melaksanakan, mengendalikan proses pembelajaran serta menilai hasil pencapaiannya. Walaupun begitu, guru disekolah bukanlah guru sebagai pemimpin diperusahaan yang memiliki hubungan antara bos dan karyawan, tapi guru disini adalah pemimpin yang bercorak "Ingarso Sung Tulodo" yang melalui sikap dan perbuatannya mampu menjadikan dirinya sebagai pola anutan bagi orang-orang yang dipimpinnya juga harus bercorak "Ing Madya Mangun Karso" yaitu kepemimpinan yang mampu membangkitkan semangat berswakarya dan berkreasi yang dibimbingnya. Selain itu, harus bercorak "Tut Wuri Handayani" yaitu kepemimpinan yang mampu mendorong orang-orang yang diasuhnya agar berani berjalan di depan dan sanggup bertanggung jawab. Dalam pembelajaran penjasorkes disekolah guru sebagai pemimpin hendaknya bersikap adil dan menghargai hak dan kewajiban siswa, sadar dalam menghadapi pembelajaran dan memotivasi siswa untuk mengikuti pembelajaran penjasorkes.
2. Guru sebagai pendidik maksudnya guru berkewajiban menjadikan siswa dewasa dengan mendidiknya. Guru tidak akan membiarkan siswa berperilaku tidak pantas, bermalas-malas, mengganggu orang lain dan merugikan orang lain. Tapi guru menganjurkan siswa agar bersopan santun dalam bertutur kata,

berprilaku terhadap semena- mena, tolong menolong dalam kebaikan dan sebagainya sebagai cermin dari makhluk yang berakal, berperasaan dan berbudi tinggi. Guru penjas berpeluang banyak untuk berperan sebagai pendidik yaitu melalui keteladanan dan pembiasaan seperti: melakukan latihan pemanasan bersama, bersama siswa menyiapkan saran dan prasarana serta membereskannya dengan tertib dan rapi, menolong dan mencegah agar tidak terjadi kecelakaan

3. Guru sebagai pengajar. Pengajar adalah orang yang menyampaikan bahan pelajaran pada orang lain agar bahan pelajaran itu dapat dimiliki dan menjadi bagian dari diri yang belajar, sebagai wujud perubahan tingkah laku yang baru. Disini guru berupaya untuk mentransfer pengalaman- pengalaman belajar yang berupa pengetahuan dan keterampilan agar siswa menjadi cerdas dan terampil serta berpengetahuan tentang apa yang diajarkan. Dalam pembelajaran penjasorkes dengan adanya guru siswa lebih cepat mengerti tentang teknik dalam suatu cabang olahraga dan kemungkinan lebih cepat mengerti jika dibandingkan dengan tidak adanya guru sebagai pengajaran disekolah itu. Selain itu, pelajaran penjasorkes juga berpeluang untuk terjadinya cedera jika dibandingkan dengan pelajaran teori.
4. Guru sebagai pembimbing. Guru berperan jika siswa mengalami kesulitan atau hambatan dalam mempelajari sesuatu mata pelajaran atau masalah- masalah lain yang bertalian dengan masalah pribadi siswa. Dalam pembelajaran penjasorkes peran guru sebagai pembimbing lebih tampak manakala siswa

hendak melakukan gerakan- gerakan atau latihan- latihan yang mengandung unsur ketegangan lebih tinggi bagi suatu tingkatan ataupun tingkat kepemilikan keterampilan tertentu yang belum sesuai dengan geraka- gerakan atau latihan- latihan yang akan dipelajarinya. Dengan kata lain bimbingan yang diberikan guru kepada siswa diperlukan untuk membangkitkan kepercayaan diri dan gairah untuk mencoba keterampilan yang dianggap sukar dan ditakuti dapat diatasi.

