

**MOTIVASI SISWA DALAM PEMBELAJARAN PENJASORKES MELALUI
PERMAINAN KECIL DI SD NEGERI 33 SALIMPAUNG KECAMATAN
SALIMPAUNG KABUPATEN TANAH DATAR**



Oleh

SANDI EKA PUTRA
NIM. 90970

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAH RAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAH RAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2011**

HALAMAN PERSETUJUAN

**PELAKSANAAN PERMAINAN KECIL DALAM PEMBELAJARAN
PENJASORKES DI SD NEGERI 33 SALIMPAUNG KECAMATAN
SALIMPAUNG KABUPATEN TANAH DATAR**

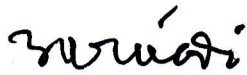
Nama : SANDI EKA PUTRA
BP / NIM : 2007 / 90970
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Disetujui oleh :

Padang, Juni 2011

Pembimbing I

Pembimbing II



Drs. Willadi Rasvid, M. Pd
NIP. 19591121 198602 1 006



Drs. Hendri Neldi, M. Kes AIFO
NIP. 19620520 198703 1 002

Mengetahui :
Ketua Jurusan



Drs. Hendri Neldi, M. Kes AIFO
NIP. 19620520 198703 1 002

HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

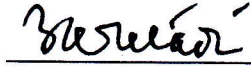

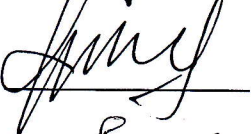
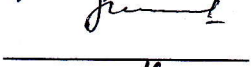

**Dinyatakan lulus setelah dipertahankan didepan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang**

**PELAKSANAAN PERMAINAN KECIL DALAM PEMBELAJARAN
PENJASORKES DI SD NEGERI 33 SALIMPAUNG KECAMATAN
SALIMPAUNG KABUPATEN TANAH DATAR**

Nama : SANDI EKA PUTRA
BP / NIM : 2007 / 90970
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Juni 2011

Disetujui oleh :

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	Drs. Willadi Rasyid, M. Pd	1. 
2. Sekretaris	Drs. Hendri Neldi, M. Kes AIFO	2. 
3. Anggota	Drs. Yulifri, M.Pd	3. 
4. Anggota	Drs. Damrah, M.Pd	4. 
5. Anggota	Drs. Edwarsah, M.Kes	5. 

ABSTRAK

Motivasi Siswa Dalam Pembelajaran Penjasorkes Melalui Permainan Kecil di SD Negeri 33 Salimpaung Kecamatan Salimpaung Kabupaten Tanah Datar.

OLEH : SANDI EKA PUTRA, / 2011

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan motivasi siswa SD Negeri 33 Salimpaung Kecamatan Salimpaung Kabupaten Tanah Datar dalam Pembelajaran Penjasorkes melalui permainan kecil.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IV dan V SD Negeri 33 Salimpaung Kecamatan Salimpaung Kabupaten Tanah Datar yang berjumlah 53 orang, terdiri dari 30 orang putra dan 23 putri. Data penelitian ini dikumpulkan dengan angket yang menggunakan skala Godment yaitu 2 option YA atau TIDAK yang memuat pertanyaan 32 butir.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa peningkatan motivasi siswa SD Negeri 33 Salimpaung dalam Pembelajaran Penjasorkes melalui permainan kecil, yang diperoleh dari penyebaran jawaban angket, menghasilkan persentase ketercapaian skor variabel sebesar 76.4% artinya kriteria interpretasi skor berada pada klasifikasi Baik

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
DAFTAR ISI	ii
DAFTAR TABEL	iv
DAFTAR GAMBAR	v
DAFTAR LAMPIRAN	vi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Pembatasan Masalah	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	7
F. Kegunaan Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kajian Teoritis	8
1) Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.....	8
2) Pembelajaran	12
a) Definisi pembelajaran	12
b) Ciri-Ciri dalam Pembelajaran	13
c) Prinsip-Prinsip Pembelajaran	16
3) Motivasi	22
a) Pengertian Motivasi	22
b) Motivasi Belajar	23
4) Bermain	26
a) Pengertian Bermain	26
b) Fungsi Bermain	28
c) Contoh Permainan	30
B. Kerangka Konsep	32
C. Pertanyaan Penelitian	33

BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A	Jenis Penelitian 34
B	Tempat dan Waktu Penelitian 34
C	Populasi dan Sampel 34
D	Jenis dan Sumber Data 35
E	Teknik dan Alat Pengumpulan Data 36
F	Teknik Analisis Data 37
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A.	Deskripsi Penelitian 40
1.	Uji Validasi Butir Instrumen 40
2.	Reliabilitas Instrumen Penelitian 41
B.	Analisis Data 42
C.	Jawaban Pertanyaan Penelitian 43
D.	Pembahasan 44
BAB V PENUTUP	
A.	Kesimpulan 49
B.	Sasaran 49
DAFTAR PUSTAKA 50	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Table	Halaman
1 Populasi Penelitian	35
2 Kisi-kisi Angket Penelitian Anak siswa SD Negeri 33 Salimpaung Kecamatan Salimpaung Kabupaten Tanah Datar Terhadap permainan kecil dalam pembelajaran penjas	36
3 Hasil perhitungan Uji Validitas Butir Instrumen ($r_{pbis} > 0.269$)	41
4 Penyebaran Jawaban Berdasarkan Tingkat Klasifikasi dan distribusi data Penelitian	42

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1 Kerangka Konseptual	33
2 Histogram Distribusi Frekuensi variabel Motivasi Siswa	43

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Angket Penelitian
- Lampiran 2 Data Penelitian, Tabel Kerja Perhitungan Validitas Instrumen Penelitian Menggunakan Point Biserial Correlation
- Lampiran 3 Data Penelitian, Tabel Kerja Perhitungan Validitas Instrumen Penelitian Menggunakan KR-21
- Lampiran 4 Analisis Deskriptif Variabel Motivasi Siswa
- Lampiran 5 Tabel Nilai-nilai "r" Product Moment
- Lampiran 6 Dokumentasi Penelitian

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan keseluruhan di sekolah yang mengutamakan pertumbuhan dan pengembangan tiga ranah yaitu : ranah kognitif, ranah afektif dan ranah psikomotorik siswa. Hal ini mengarah pada pendidikan nasional, yang bertujuan sebagai berikut :

“Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi manusia yang bertanggung jawab” (Depdiknas,2003:128).

Sehubungan hal yang diatas terbukti, disepanjang sejarah kehidupan manusia, pendidikan merupakan salah satu aspek yang senantiasa dibutuhkan dalam memenuhi hajat hidup sebagai makhluk yang berakal, berpribadi dan makhluk sosial. Demikian pentingnya pendidikan bagi masyarakat Indonesia, sehingga pemerintah berusaha memberikan kesempatan bagi seluruh warga negara untuk mendapatkan pendidikan dan pengajaran termasuk salah satunya pendidikan jasmani di sekolah.