5. Guru sebagai fasilitator. Guru penjasorkes mengupayakan kemudahan bagi siswa dalam mempelajari sesuatu dapat terwujud untuk mencapai hal tersebut perlu dipertimbangkan dua faktor internal dan faktor eksternal. Adapun yang dimaksud dengan faktor internal adalah segala sesuatu yang melekat pada diri anak didik, seperti jenis kelamin, umur, struktur tubuh dan lainnya. Adapun yang dimaksud eksternal ini adalah lingkungan pembelajaran termasuk juga motivasi pada diri siswa tersebut. Sedangkan motivasi dari orang tua juga sangat dibutuhkan oleh para siswa dalam pembelajaran penjasorkes disekolah. Ini jelas terlihat setelah pembelajaran berlangsung, orang tua dapat menanyakan bagaimana pembelajaran disekolah hari ini, dengan begitu orang tua tersebut telah memberi dukungan berupa perhatian atau harapan mereka terhadap anaknya. Jadi, perhatian khusus orang tua sangat berpengaruh terhadap pembelajaran penjasorkes siswa di sekolah.

Motivasi pada lingkungan masyarakat juga terlihat sangat mempengaruhi pembelajaran penjasorkes disekolah yaitu dengan tanggapan masyarakat terhadap

pembelajaran penjasorkes yang telah diberikan oleh guru kepada siswanya. Dimana proses pembelajaran dilaksanakan secara wajar sehingga siswa terpacu untuk mengikuti pembelajaran penjasorkes bahkan bisa membawa nama baik sekolah dan daerahnya sendiri dengan mengikuti pertandingan dibidang olahraga.

Pada umumnya motivasi ekstrinsik tidak bertahan lama. Perubahan nilai penghargaan, pujian atau tidak adanya hadiah akan menurunkan semangat dan gairah belajar siswa, kurangnya motivasi untuk berkompetitif menyebabkan pembelajaran penjasorkes kurang tekun, sehingga tidak tercapainya kesegaran jasmani sebagai tujuan pembelajaran karena motif untuk bersaing memegang peranan yang lebih penting dari pada kepuasan karena tidak mendapat nilai baik. Nilai yang tinggi merupakan satu-satunya tujuan, sehingga dapat timbul kecenderungan untuk berbuat kurang sportif atau kurang jujur seperti licik atau curang. Siswa yang termotivasi ekstrinsik tidak menghargai temannya dan kadang tidak menghargai peraturan bermain

Walaupun motivasi ekstrinsik ini kurang efektif dibandingkan dengan motivasi intrinsik, namun guru harus menumbuhkan motivasi ekstrinsik. Meskipun mengandung beberapa kelemahan, namun kenyataannya motivasi ekstrinsik tetap merupakan pendorong yang kuat untuk siswa dalam mengikuti pembelajaran penjasorkes disekolah. Motivasi intrinsik dan ekstrinsik ini juga tidak dapat berdiri mandiri melainkan bersama-sama menuntun tingkah laku.

Dapat dilihat peran motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik dalam pembelajaran penjasorkes siswa atau tim bermain dilapangan yang baru atau saat

tour rekreasi ke daerah lain. Sebelum dan selama kegiatan yang berlangsung, siswa selalu mendapatkan petunjuk-petunjuk dari guru baik teknik, sikap maupun dorongan semangat agar mereka melakukan pembelajaran dengan baik. Disini situasi lapangan yang baru, dan guru menyebabkan tingkah laku mereka dalam kendali lingkungan dan merupakan motivasi ekstrinsik. Dengan demikian dalam diri siswa dan tim berfungsi karena adanya kebutuhan-kebutuhan sendiri (intrinsik) karena dipengaruhi oleh keadaan dari luar.

2. Modifikasi

Untuk meningkatkan pembelajaran penjas kes, guru harus menekankan berbagai kegiatan dan tindakan dengan menggunakan ancaman modifikasi olahraga kedalam penjas (*Modification to Sport Within Physical Education*) yang diciptakan oleh *Australia Sport Commission*. Modifikasi berasal dari bahasa Inggris "modify" yang artinya merubah.

Modifikasi dalam kedalaman pendidikan jasmani dan kesehatan akan mengembangkan bentuk aktivitas yang mengarahkan pada kemampuan kompetensi siswa secara baik. Modifikasi dibutuhkan dalam pembelajaran penjasorkes karena siswa secara fisik dan emosional belum matang jika dibandingkan dengan orang dewasa. Beberapa kasus dilapangan yang tidak diinginkan dalam pembelajaran penjasorkes disekolah menurut Gusril (2009: 34)

Menggunakan alat-alat dan peraturan orang dewasa. Tentu siswa akan merasa malas dan kurang termotivasi untuk melakukan pendidikan jasmani. Hal ini disebabkan secara fisik dan psikis anak-anak belum mendukung. Dengan

adanya modifikasi alat- alat dan peraturan memungkinkan siswa lebih cepat mengembangkan kekuatan secara baik. Sebab setiap partisipasinya mendorong untuk bekerjasama dan merasa senang.

Berdasarkan kutipan diatas jelas terlihat bahwa siswa akan senang mengikuti pembelajaran penjas dengan modifikasi yang diberikan guru sehingga dengan mudah akan tercapai kesegaran jasmani pada siswa modifikasi tersebut juga memberikan tekanan pada kegembiraan dan kesenangan dalam situasi kompetisi sehingga memacu siswa untuk banyak bergerak dan melakukan aktivitas jasmani. *Aussie Sport* (1993) yang dikutip oleh Gusril (2009: 34) menyatakan memodifikasi penjas ada empat unsur yang perlu diperhatikan oleh guru yaitu:

1. Memodifikasi sarana dan prasarana
2. Memodifikasi permainan dan peraturan

Memodifikasi ukuran lapangan dan waktu bertujuan untuk mengurangi tuntutan kemampuan fisik siswa seperti contoh: dalam pembelajaran bola voli di SD siswa diajak bermain dengan ukuran lapangan dan ukuran net serta waktu orang dewasa. Dengan demikian tentu siswa tidak mampu untuk melewati net sehingga kesegaran jasmani tidak tercapai. Modifikasi ukuran lapangan dapat disesuaikan dengan situasi dan kondisi lapangan yang tersedia di sekolah.

Modifikasi peralatan mencakup alat pemukul, recket dan tongkat yang memungkinkan siswa dapat menggunakannya, begitu juga ukuran dan komposisi bola juga harus dimodifikasi untuk memudahkan siswa melempar serta

menyepaknya. Seperti contoh tidak akan mungkin siswa SD untuk dapat melakukan servis atas dalam permainan bola voli jika digunakan ukuran bola orang dewasa.

Modifikasi lamanya permainan bertujuan untuk memberikan konsentrasi yang penuh dan kesenangan bagi siswa dalam melakukan pendidikan jasmani. Waktu yang lama akan membosankan siswa dalam melakukan tugas gerakan. Untuk itu guru harus merencanakan secara matang tentang penggunaan waktu yang tetap mengacu pada pola pengajaran.

a. Modifikasi sarana dan prasarana

Sarana adalah segala sesuatu yang dapat dicapai sebagai alat dalam mencapai maksud dan tujuan, alat, media. Sarana pendidikan sering di salah artikan dengan peralatan pendukung, padahal sarana merupakan wadah dari pesan yang oleh sumber atau penyalurnya ingin diteruskan kepada sasaran atau penerima pesan tersebut, materi yang ingin dicapai adalah tercapainya proses belajar tersebut.

Pada mulanya sarana hanya berfungsi sebagai alat bantu siswa dalam kegiatan belajar mengajar yaitu berupa media yang dapat memberikan pengalaman visual kepada siswa, yaitu untuk mendorong motivasi siswa belajar.

Sarana dan prasarana secara langsung memberikan kelancaran dalam proses pembelajaran di sekolah. Maka sarana dan prasarana olah raga merupakan alat penunjang kegiatan pembelajaran penjas di sekolah sehingga memberikan motivasi kepada siswa untuk belajar. Sarana dan prasarana yang diperlukan dalam

pembelajaran penjas disekolah. Dalam media pendidikan mengatakan, media pendidikan meliputi:

1. Pakaian, harus disesuaikan dengan jenis kegiatan/ latihan yang dilakukan.
2. Alat-alat kesehatan untuk memantau/mengukur kondisi tubuh, misalnya: stopwatch, pluit.
3. Alat untuk menunjang kegiatan tersebut, seperti: bola kaki, bola voli, takraw dan lain-lain.
4. Lapangan/halaman terbuka adalah suatu arena buka yang terdapat di lingkungan masing- masing atau wilayah setempat yang dapat dimanfaatkan untuk kegiatan latihan kesegaran jasmani/ olah raga maupun rekreasi, arena tersebut dapat berupa jalanan umum, lapangan parkir, halaman sekolah, halaman kantor dan sebagainya.