Pendidikan jasmani merupakan satu bagian dari pendidikan nasional yang mengutamakan aktivitas jasmani. Depdikbud (1999:12) mengemukakan bahwa : “Pendidikan jasmani adalah mata pelajaran yang merupakan bagian dari pendidikan keseluruhan yang dalam proses pembelajarannya

mengutamakan aktivitas jasmani dan kebiasaan hidup sehat menuju pada pertumbuhan dengan pengembangan jasmani, serasi dan seimbang.”

Disimpulkan bahwa pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan bagian dari pendidikan nasional yang mengutamakan aktivitas gerak (psikomotor). Selain itu juga mengembangkan aspek kognitif, afektif untuk mencapai tujuan pendidikan nasional.

Di sekolah dasar, Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan lebih ditekankan pada aktivitas jasmani siswa yaitu : bagaimana mengkondisikan agar siswa mau bergerak sesuai materi yang diberikan. Sebelum siswa diberikan materi inti diberikan terlebih dahulu pemanasan yang bertujuan mempersiapkan fisik dan psikologis siswa untuk meningkatkan pelajaran inti.

Adanya ruang lingkup mata pelajaran Pendidikan Jasmani dalam Kurikulum 2006 untuk jenjang SD/MI, SMP/MTs, SMA/MA sebenarnya sangat membantu pengajaran Pendidikan Jasmani dalam mempersiapkan, melaksanakan dan mengevaluasi kegiatan siswa. Adapun ruang lingkup Penjasorkes meliputi aspek permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, uji diri/senam, aktivitas ritmik, akuatik (aktivitas air) dan pendidikan luar sekolah.

Agar standar kompetensi pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dapat terlaksana sesuai dengan pedoman, maksud dan juga tujuan sebagaimana yang ada dalam kurikulum, maka guru Pendidikan Jasmani harus mampu membuat pembelajaran yang efektif dan menyenangkan. Untuk itu perlu adanya pendekatan, variasi maupun modifikasi dalam pembelajaran

sesuai dengan karakteristik siswa Sekolah Dasar usia 6 – 12 tahun kebanyakan dari mereka cenderung masih suka bermain. Untuk itu guru harus mampu mengembangkan pembelajaran yang efektif, disamping harus memahami dan memperhatikan karakteristik dan kebutuhan siswa. Pada masa usia tersebut seluruh aspek perkembangan manusia, baik kognitif, efektif dan psikomotor mengalami perubahan. Perubahan yang paling mencolok adalah pertumbuhan dan perkembangan fisik dan psikologis. Salah satu pendekatan yang digunakan oleh guru dalam proses pembelajaran Penjasorkes yaitu pendekatan bermain / permainan kecil.

Dengan adanya unsur permainan kecil yang dimunculkan dalam setiap pertemuan dengan siswa dalam proses belajar mengajar baik itu untuk pemanasan maupun pelajaran inti atau kegiatan akhir, maka kita sebagai seorang guru Penjasorkes dapat membantu siswa untuk mencapai salah satu unsur kegembiraan. Disamping itu juga, siswa akan termotivasi dalam belajarnya. Dalam permainan kecil unsur kegembiraan sangat diutamakan sekali kegembiraan yang dimaksud disini dalam arti yang paling disenangi anak dalam bermain adalah kegembiraan dan menikmati setiap gerakan yang dilakukan.

Permainan kecil merupakan salah satu cara untuk strategi untuk meningkatkan kemampuan anak untuk dapat melakukan gerakan sebanyak mungkin agar siap dan mampu melakukan latihan inti. Selanjutnya akan dapat mendorong anak lebih bersemangat lagi untuk melakukan dan mempersiapkan diri untuk menghadapi latihan berikutnya. Dan dapat menjalin kerjasama sikap

dan sosial anak. Menurut Syamsir Aziz dalam bukunya tentang permainan kecil menyebutkan bahwa “Permainan kecil adalah permainan yang membantu perkembangan domain kognitif, afektif, psikomotor serta sosial emosionalnya” (Syamsir Aziz, 2005: 3). Peraturan permainan ini, alat dan lapangan yang dipakai serta anggota pengikut permainan tidak ditentukan oleh suatu peraturan resmi. Memberikan permainan kecil dalam pembelajaran Penjasorkes merupakan suatu alat atau strategi untuk membantu pembelajaran Penjasorkes yang menunjang tercapainya tujuan pendidikan.

Prof. Gross dalam teori Gross yang menyebutkan bahwa “bermain merupakan alat yang berguna untuk membantu tercapainya tujuan pendidikan” (Soemitro, 1999: 9). Jadi dapat dijelaskan bahwa melalui permainan kecil dapat membantu mencapai tujuan pendidikan melalui pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan. Dalam waktu bermain, semua fungsi baik jasmani maupun rohani anak ikut terlatih. Melalui permainan siswa dapat memperlihatkan kemampuan, minat, sikap serta respon terhadap pembelajaran permainan juga merupakan hal yang sangat penting dalam pertumbuhan dan perkembangan baik fisik, mental maupun sosial anak.

Dalam rangka meningkatkan gairah dan motivasi siswa melakukan pemanasan, guru penjas harus mampu menciptakan bentuk-bentuk permainan kecil sesuai dengan materi inti yang diajarkan, dimana melalui permainan kecil diharapkan siswa dapat bergerak lebih banyak dengan penuh semangat dan gembira sehingga tubuhnya betul-betul siap untuk menerima pelajaran inti.

Dengan demikian, dalam pemberian pelajaran ini siswa mudah diarahkan dan memperbaiki gerakan-gerakan yang sulit.