Sarana dan prasarana alat belajar mengajar pendidikan jasmani dan kesehatan merupakan media yang sering digunakan dalam proses pendidikan jasmani dan kesehatan. Pengenalan tentang fungsi dan kemampuan sarana ini sangat penting artinya bila sarana merupakan bagian mendasar dari sistem pembelajaran penjas, karena dasar kebijakan dalam pemilihan, pengembangan maupun pemanfaatan sarana pendidikan tidak terlepas dari pengetahuan

Sarana pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan terhitung lebih banyak, untuk jumlah maupun jenisnya. Ada sarana asli yaitu sarana yang dipakai dalam permainan atau kegiatan olah raga sebenarnya seperti bola dengan ukuran

sebenarnya, sasaran dalam atletik seperti lempar lembing, tolak peluru, lempar cakram dan sebagainya. Selain itu ada pula alat pelajaran pendidikan jasmani yang dibuat sendiri seperti bangku loncatan, matras, bola kasti dan lain sebagainya. Guru pendidikan jasmani harus bisa memanfaatkan saran ini dengan baik, sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai.

Selanjutnya Prayitno (1989: 56) dalam media pembelajaran menerangkan bahwa sarana sebagai bagian dari sistem pembelajaran, sarana mempunyai nilai-nilai praktis berupa kemampuan/ keterampilan motorik:

1. Memungkinkan para siswa berinteraksi langsung dengan lingkungannya
2. Memungkinkan keseragaman pengamatan dan persepsi bagi pengalaman belajar siswa
3. Membangkitkan motivasi belajar siswa
4. Menyajikan informasi belajar secara konsisten dan dapat diulang maupun disimpan
5. Memberikan kesan perhatian individual untuk seluruh anggota kelompok belajar
6. Menyajikan pesan atau informasi belajar secara serempak, mengatasi batasan waktu ataupun ruang
7. Mengontrol arah maupun kecepatan belajar siswa

Kemudian sarana dan prasarana olahraga adalah segala sesuatu yang menunjang pencapaian dalam memberikan pengetahuan kepada siswa tentang gerakan olahraga yang sengaja dipersiapkan oleh guru mata pelajaran dan

seseorang yang sedang belajar atau sedang membelajarkan. Sarana dan prasarana dapat berbentuk gedung, lapangan, alat olah raga dan media lain sebagainya.

Dengan adanya penggunaan sarana dan prasarana pendidikan maka siswa dalam mengolah dan menerima informasi akan lebih jelas dan efisien. Dalam Sistem Pendidikan Nasional UU No. 2 Tahun 1994 ” Sumber daya manusia adalah pendukung dan penunjang pelaksanaan pendidikan yang terwujud sebagai tenaga, sarana, prasarana, dana yang tersedia atau diadakan dan di daya gunakan sebagai pedoman penyelenggaraan kegiatan belajar mengajar”.

Sarana dan prasarana yang cukup memadai merupakan hal yang perlu diperhatikan dalam pembelajaran penjasorkes di sekolah. Namun hal ini bukan merupakan sesuatu yang perlu ditonjolkan untuk dijadikan dasar tidak dapat terselenggaranya kegiatan tersebut. Sarana dan prasarana merupakan media dalam menunjang kegiatan pembelajaran penjas di sekolah karena tujuan dari sarana dan prasarana itu sendiri adalah untuk meningkatkan hasil pembinaan kesegaran jasmani disekolah maka diperlukan sarana dan prasarana latihan yang sesuai sehingga tujuan pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dapat tercapai dengan baik.

Sarana dan prasarana adalah media pendidikan yang salah satu unsur dalam tercapainya proses belajar mengajar menggunakan sarana dan prasarana adalah upaya agar proses pembelajaran lebih efektif dan efisien, dan seorang guru haruslah mampu dan terampil mendayagunakan sarana dan prasarana dalam proses pembelajaran.

b. Modifikasi permainan dan peraturan

Modifikasi permainan

Modifikasi permainan di sini adalah memodifikasi permainan cabang olah raga kedalam bentuk permainan pendidikan jasmani. Modifikasi permainan ini diciptakan dengan tujuan agar peserta didik merasa senang dan bersemangat dalam kegiatan belajar. Jika rasa senang telah tercipta tentu mereka akan menyukai kegiatan- kegiatan yang diberikan guru dalam proses pembelajaran.

Contoh pembelajaran yang ditampilkan dalam model permainan yang dimodifikasi

1. Atletik (Start Jongkok)

a. Pemanasan (*Warming Up*)

1. Langkah pertama, guru menjelaskan materi yang akan dipelajari
2. Melakukan peregangan (*Stretching*)
3. Permainan kecil, seperti permainan yang mengandung unsur star jongkok

Nama Permainan: Kupu- Kupu Hinggap

Cara Bermain:

Siswa dibagi menjadi kelompok- kelompok kecil yang satu kelompok terdiri dari 3 orang dan setiap kelompok tersebut berbaris berbentuk lingkaran

Dua orang siswa lainnya, 1 orang menjadi pengejar dan yang lainnya berlari menghindar

Jika si pelari merasa letih atau ingin digantikan maka, dia harus berhenti dibelakang siswa lain yang telah berbaris melingkar dengan cara menyentuh

pundak siswa tersebut, maka siswa disentuh akan berlari menggantikan siswa yang berlari sebelumnya.

4. Langkah selanjutnya, kita melaksanakan gerakan- gerakan senam untuk peregangan

Perlu diperhatikan bahwa dalam latihan inti dapat divariasikan dengan permainan kecil yang sifatnya menarik dan mengarah pada pelajaran inti yang akan dipelajari.

b. Latihan inti

Dalam melakukan start, yang perlu diperhatikan adalah tiga macam reaksi yang harus dimiliki siswa, yaitu: dengan menggunakan pistol yaitu melalui pendengaran dengan menggunakan bendera yaitu melalui penglihatan dan dengan sentuhan yaitu melalui rasa (Kulit). Jadi untuk melatih gerakan reaksi siswa, kita dapat membuat suatu permainan yang bersifat kompetisi gembira, contoh permainan: Hitam Hijau

Cara Bermain

Siswa dibagi menjadi 2 kelompok yang berbaris berbanjar dan dengan posisi start jongkok saling berhadapan antara 2 kelompok tersebut. Jarak keduanya sekitar 2 meter. Satu kelompok menjadi kelompok hitam dan yang lainnya menjadi kelompok hijau. Intruksi diberikan guru, jika guru menyebut "Hitam", maka kelompok hitam harus lari dan kelompok hijau yang mengejar dan begitu pula sebaliknya.

Apabila guru akan melatih gerakan reaksi melalui pendengaran, maka guru cukup mengucapkan kata- kata hitam atau hijau, jika guru ingin melatih reaksi melalui pandangan, maka dapat menggunakan bola yang dilemparkan ke arah kelompok yang diinginkan, jika akan melatih gerakan reaksi melalui rasa, maka guru cukup menyentuh satu temannya.

c. Pendinginan (*Cooling Down*)

Berisikan kegiatan yang rileks dan gembira.

2. Permainan bola besar yang mewakili satu cabang olah raga, yaitu Bola Volli (Passing Atas)

a. Pemanasan (*Warming Up*)

1. Langkah pertama, guru menjelaskan materi yang akan dipelajari
2. Melakukan peregangan
3. Permainan kecil, permainan yang mengandung unsur melatih kekuatan tangan dan untuk melatih perkenaan bola dengan tangan

Nama Permainan: Lempar Tangkap Bola Sepuluh

Dalam permainan ini, guru berusaha memancing semangat siswa untuk bergerak. Gerakan yang akan dilaksanakan mengarah kepada gerakan pada permainan bola voli yang dimaksud.