Dari pengamatan penulis terhadap proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang dilaksanakan oleh guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri 33 Salimpaung Kecamatan Salimpaung Kabupaten Tanah Datar kurang terlaksananya permainan kecil sehingga menyebabkan kurang berjalannya pembelajaran Penjasorkes. Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dalam memberikan pelajaran monoton, kurang bervariasi. Seperti contoh, pemanasan yang diberikan selalu dominan mengintruksikan siswa untuk lari beberapa keliling lapangan dan penyajian materi inti langsung pada topik. Dengan begitu, menimbulkan kejenuhan pada siswa dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, sehingga proses pembelajaran kurang berlangsung dengan semestinya. Hal ini mungkin disebabkan oleh beberapa faktor seperti : modifikasi permainan kecil yang tidak dilaksanakan, ketersediaan sarana dan prasarana permainan kecil, kurangnya pengetahuan dan pengalaman guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dalam menyajikan bentuk permainan kecil. Untuk mengetahui sejauh mana optimalisasi penerapan model pembelajaran dengan permainan kecil, maka perlu dilakukan penelitian dengan judul, “Motivasi Siswa Dalam Pembelajaran Penjasorkes Melalui Permainan Kecil di SD Negeri 33 Salimpaung.”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, terdapatnya faktor-faktor yang menyebabkan kurang terlaksananya permainan kecil dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri 33 Salimpaung Kecamatan Salimpaung Kabupaten Tanah Datar diantaranya :

1. Pengetahuan siswa.
2. Motivasi siswa.
3. Penguasaan bahan mengajar oleh guru.
4. Lingkungan tempat belajar.
5. Kesegeran jasmani siswa.
6. Pengetahuan guru.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas dan terbatasnya dana serta waktu yang tersedia dalam pelaksanaan penelitian ini, maka penulis perlu membatasi masalah variabel yang diungkapkan yaitu motivasi siswa dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri 33 Salimpaung Kecamatan Salimpaung Kabupaten Tanah Datar melalui permainan kecil.

D. Rumusan masalah

Berdasarkan pembatasan masalah diatas, dapat dirumuskan masalah sebagai berikut, Apakah penerapan model pembelajaran dengan pendekatan permainan kecil dapat meningkatkan motivasi siswa dalam pembelajaran

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri 33 Salimpaung
Kecamatan Salimpaung Kabupaten Tanah Datar ?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang telah dirumuskan diatas maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan motivasi siswa dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri 33 Salimpaung Kecamatan Salimpaung Kabupaten Tanah Datar melalui penerapan model pendekatan bermain.

F. Kegunaan Penelitian

Masalah dalam penelitian ini penting untuk diteliti dengan harapan dapat memberi manfaat antara lain:

1. Dapat dijadikan sebagai masukan dan pedoman bagi guru Penjaskes dalam mengembangkan metode pengajaran untuk meningkatkan kemampuan motorik siswa melalui permainan kecil.
2. Dapat dijadikan sebagai pedoman untuk menentukan dan memilih pembelajaran yang lebih baik dan efektif untuk meningkatkan motivasi siswa dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian Teoritis

1) Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

Pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang diajarkan di sekolah memiliki peranan yang sangat penting, yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang terpilih yang dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar ini diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat. Depdiknas (2006: 648) mengemukakan bahwa:

“Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan jasmani terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.”

Pendidikan merupakan sasaran pedagogis, oleh karena itu pendidikan jasmani kurang lengkap tanpa adanya Pendidikan Jasmani

Olahraga dan Kesehatan, karena gerak sebagai aktivitas jasmani adalah alami berkembang searah perkembangan zaman.

Selama ini telah terjadi kecendrungan dalam memberikan makna mutu pendidikan yang hanya dikaitkan dengan aspek kemampuan kognitif. Pandangan ini telah membawa akibat terabaikannya aspek-aspek moral, akhlak budi pekerti, seni psikomotor serta life skill. Dengan diterbitkannya Undang-undang No. 20 tentang sistem Pendidikan Nasional. Pendidikan akan memberikan peluang untuk menyempurnakan kurikulum yang komprehensif dalam rangka mencapai tujuan nasional.

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional-sportifitas-spiritual-sosial), serta membiasakan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang.

Selain itu Depdiknas (2003: 1) mengemukakan bahwa :

“Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan memanfaatkan aktifitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neoromuskulas, perceptual, kognitif dan emosional, dalam kerangka system pendidikan nasional.”

Ruang lingkup mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dikemukakan oleh Depdiknas (2006: 649) meliputi aspek-aspek :

“a) Permainan dan olahraga, meliputi : olahraga tradisional, permainan, eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor non-lokomotor, manipulasi, atletik, kasti, roundes, kippers, sepak bola, bola basket, bola voly, tenis meja, tenis lapangan, bulu tangkis dan bela diri, serta aktivitas lainnya. b) Aktivitas pengembangan meliputi : mekanika sikap tubuh, komponen kebugaran jasmani dan bentuk portur tubuh serta aktivitas lainnya. c) Aktivitas senam meliputi : ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat, dan senam lantai serta aktivitas lainnya. d) Aktivitas ritmik meliputi : gerak bebas, senam pagi, SKJ, senam aerobik. e) Aktivitas air meliputi : permainan di air, keselamatan di air, keterampilan bergerak di air, dan renang serta aktivitas lainnya. f) Pendidikan luar kelas meliputi : piknik/karya wisata, pengenalan lingkungan, berkemah, menjelajah dan mendaki gunung. g) kesehatan meliputi : penanaman budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari, khususnya yang terkait dengan perawatan tubuh agar tetap sehat, memilih makanan dan minuman yang sehat, mencegah dan merawat cedera, mengatur waktu istirahat yang tepat dan berperan aktif dalam kegiatan P3K dan UKS. Aspek kesehatan merupakan aspek tersendiri, dan secara implicit masuk dalam semua aspek.

Pada hakikat Penjasorkes adalah suatu proses pendidikan yang dilakukan secara sadar melalui kegiatan jasmani yang intensif dan pembinaan berlangsung seumur hidup yang memiliki peranan yang sangat penting, dimana siswa diberi kesempatan untuk terlibat secara langsung dalam pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar diarahkan untuk membina dan membentuk gaya hidup sehat dan mandiri.

a) **Tujuan dan Fungsi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan**

Dengan diterbitkannya Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional dan Peraturan Pemerintah Nomor

19 tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan akan memberikan peluang untuk menyempurnakan kurikulum yang komprehensif dalam rangka mencapai tujuan Pendidikan Nasional.

Dalam KTSP SMK (2006) dijelaskan bahwa Mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan bertujuan agar peserta didik memiliki kemampuan sebagai berikut :

1. Mengembangkan keterampilan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih.
2. Meningkatkan pertumbuhan fisik dan psikis yang lebih baik.
3. Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar.
4. Meletakkan landasan karakter modal yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung didalam pendidikan jasmaniolahraga dan kesehatan.
5. Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis.
6. Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga dilingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil serta memiliki sikap positif.

Syaffruddin (2008: 12) Tujuan dan fungsi penjas dalam kurikulum Penjasorkes sekarang ini terdiri dari enam buah aspek,

yaitu: 1) Aspek organik, 2) Aspek Neuromuskuler, 3) Aspek perseptual, 4) Aspek kognitif, 5) Aspek sosial, 6) Aspek emosional.

2) Pembelajaran

a) Definisi pembelajaran

Pembelajaran adalah "proses, cara, perbuatan menjadikan orang atau makhluk hidup belajar". Selanjutnya menurut Undang-Undang RI. No 20 tahun 2003 pasal 1 ayat 20 pembelajaran adalah "proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar". Pembelajaran adalah kegiatan secara terprogram dalam disain intruksional, untuk membuat siswa belajar secara aktif, yang menekankan pada penyediaan sumber belajar".

Berdasarkan pernyataan maka dapat diambil kesimpulan bahwa pengertian pembelajaran yaitu upaya yang direncanakan dan dilakukan untuk memungkinkan terjadinya kegiatan belajar pada diri warga berguna untuk mencapai tujuan belajar. Pendekatan pembelajaran merupakan aspek yang sangat penting dan mempunyai hubungan fungsional untuk mencapai tujuan intruksional. Untuk itu seorang guru atau pelatih harus memilih atau menentukan pendekatan pembelajar mana yang sesuai untuk pembelajaran yang tepat dan dapat memberikan peluang untuk terjadinya proses pembelajaran secara efektif dalam kegiatan interaksional. Pembelajaran yang tepat ditentukan berdasarkan analisis terhadap hal-hal tertentu. Dengan demikian kegiatan pembelajaran dengan sendirinya harus

memperhatikan faktor-faktor internal dan eksternal yang merupakan faktor yang penting dalam menentukan pembelajaran.

b) Ciri-Ciri dalam Pembelajaran

Pembelajaran merupakan suatu proses kegiatan menyampaikan informasi atau pengetahuan dari seorang guru kepada siswa agar terjadi perubahan pengetahuan atau keterampilan pada diri siswa. Berdasarkan hal tersebut, maka dalam pembelajaran terdapat ciri-ciri tertentu.

Ciri-ciri pembelajaran pada dasarnya merupakan tanda-tanda upaya guru mengatur unsur-unsur dinamis dalam pembelajaran, sehingga dapat mengaktifkan siswa dalam kegiatan belajar mengajar agar terjadi proses belajar dan tujuan belajar dapat tercapai. Menurut H. J. Gino dkk, (1998: 36) menyatakan, “Ciri-ciri pembelajaran terletak pada adanya unsur-unsur dinamis dalam proses belajar siswa yaitu (1) motivasi belajar, (2) bahan belajar, (3) alat bantu belajar, (4) suasana belajar dan (5) kondisi siswa yang belajar”.

Berdasarkan pendapat tersebut menunjukkan bahwa, ciri-ciri pembelajaran terdiri dari lima macam yaitu, motivasi belajar, bahan belajar, suasana belajar dan kondisi siswa belajar. Ciri-ciri pembelajaran tersebut harus diperhatikan dalam proses belajar mengajar. Secara singkat ciri-ciri pembelajaran dijelaskan sebagai berikut:

1. Motivasi Belajar

Dalam kegiatan belajar mengajar, bila seorang siswa tidak dapat melakukan tugas pembelajaran, maka perlu dilakukan upaya untuk menemukan sebab-sebabnya dan kemudian mendorong siswa tersebut mau melakukan tugas ajar dari guru. Dengan kata lain siswa tersebut perlu diberi rangsangan agar tumbuh motivasi pada dirinya.

Motivasi dapat dikatakan sebagai serangkaian usaha untuk menyediakan kondisi-kondisi tertentu, sehingga seseorang mau dan ingin melakukan sesuatu dan bila tidak suka, maka akan berusaha untuk mengelakkan perasaan tidak suka tersebut. Jadi motivasi dapat dirangsang oleh faktor dari luar, tetapi motivasi itu tumbuh di dalam diri seseorang. Dalam kegiatan belajar, maka motivasi dapat dikatakan sebagai keseluruhan daya penggerak di dalam diri seseorang yang menimbulkan kegiatan belajar, yang menjalin kelangsungan dan memberikan arah pada kegiatan belajar sehingga tujuan yang dikehendaki oleh siswa dapat tercapai.

2. Bahan Belajar

Bahan belajar merupakan isi dalam pembelajaran. Bahan atau materi belajar perlu berorientasi pada tujuan yang akan dicapai siswa dan memperhatikan karakteristik siswa agar dapat diminati siswa.

Bahan pengajaran merupakan segala informasi yang berupa fakta, prinsip dan konsep yang diperlukan untuk mencapai tujuan

pembelajaran. Selain bahan yang berupa informasi, maka perlu diusahakan isi pengajaran dapat merangsang daya cipta atau yang bersifat menantang agar menumbuhkan dorongan pada diri siswa untuk menemukan atau memecahkannya masalah yang dihadapi dalam pembelajaran.

3. Alat Bantu Belajar

Alat bantu belajar atau media belajar merupakan alat yang dapat membantu siswa belajar untuk mencapai tujuan belajar. Alat bantu pembelajaran adalah semua alat yang digunakan dalam kegiatan belajar mengajar dengan maksud menyampaikan pesan dari guru kepada siswa. Guru harus berusaha agar materi yang disampaikan atau disajikan mampu diserap dengan mudah oleh siswa. Apabila pengajaran disampaikan dengan bantuan alat-alat yang menarik, maka siswa akan merasa senang dan pembelajaran dapat berlangsung dengan baik.

d. Suasana Belajar

Suasana belajar sangat penting dan akan berpengaruh terhadap pencapaian tujuan pembelajaran. Suasana belajar akan berjalan dengan baik, apabila terjadi komunikasi dua arah yaitu antara guru dengan siswa. Di samping itu juga, adanya kegairahan dan kegembiraan belajar. Suasana belajar mengajar akan berlangsung dengan baik, dan isi pelajaran disesuaikan dengan karakteristik siswa, maka tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan baik.

e. **Kondisi Siswa yang Belajar**

Siswa atau anak memiliki sifat yang unik atau sifat yang berbeda, tetapi juga memiliki kesamaan yaitu memiliki langkah-langkah perkembangan dan memiliki potensi yang perlu diaktualisasikan melalui pembelajaran. Dengan kondisi siswa yang demikian akan dapat berpengaruh pada partisipasi siswa dalam proses belajar. Untuk itu, kegiatan pengajaran lebih menekankan pada peranan dan partisipasi siswa bukan peran guru yang dominan, tetapi lebih berperan sebagai fasilitator, motivator dan sebagai pembimbing.

c) **Prinsip-Prinsip Pembelajaran**

Belajar suatu keterampilan adalah sangat kompleks. Belajar membawa suatu perubahan pada individu yang belajar. Perubahan akibat dari belajar adalah menyeluruh pada diri siswa. Untuk mencapai perubahan atau peningkatan pada diri siswa, maka dalam proses pembelajaran harus diterapkan prinsip-prinsip pembelajaran yang tepat. Menurut Dimiyati dan Mudjiono (2006: 42) bahwa, “Prinsip-prinsip pembelajaran meliputi perhatian dan motivasi, keaktifan siswa, keterlibatan langsung, pengulangan, tantangan, balikan dan penguatan serta perbedaan individual”.