Cara Bermain:

Siswa dibagi menjadi dua kelompok, kelompok A dan B. Setiap kelompok berusaha, melempar dan menangkap bola tanpa jatuh dan tanpa direbut oleh kelompok lain, sebanyak sepuluh kali, apabila cukup sepuluh kali lempar tangkap

tanpa direbut oleh lawan, berarti kelompok itu dinyatakan menang. Dan begitu selanjutnya.

b. Latihan inti

Dalam latihan inti, guru dapat memberikan pelajaran dengan permainan yang dimodifikasi yaitu permainan yang mengarah kepada gerakan pada permainan voli sesungguhnya.

Nama Permainan: Bola sepuluh Passing atas

Sama dengan pada permainan sebelumnya, hanya pada permainan ini, bola dilempar dan ditangkap dengan tangan diatas kepala. Kelompok yang mencapai hitungan sepuluh terlebih dahulu dinyatakan sebagai kelompok yang menang dan begitu seterusnya.

c. Pendinginan (*Cooling Down*)

Berisikan gerakan yang rileks dan gembira

3. Permainan aktivitas Rit naik yang mewakili satu cabang olah raga, yaitu senam lantai (Roll ke depan)

a. Pemanasan (*Warming Up*)

1. Langkah pertama, guru menjelaskan materi yang akan dipelajari
2. Melakukan peregangan
3. Permainan kecil untuk menaikkan suhu tubuh dan mengurangi resiko cedera pada saat melakukan pembelajaran

Nama Permainan: Kejaran Duduk

Cara Bermain:

Satu orang siswa menjadi pengejar, sementara siswa lain menghindar. Jika siswa yang dikejar ingin berhenti, maka dia harus duduk, dibolehkan berlari lagi bila telah di sentuh oleh siswa lainnya. Jika siswa yang duduk sudah mencapai tiga orang, maka siswa ke empat yang duduk akan menjadi pengejar selanjutnya. Atau siswa yang tertangkap oleh si pengejar akan menjadi pengejar berikutnya.

b. Latihan Inti: Roll ke depan

Sebelum melakukan latihan inti, guru harus memberikan contoh atau mendemonstrasikan gerakan roll ke depan terlebih dahulu, setelah siswa dibantu untuk melakukan roll ke depan terlebih dahulu, setelah itu siswa dibantu untuk melakukan roll ke depan oleh guru dan menggunakan matras sebagai alat pengaman.

Setelah melakukan latihan roll ke depan dengan bantuan, maka latihan inti dapat dilanjutkan dengan memberikan materi roll ke depan melalui permainan yang dimodifikasi yang menagarah roll ke depan sesungguhnya.

Nama Permainan: Lomba roll ke depan

Cara Bermain:

Siswa dibagi menjadi dua kelompok yang berhasil berbanjar. Siswa yang berdiri paling depan pada masing- masing kelompok melakukan roll ke depan, bila siswa pertama telah selesai melakukan roll ke depan berdiri pada garis yang telah ditentukan, siswa ke dua melanjutkan roll ke depan dan begitu seterusnya. Kelompok yang menang adalah kelompok yang terlebih dahulu menyelesaikan roll ke depan.

c. Pendinginan (*Cooling Down*)

Berisikan gerakan yang rileks dan gembira

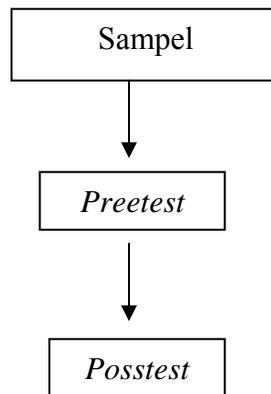
Modifikasi Peraturan

Tujuan memodifikasi peraturan adalah bertujuan untuk mengurangi tuntutan kemampuan fisik peserta didik dalam melakukan suatu permainan. Modifikasi peraturan mencakup antara lain: ukuran alat pemukul, ukuran lapangan dan sebagainya. Misalnya sepak bola pada lapangan sebenarnya dengan ukuran 100 x 80 meter, jika digunakan pada peserta didik tentu akan menyulitkan mereka. Begitu juga dengan ukuran dan komposisi bola voli misalnya, guru harus memodifikasi bola tersebut agar peserta didik lebih senang menggunakannya, seperti: akan sulit bagi peserta didik bila menggunakan bola voli ukuran orang dewasa, maka guru harus mempunyai pengetahuan dan menciptakan bola voli ukuran peserta didiknya dengan bahan lunak dan ukuran yang sesuai dan tidak menyakitkan tangan sehingga peserta didik senang dan termotivasi untuk melakukan kegiatan pembelajaran.