Pendapat tersebut menunjukkan bahwa, prinsip-prinsip pembelajaran meliputi tujuh aspek yaitu perhatian dan motivasi, keterlibatan langsung atau berpengalaman, pengulangan, tantangan, balikan dan penguatan serta perbedaan individual. Untuk mencapai

hasil belajar yang optimal, maka prinsip-prinsip pembelajaran tersebut harus diterapkan dalam pembelajaran dengan baik dan benar. Untuk lebih jelasnya prinsip-prinsip pembelajaran tersebut diuraikan secara singkat sebagai berikut:

1. Perhatian dan Motivasi Belajar

Perhatian mempunyai peranan yang penting dalam kegiatan belajar. Perhatian terhadap pelajaran akan timbul pada siswa apabila bahan pelajaran sesuai dengan kebutuhan siswa. H.J. Gino dkk. (1998: 52) menyatakan, “Perhatian siswa waktu belajar akan sangat mempengaruhi hasil belajar. Belajar dengan penuh perhatian (konsentrasi) pada materi yang dipelajari akan lebih terkesan lebih mendalam dan tahan lama pada ingatan”

Perhatian mempunyai peran penting untuk mencapai hasil belajar yang optimal. Apabila pelajaran yang diterima siswa dirasakan sebagai kebutuhan, maka akan membangkitkan motivasi siswa untuk mempelajarinya. Sedangkan yang dimaksud motivasi menurut Dimiyati dan Mudjiono (2006: 42) adalah, “Tenaga yang menggerakkan dan mengarahkan aktivitas seseorang”. Dengan motivasi belajar yang tinggi, maka siswa akan lebih bersemangat dalam belajar. Belajar yang dilakukan dengan penuh semangat akan dapat mencapai hasil belajar yang optimal.

2. Keaktifan Siswa

Dalam kegiatan pembelajaran siswa dituntut untuk selalu aktif dalam mengikuti proses pembelajaran. Untuk dapat memproses dan mengolah perolehan belajarnya secara efektif siswa dituntut untuk aktif secara fisik, intelektual dan emosional. Tanpa ada keaktifan dari siswa, maka tidak akan terjadi proses belajar. Hal ini sesuai pendapat H.J. Gino dkk. (1998: 52) bahwa, “Dari semua unsur belajar, boleh dikatakan keaktifan siswalah prinsip yang terpenting, karena belajar sendiri merupakan suatu kegiatan. Tanpa adanya kegiatan tidak mungkin seorang belajar”.

Keaktifan siswa dalam proses pembelajaran bermacam-macam bentuknya. Hal ini sesuai dengan jenis atau masalah yang dipelajari siswa. Menurut S. Nasution (1988:93) yang dikutip H.J. Gino dkk. (1998: 52-53) macam-macam keaktifan belajar siswa antara lain: “*Visual activities, oral activities, listening activities, drawing activities, motor activities, mental activities, emotional activities*”.

Keaktifan-keaktifan siswa dalam proses pembelajaran tersebut tidak terpisah satu dengan lainnya. Misalnya dalam keaktifan motoris terkandung keaktifan mental dan disertai oleh perasaan tertentu. Dalam setiap pelajaran dapat dilakukan bermacam-macam keaktifan.

3. Keterlibatan Langsung Siswa

Belajar adalah suatu proses yang terjadi dalam diri siswa. Dalam proses belajar sangat kompleks. Belajar adalah suatu proses yang memungkinkan organorgan siswa mengubah tingkah lakunya sebagai hasil pengalaman yang diperolehnya. Dapat dikatakan bahwa, belajar merupakan hasil pengalaman, sebab pengalaman-pengalaman yang diperoleh itulah yang menentukan kualitas perubahan tingkah laku siswa. Jadi peristiwa belajar terjadi apabila terjadi perubahan tingkah laku pada diri siswa.

Belajar adalah tanggungjawab masing-masing siswa, sebab hasil belajar adalah hasil dari pengalaman yang diperoleh sendiri, bukan pengalaman yang didapat oleh orang lain. Oleh karena itu, kualitas hasil belajar berbeda-beda antara siswa satu dengan lainnya tergantung pada pengalaman yang diperoleh dan kondisi serta kemampuan setiap siswa.

4. Pengulangan Belajar

Salah satu prinsip belajar adalah melakukan pengulangan. Dengan melakukan pengulangan yang banyak, maka suatu keterampilan atau pengetahuan akan dikuasai dengan baik. Mengulang materi pelajaran atau suatu keterampilan adalah sangat penting. Dengan melakukan pengulangan gerakan secara terus menerus, maka gerakan keterampilan dapat dikuasai dengan secara otomatis.

Suatu keterampilan yang dikuasai dengan baik, maka gerakan yang dilakukan lebih efektif dan efisien.

5. Tantangan

Tantangan merupakan salah satu bagian yang penting dalam pembelajaran. Dengan adanya tantangan maka akan memotivasi siswa untuk memecahkan permasalahan dalam pembelajaran tersebut. Hal ini sesuai pendapat H.J. Gino dkk (1998: 54) bahwa, “Materi yang dipelajari oleh siswa harus mempunyai sifat merangsang atau menantang. Artinya, materi tersebut mengandung banyak masalah-masalah yang merangsang untuk dipecahkan. Apabila siswa dapat mengatasi masalah yang dihadapinya, maka ia akan mendapatkan kepuasan”.

Memberikan tantangan dalam proses belajar mengajar adalah sangat penting. Dengan adanya tantangan yang harus dihadapi atau dipecahkan siswa dalam belajar, maka siswa akan berusaha semaksimal mungkin untuk memecahkan masalah tersebut. Jika siswa mampu memecahkan masalah yang dipelajarinya, maka siswa akan memperoleh kepuasan dan mencapai hasil belajar yang optimal

6. Balikan dan Penguatan

Pemberian balikan pada umumnya memberi nilai positif dalam diri siswa, yaitu mendorong siswa untuk memperbaiki tingkah lakunya dan meningkatkan usaha belajarnya. Tingkah laku dan

usaha belajar serta penampilan siswa yang baik, diberi balikan dalam bentuk senyuman ataupun kata-kata pujian yang merupakan penguatan terhadap tingkah laku dan penampilan siswa.

Penguatan (*reinforcement*) adalah respon terhadap tingkah laku yang dapat meningkatkan kemungkinan berulangnya kembali tingkah laku tersebut. Memberi penguatan dalam kegiatan belajar kelihatannya sederhana sekali, yaitu tanda persetujuan guru terhadap tingkah laku siswa. Namun demikian, penguatan ini sangat besar manfaatnya terhadap peningkatan hasil belajar siswa.

7. Perbedaan Individu

Setiap siswa memiliki karakteristik sendiri-sendiri yang berbeda satu dengan lainnya. Karena hal inilah, setiap siswa belajar menurut tempo atau kecepatannya masing-masing. Kesadaran bahwa dirinya berbeda dengan siswa lain akan membantu siswa menentukan cara belajar serta sasaran belajar bagi dirinya sendiri. Manfaat pembelajaran akan lebih berarti jika proses pembelajaran yang diterapkan, direncanakan dan dilaksanakan berdasarkan karakteristik dan kondisi masing-masing siswa. Untuk mencapai hasil belajar yang optimal, maka guru harus memperhatikan perbedaan setiap individu dan dalam membelajarkannya harus disesuaikan dengan kemampuan masing-masing individu.

3) Motivasi

a). Pengertian Motivasi

Menurut Slameto (2003:170) menyatakan bahwa motivasi adalah suatu proses yang menentukan tingkatan kegiatan, intensitas, konsistensi, serta arah umum dari tingkah laku manusia. Menurut Bimo Walgito (2003:220) menyatakan bahwa motivasi adalah keadaan dalam individu atau organisme yang mendorong perilaku kearah tujuan. Menurut Dimiyati dan Mudjiono (2002:80) motivasi adalah dorongan mental yang menggerakkan dan mengarahkan perilaku manusia, termasuk perilaku belajar. Dalam motivasi terkandung adanya keinginan, harapan, kebutuhan, tujuan, sasaran, dan insentif. Keadaan inilah yang mengaktifkan, menggerakkan, menyalurkan, dan mengarahkan sikap dan perilaku individu belajar.

Menurut Oemar Hamalik (2005:106), motivasi adalah suatu perubahan energi dalam diri (pribadi) seseorang yang ditandai dengan timbulnya perasaan dan reaksi untuk mencapai tujuan. Menurut Sardiman A. M. (2006:73), istilah motivasi mengacu kepada faktor dan proses yang mendorong seseorang untuk bereaksi dalam berbagai situasi. Sedangkan menurut Rochman Natawidjaya (1979:78) menyatakan motivasi adalah suatu proses untuk menggiatkan motif-motif menjadi perbuatan atau tingkah laku, yang mengatur tingkah laku atau perbuatan untuk memuaskan kebutuhan atau menjadi tujuan.

Motivasi tetap diperlukan di sekolah, sebab pembelajaran di sekolah tidak semuanya menarik minat, atau sesuai dengan kebutuhan peserta didik. Ada kemungkinan peserta didik belum menyadari pentingnya bahan pelajaran yang disampaikan oleh guru. Dalam keadaan ini peserta didik bersangkutan perlu dimotivasi agar belajar. Guru berupaya membangkitkan motivasi belajar peserta didik sesuai dengan keadaan peserta didik itu sendiri (Oemar Hamalik, 2005:112).

b). Motivasi Belajar

Belajar adalah suatu tingkah laku atau kegiatan dalam rangka mengembangkan diri, baik dalam aspek kognitif, psikomotor, maupun sikap. Agar kegiatan ini terwujud, harus ada motivasi, yang disebut motivasi belajar (Max Darsono, 2000:64). Didalam kehidupan sehari-hari, kebanyakan motif dan motivasi itu dipelajari, termasuk dalam motivasi belajar. Oleh karena itu motivasi dapat timbul tenggelam atau berubah, disebabkan beberapa faktor yang mempengaruhi. Faktor-faktor ini perlu diketahui, terutama oleh guru, agar dapat memelihara dan memperkuat faktor yang meningkatkan motivasi, dan menghindari faktor yang melemahkan motivasi.

Menurut Max Darsono (2000) menyatakan bahwa faktor yang mempengaruhi motivasi belajar adalah sebagai berikut:

1. Cita-cita atau Aspirasi

Cita-cita disebut juga aspirasi adalah suatu target yang ingin dicapai. Penentuan target ini tidak sama bagi semua siswa. Target

ini diartikan sebagai tujuan yang ditetapkan dalam suatu kegiatan yang mengandung makna bagi seseorang. Yang dimaksud dengan cita-cita atau aspirasi di sini ialah tujuan yang ditetapkan dalam suatu kegiatan yang mengandung makna bagi seseorang (W.S. Winkel, 1989: 96). Aspirasi ini dapat bersifat positif, dapat pula bersifat negatif. Siswa yang mempunyai aspirasi positif adalah siswa yang menunjukkan hasratnya untuk memperoleh keberhasilan. Sebaliknya siswa yang mempunyai aspirasi negatif adalah siswa yang menunjukkan keinginan atau hasrat menghindari kegagalan. Dalam beraspirasi siswa menentukan target atau disebut juga taraf aspirasi, yaitu taraf keberhasilan yang ditentukan sendiri oleh siswa dan ia mengharapkan dapat mencapainya. Taraf aspirasi atau taraf keberhasilan ini dapat dipakai sebagai ukuran untuk menentukan apakah siswa mencapai sukses atau tidak.

2. Kemampuan Belajar

Dalam belajar dibutuhkan berbagai kemampuan. Kemampuan ini meliputi beberapa aspek psikis yang terdapat dalam diri siswa, misalnya pengamatan, ingatan, daya pikir, fantasi. Orang belajar dimulai dengan mengamati bahan yang dipelajari. Pengamatan dilakukan dengan menfungsikan panca indera. Makin baik pengamatan seseorang, makin jelas tanggapan yang terekam dalam dirinya, dan makin mudah mereproduksi atau mengingat apa yang mengolahnya dengan berpikir, sehingga memperoleh sesuatu yang

baru. Daya fantasi juga sangat berpengaruh terhadap perolehan pengetahuan, keterampilan dan sikap. Jadi siswa yang mempunyai kemampuan belajar tinggi, biasanya lebih bermotivasi dalam belajar, karena siswa seperti itu lebih sering memperoleh sukses, sehingga kesuksesan ini memperkuat motivasinya.

3. Kondisi Siswa

Siswa adalah makhluk hidup yang terdiri dari kesatuan psikofisik. Jadi kondisi siswa yang mempengaruhi motivasi belajar disini berkaitan dengan kondisi fisik, dan kondisi psikologis. Tetapi biasanya guru lebih cepat melihat kondisi fisik, karena lebih jelas menunjukkan gejalanya dari pada kondisi psikologisnya. Misalnya siswa yang kelihatan lesu, mengantuk akibat begadang atau siswa yang dimarahi orang tuanya dan terbawa ke sekolah akan mengurangi bahkan menghilangkan motivasi belajar siswa.

4. Kondisi Lingkungan

Kondisi lingkungan merupakan unsur-unsur yang datang dari luar diri siswa. Lingkungan siswa, sebagaimana juga lingkungan individu pada umumnya, ada tiga, yaitu lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat. Guru harus berusaha mengelola kelas, menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, menampilkan diri secara menarik, dalam rangka membantu siswa termotivasi dalam belajar. Lingkungan fisik sekolah, sarana dan prasarana, perlu ditata dan dikelola, supaya menyenangkan dan membuat

siswa betah belajar. Kecuali kebutuhan siswa terhadap sarana dan prasarana, kebutuhan emosional psikologis juga perlu mendapat perhatian. Kebutuhan rasa aman misalnya, sangat mempengaruhi motivasi belajar siswa. Kebutuhan berprestasi, dihargai, diakui, merupakan contoh-contoh kebutuhan psikologis yang harus terpenuhi, agar motivasi belajar timbul dan dapat dipertahankan.

5. Upaya Guru Membelajarkan Siswa

Upaya yang dimaksud disini adalah bagaimana guru mempersiapkan diri dalam membelajarkan siswa mulai dari penguasaan materi, cara menyampaikannya, menarik perhatian siswa, mengevaluasi belajar siswa. Bila upaya-upaya tersebut dilaksanakan dengan berorientasi pada kepentingan siswa, maka diharapkan upaya tersebut dapat menimbulkan motivasi belajar siswa. Bila upaya guru hanya sekedar mengajar, artinya keberhasilan guru yang menjadi titik tolak, besar kemungkinan siswa tidak tertarik untuk belajar. Dengan kata lain motivasi belajar siswa melemah atau hilang.

4) Bermain

a). Pengertian Bermain

Bermain sangat disukai oleh anak karena sifat dari bermain sendiri menyenangkan. Menurut Yudha M. Saputra (2001:6) menyatakan "bermain adalah kegiatan yang menyenangkan".

Sedangkan Aip Syarifudin (2004:17) mengartikan” bermain adalah bentuk kegiatan yang bermanfaat/produktif untuk menyenangkan diri”. Bermain adalah aktifitas yang menyenangkan serius dan sukarela, dimana anak berada dalam dunia yang tidak nyata atau sesungguhnya. Bermain bersifat menyenangkan karena anak diikat oleh sesuatu yang menyenangkan, dengan tidak banyak memerlukan pemikiran. Bermain bersifat serius karena bermain memberikan sifat kesempatan untuk meningkatkan perasaan anak untuk menguasai sesuatu dan untuk memunculkan rasa untuk menjadi manusia penting. Bermain bersifat tidak nyata karena anak berada di luar kenyataan, dengan memasuki suatu dunia imajiner. Bermain memberikan suatu arena di mana anak masuk dan terlibat untuk menghilangkan dirinya, namun secara berlawanan asas anak kadang-kadang menemukan dirinya dari bermain”. Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa bermain merupakan aktifitas jasmani siswa yang dilakukan dengan rasa senang dan mempunyai tujuan pengembangan pertumbuhan dan perkembangan anak. Sehingga melalui bermain dapat memberikan pengalaman belajar yang sangat berharga untuk siswa.

Siswa dan bermain merupakan dua hal yang tidak dapat dipisahkan satu sama lain. Bermain bagi siswa merupakan kebutuhan hidup seperti halnya kebutuhan akan makan, minum, tidur, dan lain-lain. Melalui bermain anak dapat mengaktualisasikan diri dan

mempersiapkan diri untuk menjadi dewasa dan membangkitkan motivasi pada siswa untuk berpartisipasi.

Hibanna S. Rahman (2002:85) mengartikan "bermain adalah segala kegiatan yang dapat menimbulkan kesenangan bagi anak". Selanjutnya menurut kamus besar bahasa Indonesia (2003:698) bahwa "bermain adalah melakukan sesuatu untuk bersenang-senang". Sedangkan menurut Agus Mahendra (2004:4) yaitu "bermain adalah dunia anak, sambil bermain mereka belajar, dalam belajar, anak-anak adalah ahlinya". Dari pengertian di atas di tarik kesimpulan yang di maksud bermain adalah dunia anak yang menjadi aktifitas jasmani dengan cara melakukan sesuatu untuk bersenang-senang.

b). Fungsi Bermain

Anak yang bermain akan melakukan aktifitas bermain dengan sukarela dan akan melakukan aktifitas bermain tersebut dengan kesungguhan, demi untuk memperoleh kesenangan dari aktifitas tersebut. Menurut Sukintana (2004:7) "bermain dengan rasa senang, untuk memperoleh kesenangan, kadang memerlukan kerjasama dengan teman, menghormati lawan, mengetahui kemampuan teman, patuh pada peraturan, dan mengetahui kemampuan dirinya". Selanjutnya menurut Yudha M. Saputra (2001:6) "dengan bermain dapat memberikan pengalaman belajar yang sangat berharga untuk siswa". Sedangkan menurut Yudha M. Saputra (2001:6) kegiatan bermain dapat

meningkatkan motivasi siswa dengan sasaran aspek yang dapat di kembangkan menurut lima aspek. Aspek-aspek tersebut adalah:

1. Manfaat bermain untuk perkembangan fisik.
2. Manfaat bermain untuk perkembangan motorik.
3. Manfaat bermain untuk perkembangan sosial.
4. Manfaat bermain untuk perkembangan emosional.
5. Manfaat bermain untuk perkembangan keterampilan olahraga

Istilah bermain dapat diartikan sebagai bentuk permainan kecil. Permainan kecil merupakan aktivitas gerak yang dilakukan dalam bentuk permainan sederhana atau permainan tradisional dan tidak menuntut secara khusus terhadap waktu, sarana dan prasarana.

Menjadikan permainan kecil sebagai pemanasan perlu diperhatikan beberapa kriteria permainan tersebut. Salah satu kriteria permainan kecil yang dikemukakan Jonni (1998) yaitu dikenal dengan lima M adalah :

“Murah, mudah, menarik, meriah dan massal. Murah artinya tidak memerlukan sarana dan prasarana yang mahal, mudah artinya menggunakan peraturan yang sederhana sehingga mudah dipahami siswa. Menarik artinya permainan tersebut menarik dan disenangi siswa sehingga mereka memiliki motivasi yang tinggi untuk melakukannya. Meriah artinya permainan itu menimbulkan kegembiraan dan kepuasan bagi siswa. Dan massal artinya dapat dilakukan oleh seluruh siswa tanpa memandang jenis kelamin, tipe tubuh dan usia”.

Berdasarkan kutipan diatas terlihat jelas bahwa permainan kecil dijadikan sebagai pemanasan memiliki kriteria, diantaranya mudah, murah, menarik, meriah dan massal.

Beberapa keuntungan menjadikan permainan kecil sebagai pemanasan adalah mempercepat proses peningkatan suhu tubuh dan suhu otot aktif, dengan begitu gerakan yang dilakukan lebih cepat dikuasai. Disamping itu permainan kecil merupakan media yang baik untuk membimbing dan mengarahkan siswa pada sarana yang akan dipelajari selanjutnya dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

c). Contoh permainan kecil

1. Bola Sepuluh

Ide permainan adalah anak dijadikan dua kelompok, masing-masing kelompok berusaha mendapatkan bola sebanyak 10 kali tanpa ada gangguan dari pihak lawan. Pemanasan dalam bentuk permainan ini biasanya dalam olahraga basket dan bola voly.

Peserta / pelaku :

- Putra putri boleh digabung
- Jumlah pemain tidak terbatas
- Umur pemain 8-15 tahun

Peralatan : Lapangan, Bola, Pluit

Jalan permainan :

1. Persiapan

Membuat garis batas

2. Peraturan

- Setelah aba-aba dimulai masing-masing kelompok berusaha supaya bola dipegangnya tidak bisa diambil oleh lawannya.

- Bola tidak boleh dibawa keluar garis batas.
- Bola tidak boleh direbut dengan cara kasar

3. Penentu kalah menang

Kalah : Apabila bola tidak sampai ditangkap 10 kali secara berturut-turut.

Menang : Apabila bola ditangkap 10 kali secara berturut-turut.

4. Hukuman : Melompat 10 kali.

2. Kupu-kupu Terbang

Ide Permainan adalah menghindari 2 orang anak yang menentang tali setinggi lutut, setinggi bahu dengan cara melompati / jongkok, dan sebagainya. Pemanasan dalam bentuk permainan ini biasanya dilakukan dalam semua cabang olahraga.

Peserta/Pelaku :

- Putra / putri dapat digabung.
- Jumlah pemain tidak terbatas.
- Umur pemain 10 - 15 tahun.

Jalan Permainan :

1. Persiapan

2/4 orang anak memegang tali berpasangan dan yang lain menyebar dalam suatu lapangan.

2. Peraturan

- Setelah pluit berbunyi bergerak menghindar pengejar.

- Menghindari dengan cara melompatljongkok hingga tidak menyentuh tali.
- Yang kena tangkap adalah kalah

3. Penentuan kalah menang

Yang tertangkap adalah kalah.

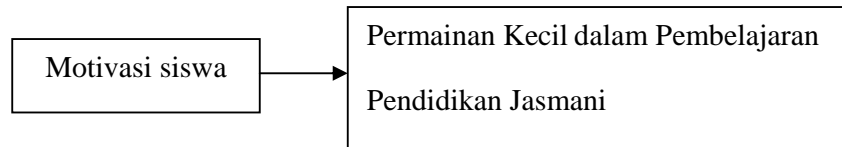
4. Hukuman : Push up 15 kali

B. Kerangka Konseptual

Siswa dalam mengikuti pelajaran pendidikan jasmani dipengaruhi oleh motivasi. Motivasi tetap diperlukan di sekolah, sebab pembelajaran di sekolah tidak semuanya menarik minat, atau sesuai dengan kebutuhan peserta didik. Ada kemungkinan peserta didik belum menyadari pentingnya bahan pelajaran yang disampaikan oleh guru. Dalam keadaan ini peserta didik bersangkutan perlu dimotivasi agar belajar. Guru berupaya membangkitkan motivasi belajar peserta didik sesuai dengan keadaan peserta didik itu sendiri (Oemar Hamalik, 2005:112). Motivasi menentukan tingkat berhasil atau gagalnya kegiatan belajar siswa. Belajar tanpa motivasi sulit untuk mencapai keberhasilan secara optimal (Oemar Hamalik, 2005:108). Oleh karena itu motivasi begitu berarti, dengan motivasi belajar siswa akan mencapai keberhasilan belajar secara optimal. Sehingga siswa SD Negeri 33 Salimpaung Kecamatan Salimpaung Kabupaten Tanah Datar termotivasi dalam pembelajaran pendidikan jasmani melalui permainan kecil.

Karena permainan kecil merupakan bagian dari aktivitas bermain maka untuk memotivasi siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah

dasar, di sajikan dalam aneka bentuk permainan kecil. Untuk lebih jelasnya tergambar pada kerangka konseptual



Gambar 1. Kerangka Konseptual

C. Pertanyaan Peneliti

Berdasarkan permasalahan diatas, maka pertanyaan penelitian yang dikemukakan adalah seberapa besar motivasi siswa SD Negeri 33 Salimpaung Kecamatan Salimpaung Kabupaten Tanah Datar dalam pembelajaran pendidikan jasmani melalui permainan kecil?

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan tentang peningkatan motivasi siswa SD Negeri 33 Salimpaung Kecamatan Salimpaung Kabupaten Tanah Datar dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di melalui permainan kecil, ditemukan tingkat ketercapaian indikator sebesar 76.4% berada pada kategori baik.

B. Saran

Bertitik tolak pada uraian terdahulu serta kesimpulan di atas, maka dikemukakan saran sebagai berikut :

- a. Diharapkan siswa agar dapat mempertahankan dan meningkatkan motivasinya terhadap pembelajaran penjasorkes, melalui permainan kecil.
- b. Bagi guru penjasorkes sebagai bahan pertimbangan dan masukan dalam meningkatkan motivasi siswa dalam pembelajaran penjasorkes, melalui permainan kecil.
- c. Bagi pihak sekolah, orang tua dan masyarakat agar memberikan dukungan terhadap proses pembelajaran penjasorkes terutama permainan kecil agar pelaksanaan penjasorkes dapat berjalan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Mahendra. 2004. *Azas dan Falsafah Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdiknas.
- Aip Syarifuddin. 1992. *Atletik*. Jakarta: Depdikbud. Dirjendikti. Proyek Pembinaan
- Arikunto, Suharsimi. 1993. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta
- Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta
- Ateng Abdul kadir, 1992. *Asas-asas dan landasan pendidikan Jasmani*. Jakarta: Dirjen Dikti
- Aziz, Syamsir. 2005. *Pembelajaran Permainan Kecil*. Jakarta: Dirjen Dikdasmen
- Darsono. Max dkk. 2000. *Belajar Dan Pembelajaran*. Semarang: IKIP
- Depdikbud . 1999 . *Penyempurnaan/Penyesuaian Kurikulum 1994*. Jakarta
- Depdiknas. 2003. *Undang-undang Republik Indonesia No 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta
- Depdiknas. 2007/2008. *Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan Standart Kompetensi dan Kompetensi Dasar Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Depdiknas.
- Dimiyati & Mujiono. 2002. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Dirjen Perguruan Tinggi dan Depdikbud