B. Kerangka Konseptual

Peranan modifikasi dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di sekolah terdiri dari modifikasi sarana dan prasarana, modifikasi permainan dan peraturan. Modifikasi permainan dan peraturan ini sangat menentukan berhasilnya pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dapat tercapai sesuai dengan yang diharapkannya oleh pemerintah dan masyarakat. Komponen- komponen tersebut akan menjadi variabel yang menjadi

objek dalam penelitian ini secara menyeluruh. Antara komponen- komponen tersebut ini dapat dapat digambarkan sebuah kerangka.



Gambar 1. Kerangka Konseptual

C. Hipotesis

Kajian teori dan kerangka konseptual maka hipotesis penelitian ini dapat diajukan hipotesis sebagai berikut: Terdapat pengaruh yang berarti antara modifikasi pembelajaran penjasorkes terhadap motivasi belajar siswa di SD N 20 Tunggul Hitam Kecamatan Koto Tengah Padang.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data dan pembahasan dalam penelitian ini maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Modifikasi pembelajaran dapat meningkatkan motivasi belajar siswa SD N 20 Tunggul Hitam, hal ini dapat diketahui dari nilai t yang diperoleh berdasarkan analisis data dari hasil latihan yaitu $t_{hitung} = 3,50$ di mana lebih besar dibandingkan dari $t_{tabel} 2.02$.

B. Saran-Saran

Berdasarkan pada hasil Penelitian yang diperoleh bahwa, modifikasi pembelajaran Penjasorkes dapat meningkatkan motivasi belajar siswa, maka peneliti menyarankan kepada :

1. Siswa untuk lebih meningkatkan lagi motivasi dalam pembelajaran Penjasorkes
2. Guru mata Pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah agar dapat meningkatkan cara memodifikasi, agar dapat meningkatkan motivasi belajar siswa dalam pembelajaran Penjasorkes.
3. peneliti berikutnya agar dapat mengadakan penelitian lanjutan dengan jumlah sampel yang lebih besar, waktu yang lebih lama serta kalau dapat dilakukan pada tempat yang berbeda-beda.

DAFTAR PUSTAKA

- Alderman. 1974. *Dasar-dasar Psikologi*. Jakarta : Pustaka Sinar Harapan.
- Arikunto, Suharsimi. 2005. *Dasar- dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Bachtiar, 1983. *Motivasi Dalam Mengajar*. Jakarta : P2LPTK
- Bolla, Jhon. J. 1983. *Keterampilan Mengelola Kelas*. Jakarta : P2LPTK.
- . *Manajemen Penelititan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Gusril. 1998. *Modifikasi Olahraga ke Dalam Pendidikan Jasmani*. Padang. FPOK IKIP
- Gusril. 2009. *Model Pengembangan Motorik Siswa Sekolah Dasar*. Padang: FIK UNP.
- Hardiyanto. 2000. *Manajemen Peserta Didik*. Padang .
- Mappiare, Andi. 1989. *Psikologi Pendidikan dan Evaluasi Hasil Belajar*. Jakarta : PT Gramedia.
- Nadisah. 1992. *Pengembangan Kurikulum Penjaskes*. Bandung: DEPDIKBUDDIKTI Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Prayitno Elida. 1989. *Motivasi Dalam Belajar*. P2LPTK.
- Purwanto, M. Ngalim. 1990. *Psikologi Pendidikan*. Bandung : PT Remaja. Rosdakaryo.
- Setyobroto, Sudibyoy. 2005. *Psikologi Olahraga*. Jakarta: Percetakan Universitas Negeri Jakarta.
- Singgih, Gunarsa, dkk. 1989. *Psikologi Olahraga*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Sudjana. 2005. *Metoda Statistika*. Bandung. PT. Tarsito.
- Undang- Undang Republik Indonesia No 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional.