

**PELAKSANAAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI  
OLAHRAGA DAN KESEHATAN PADA SD NEGERI 18  
KECAMATAN LEMBAH MELINTANG**

**SKRIPSI**

*Diajukan Kepada Tim Penguji Ujian Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga Sebagai  
Syarat Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana di Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang*



**Oleh :**

**YUSLIANA  
08809**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2011**

## **ABSTRAK**

### **Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada SD Negeri 18 Kecamatan Lembah Melintang**

**OLEH : Yusliana /2011:**

Jenis penelitian ini deskriptif bertujuan untuk menggambarkan tentang Pelaksanaan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada SD Negeri 18 Kecamatan Lembah Melintang. Pelaksanaan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada SD Negeri 18 Kecamatan Lembah Melintang masih kurang berjalan dengan baik, ini disebabkan karena faktor Perencanaan pembelajaran, dukungan orang tua, motivasi belajar siswa, penggunaan metode mengajar, dukungan kepala sekolah dan sarana prasarana.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa Kelas I sampai VI yang ada di SDN 18 Kecamatan Lembah Melintang yang berjumlah 260 orang ditambah 3 orang guru penjasorkes.. Sampel dalam penelitian diambil menggunakan teknik *purposive sampling* dimana sampel dalam penelitian ini diambil 16% dari populasi penelitian yaitu sebanyak 42 orang siswa yang terdiri dari siswa Kelas IV, V dan VI karena lebih mudah diberi penjelasan serta ditambah 3 orang guru penjasorkes. Teknik pengumpulan data menggunakan angket instrument penelitian dengan skala Likert, dengan 4 alternatif jawaban Sangat Setuju, Setuju, Tidak Setuju dan Sangat Tidak Setuju.

Dari hasil analisis data didapatkan kesimpulan :

1. Perencanaan pengajaran yang telah dilaksanakan guru pendidikan jasmani di SDN 18 Kecamatan Lembah Melintang, dari pernyataan yang diberikan kepada tiga orang responden dapat disimpulkan bahwa perencanaan pengajaran guru tersebut dikatakan baik dengan rata-rata jawaban 65.58%.
2. Metode pembelajaran yang telah dilaksanakan guru pendidikan jasmani di SDN 18 Kecamatan Lembah Melintang, dari pernyataan yang diberikan kepada 42 responden dapat disimpulkan bahwa metode pembelajaran tersebut dikatakan baik dengan rata-rata jawaban 78.31%.
3. Motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani di SDN 18 Kecamatan Lembah Melintang, dari pernyataan yang diberikan kepada 42 responden dapat disimpulkan bahwa motivasi siswa tersebut dikatakan baik dengan rata-rata jawaban 63.81%.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan proposal dengan judul **“Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada SD Negeri 18 Kecamatan Lembah Melintang”**.

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

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

Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu melalui ini penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Drs. H. Syahril Bactiar, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.
2. Drs. Hendri Neldi, M.Kes, AIFO selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga

penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.

3. Drs. Yulifri, M.Pd selaku Pembimbing I dan Drs. Willadi Rasyid, M.Pd selaku Pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan dan dorongan, semangat, pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti dalam penulisan skripsi ini.
4. Tim Penguji yang telah memberikan masukan, saran, motivasi, sumbangan pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti baik dalam penulisan maupun dalam menguji skripsi ini.
5. Seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada penulis selama penulis mengikuti perkuliahan.
6. Buat teman-teman yang senasib dan seperjuangan yang tidak disebutkan namanya satu persatu yang telah memberikan bantuan dan dorongan baik moril maupun materil dalam penyusunan skripsi ini.
7. Kepada kedua orang tua yang telah memberikan dorongan dan do'a sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Akhirnya penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Januari 2011

Penulis

## DAFTAR ISI

### HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

### HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

|                     |     |
|---------------------|-----|
| ABSTRAK .....       | i   |
| KATA PENGANTAR..... | ii  |
| DAFTAR ISI.....     | iv  |
| DAFTAR TABEL .....  | vi  |
| DAFTAR GAMBAR.....  | vii |

### BAB I PENDAHULUAN

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

### BAB II KERANGKA TEORITIS

|                                         |    |
|-----------------------------------------|----|
| A. Kajian Teori .....                   | 7  |
| 1. Hakekat Pendidikan Jasmani.....      | 7  |
| 2. Hakikat Perencanaan Pengajaran ..... | 10 |
| 3. Metode Pembelajaran Penjas .....     | 14 |
| 4. Hakekat Motivasi Belajar Siswa ..... | 18 |
| B. Kerangka Konseptual .....            | 24 |
| C. Pertanyaan Penelitian .....          | 25 |

### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

|                                      |    |
|--------------------------------------|----|
| A. Jenis Penelitian.....             | 26 |
| B. Waktu dan Tempat Penelitian ..... | 26 |
| C. Populasi dan Sampel .....         | 27 |
| D. Jenis dan Sumber Data .....       | 28 |
| E. Teknik Pengumpulan Data .....     | 29 |
| F. Instrumen Penelitian.....         | 30 |
| G. Teknik Analisis Data.....         | 31 |

### **BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

|                          |    |
|--------------------------|----|
| A. Verifikasi Data ..... | 33 |
| B. Deskripsi Data.....   | 33 |
| C. Pembahasan.....       | 43 |

### **BAB V PENUTUP**

|                     |    |
|---------------------|----|
| A. Kesimpulan ..... | 47 |
| B. Saran-saran..... | 48 |

### **DAFTAR PUSTAKA**

## DAFTAR TABEL

| Tabel                                                    | Hal |
|----------------------------------------------------------|-----|
| 1. Distribusi Populasi Penelitian .....                  | 27  |
| 2. Distribusi Sampel Penelitian .....                    | 28  |
| 3. Distribusi Sampel Penelitian .....                    | 31  |
| 4. Kategori nilai rata-rata .....                        | 32  |
| 5. Distribusi Frekuensi Data Perencanaan Pengajaran..... | 34  |
| 6. Distribusi Frekuensi Data Metode Pembelajaran.....    | 37  |
| 7. Distribusi Frekuensi Motivasi Siswa.....              | 40  |

## DAFTAR GAMBAR

| Gambar                                    | Hal |
|-------------------------------------------|-----|
| 1. Kerangka Konseptual .....              | 25  |
| 2. Histogram Perencanaan Pengajaran ..... | 36  |
| 3. Histogram Metode Pembelajaran .....    | 39  |
| 4. Histogram Motivasi Siswa .....         | 43  |

## HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada SD Negeri 18 Kecamatan Lembah Melintang  
Nama : YUSLIANA  
BP/NIM : 08809  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Januari 2011

Disetujui :

Pembimbing I

Pembimbing II

**Drs. Yulifri, M.Pd**  
NIP. 195701511985031002

**Drs. Willadi Rasyid, M.Pd**  
NIP. 19591121 190602 1 006

Mengetahui :  
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga

**Drs. Hendri Naldi, M.Kes. AIFO**  
NIP. 19620205 198723 1 002

## HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

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

### **PELAKSANAAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN PADA SD NEGERI 18 KECAMATAN LEMBAH MELINTANG**

Nama : YUSLIANA  
BP/NIM : 08809  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Januari 2011

Tim Penguji :

|            |   |    |          |
|------------|---|----|----------|
| Ketua      | : | 1. | 1. _____ |
| Sekretaris | : | 2. | 2. _____ |
| Anggota    | : | 3. | 3. _____ |
|            | : | 4. | 4. _____ |
|            | : | 5. | 5. _____ |

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

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

Dalam pembangunan bangsa, maka Peningkatan mutu pendidikan merupakan salah satu strategi yang sangat penting. Upaya tersebut memiliki peranan strategis dalam kerangka pembangunan bangsa Indonesia secara keseluruhan, karena menyangkut usaha menyiapkan sumber daya manusia sebagai pelaksana pembangunan di masa yang akan datang. Hal ini sejalan dengan tuntutan Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional (UUSPN) No 20/2003 Bab II Pasal 3 yang berbunyi sebagai berikut :

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

Berdasarkan kutipan di atas, maka pendidikan merupakan salah satu hal yang sangat pokok dilaksanakan untuk peningkatan mutu bangsa Indonesia, karena tanpa pendidikan maka bangsa kita ini akan tertinggal dari bangsa lain di dunia ini.

Untuk mencapai tujuan di atas, kita dituntut untuk selalu menambah, memperdalam, meningkatkan kualitas dan kuantitas ilmu pengetahuan serta keterampilan. Salah satu upaya untuk mewujudkan tujuan di atas adalah melalui pengajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (Penjasorkes).

Mata pelajaran penjasorkes diberikan kepada seluruh sekolah mulai dari SD sampai Perguruan Tinggi. Untuk kelancaran proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan maka disusunlah Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP 2006) dengan tujuan seperti dijelaskan :

"(1) mengembangkan keterampilan pengelolaan 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 pengembangan psikis yang lebih baik:, (3) meningkatkan kemampuan Jan keterampilan gerak dasar, (4) meletakkan kemampuan Jan keterampilan gerak dasar, (5) meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, (6) mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan, (7) memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil serta memiliki sikap yang positif."

Dengan adanya Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, besar kemungkinan manusia Indonesia memiliki jasmani yang sehat, mempunyai keterampilan gerak dasar yang benar, berdisiplin serta beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa. Oleh karena itu pelaksanaan pembelajaran penjasorkes perlu mendapatkan perhatian secara sungguh-sungguh dari satuan pendidikan, terutama guru penjasorkes di sekolah dasar.. Penyelenggaraan pembelajaran secara sistematis dan terarah, memungkinkan apa yang diharapkan akan tercapai dengan baik. Mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan merupakan salah satu mata pelajaran yang wajib diajarkan pada peserta didik di sekolah, yang diberikan sesuai dengan kurikulum yang ada, Menurut Agus Mahendra (2008:7)

"Pendidikan Jasmani adalah suatu aktivitas fisik yang dilakukan untuk meningkatkan kebugaran jasmani dan meningkatkan taraf kesehatan anak".

Sesuai dengan tujuan pendidikan jasmani dan kesehatan di atas, jelaslah betapa pentingnya mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan bagi siswa karena dengan adanya aktifitas yang dilakukan dengan menggunakan fisik, maka bagi siswa sekolah dasar khususnya akan dapat meningkatkan taraf kesegaran jasmani, membantu pertumbuhan tubuh, memperlancar peredaran darah dan membantu perkembangan organ tubuh termasuk perkembangan psikis anak.

Dengan adanya pendidikan jasmani dan kesehatan besar kemungkinan untuk menciptakan manusia Indonesia yang memiliki jasmani yang sehat, mempunyai keterampilan gerak dasar yang benar dan dapat menciptakan manusia pembangunan yang disiplin serta beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, oleh karena itu pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan seharusnya berjalan menurut semestinya sesuai dengan yang telah ditetapkan dalam kurikulum.

Berdasarkan pengamatan penulis ditemui bahwa pelaksanaan pembelajaran penjasorkes di SD Negeri 01 Koto Tuo masih belum terlaksana dengan baik. Kurang terlaksananya pembelajaran penjasorkes dimaksud dimungkinkan oleh banyak faktor antara lain; Perencanaan pembelajaran, dukungan orang tua, motivasi belajar siswa, penggunaan metode mengajar, dukungan kepala sekolah dan sarana prasarana. Oleh sebab itu untuk mengetahui faktor yang paling dominan sebab penyebab kurang terlaksananya

pembelajaran penjasorkes pada SD 18 Kecamatan Lembah Melintang perlu dilakukan penelitian. Untuk itu penulis mengangkat judul penelitian “Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada SD Negeri 18 Kecamatan Lembah Melintang”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah diantaranya

1. Perencanaan Pelaksanaan Pembelajaran ( RPP)
2. Metode Pembelajaran
3. Motivasi siswa
4. Kompetensi guru
5. Dukungan Kepala Sekolah
6. Sarana dan prasarana

## **C. Pembatasan Masalah.**

Mengingat keterbatasan penulis, maka tidak semua masalah yang diidentifikasi dapat diteliti secara menyeluruh. Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas maka penelitian ini hanya membatasi pada Pelaksanaan Mata Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SDN 18 Kecamatan Lembah Melintang, yang berkaitan dengan:

1. Perencanaan Pengajaran
2. Metode Pembelajaran
3. Motivasi siswa

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

Berdasarkan pembatasan masalah di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Bagaimana persiapan guru dalam menyiapkan Perencanaan Pengajaran Penjasorkes di SDN 18 Kecamatan Lembah Melintang Kabupaten Lima Puluh Kota?.
2. Bagaimana metode pembelajaran dalam pelaksanaan pembelajaran penjasorkes pada SD 18 Kecamatan Lembah Melintang ?
3. Bagaimanakah motivasi siswa dalam pembelajaran penjasorkes SD O1 Koto Tuo Kecamatan Lembah Melintang ?

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

Berdasarkan perumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Persiapan guru dalam membuat Perencanaan Pengajaran Penjasorkes pada SD 18 Kecamatan Lembah Melintang .
2. Metode pembelajaran dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan di SD 18 Kecamatan Lembah Melintang
3. Motivasi siswa dalam pembelajaran penjasorkes di SD 18 Kecamatan Lembah Melintang

## **F. Manfaat Penelitian**

Sesuai dengan masalah dan tujuan penelitian yang telah dirumuskan maka penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi pihak-pihak sebagai berikut:

1. Salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan S1 di FIK UNP.
2. Berguna bagi siswi dalam proses pembelajaran penjasorkes
3. Sebagai bahan masukan bagi pihak sekolah terutama bagi kepala sekolah
4. Sebagai bahan informasi bagi guru penjasorkes
5. Sebagai bahan pertimbangan bagi penilik olahraga di Kecamatan Lembah Melintang
6. Sebagai masukan bagi Dinas Pendidikan Pemuda dan Olahraga.
7. Bahan masukan bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti permasalahan ini secara mendalam.
8. Sumbangan bagi khasanah ilmu pengetahuan, pengembangan Ilmu pengetahuan serta sebagai pengetahuan bagi pembaca.

## **BAB II**

### **KERANGKA TEORITIS**

#### **A. Kajian Teori**

##### **1. Hakekat Pendidikan Jasmani**

Pendidikan jasmani adalah suatu tahap atau aspek dari proses pendidikan keseluruhan, yang berkenaan dengan perkembangan dan penggunaan kemampuan perkembangan gerak individu yang dilakukan atas kemauan sendiri serta bermanfaat dengan reaksi atau respon yang terkait langsung dengan mental, emosi dan sosial. Hal ini senada yang disampaikan Arma Abdullah (1994:5) mengatakan:

"Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perorangan maupun sebagai anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui kegiatan jasmani yang insentif dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan, kecerdasan dan pembentukan watak".

Dalam penjelasan lain oleh Bucher (1983) dalam Aif Syarifuddin (2001:1.17) mengatakan bahwa "Pendidikan jasmani terdiri dari dua kata jasmani (physical) dan pendidikan (education) kata jasmani memberikan pengertian pada bermacam-macam kegiatan jasmani yang meliputi : kekuatan jasmani, pengembangan jasmani, kecakapan jasmani, kesehatan jasmani dan penampilan jasmani Sedangkan pendidikan adalah suatu proses yang memberikan perhatian pada pengembangan jasmani manusia".

Hal ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Webster's new Collegiate Dictionary (1980) menyatakan bahwa "Pendidikan jasmani (physical education) adalah pengajaran yang memberikan perhatian pada pengembangan fisik dari mulai latihan kalistenik latihan untuk kesehatan, senam serta permainan dan olahraga pertandingan". Namun hal itu berbeda dengan yang dikemukakan oleh Ensiklopedia Indonesia menyebutkan bahwa "Pendidikan jasmani adalah olahraga yang dilakukan tidak semata-mata untuk mencapai prestasi, terutama yang dilakukan di sekolah-sekolah, terdiri atas latihan tanpa alat dan dengan alat dilakukan didalam ruangan dan dilapangan terbuka".

Demikian pula menurut Menpora (1984) (dalam Aif Syarifuddin 2001: 1.18) mengatakan "Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang maupun anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan keterampilan jasmani pertumbuhan kecerdasan dan pembentukan watak". Pendapat Menpora tersebut sejalan dengan yang tertera didalam *International Charter of Physical Education* (1974) mengemukakan: " Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai individu maupun sebagai anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan, kecerdasan dan pembentukan watak". Namun penjelasan tersebut berbeda dengan yang dikemukakan oleh

Ateng (1993) (dalam Aif Syarifuddin 2001: 1.18) mengemukakan "Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan melalui berbagai kegiatan jasmani yang bertujuan mengembangkan individu secara organik, neoromusculer, intelektual dan emosional". Pendapat ini berbeda menurut Scaton (1974) mengatakan bahwa "Pendidikan jasmani adalah bentuk pendidikan yang memberikan perhatian pada pengajaran pengetahuan sikap dan keterampilan gerak manusia ".Demikian pula pendapat Baley dan Field(1976) yang memberikan pengertian pendidikan jasmani adalah "Suatu proses pendidikan melalui pemilihan aktivitas fisik yang akan menghasilkan adaptasi pada organik syaraf otot, intelektual, sosial, kultural, emosional dan estetika". Lebih lanjut Nixson dan Cozens(1959) (dalam Aif Syarifuddin 2001: 1.19) mengemukakan "Pendidikan jasmani adalah phase dari pendidikan keseluruhan yang berhubungan dengan aktivitas berat yang mencakup sistem serta hasil belajar dari partisipasi dalam aktivitas tersebut" Pendapat yang dikemukakan para ahli di atas dapat diartikan bahwa pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang atau masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui kegiatan jasmani yang insentif secara keseluruhan yang berkenaan dengan perkembangan dan penggunaan kemampuan gerak individu yang dilakukan atas kemauan diri sendiri serta bermanfaat dengan reaksi atau respon yang terkait langsung dengan mental, emosi dan sosial.

Didalam pendidikan jasmani terdapat pendidikan kesehatan rekreasi dan tari. Menurut Ateng (1992) (dalam Aif Syarifuddin 2001:1.18) mengemukakan Pendidikan kesehatan meliputi pengejaran kesehatan pelayanan kesehatan dan kesehatan lingkungan tujuannya adalah kebiasaan hidup sehat.

## **2. Hakikat Perencanaan Pengajaran**

Pengembangan instruksional dalam pengembangan sistem pengajaran oleh M. Ali Husein dan Mudhofir dalam Subagiyo dkk,1999:210) digambarkan "Pengembangan satuan pengajaran merupakan langkah pengembangan dan pelaksanaan pengajaran sebagai suatu sistem untuk mencapai tujuan secara efisien dan efektif. Langkah-langkah tersebut yaitu : 1) Merumuskan tujuan Kompetensi dasar, 2) Menyusun alat evaluasi, 3) menentukan kegiatan belajar dan materi pembelajaran, 4)merencanakan program kegiatan dan 5) melaksanakan program pengajaran.

Pelaksanaan pengajaran adalah proses belajar mengajar yang merupakan suatu sistem yang memilih komponen-komponen : Tujuan pengajaran, bahan pelajaran, kegiatan belajar mengajar, alat-alat pelajaran/ sumber dan evaluasi. Sesungguhnya hakikat setiap proses pembelajaran setiap proses belajar mengajar menuntut direncanakan masing-masing komponen secara sistematis agar tercipta suatu proses belajar yang optimal.

Didalam kenyataan banyak guru sebagai pengajar tidak merasa berencana melakukan kegiatan profesionalnya, yaitu menetapkan tujuan-tujuan yang hendak dicapai, memilih bahan-bahan yang paling tepat, menentukan pendekatan belajar yang paling memadai, merencanakan strategi belajar yang paling ampuh, memilih alat-alat yang serasi dan tidak mengukur alat tersebut seberapa jauh tujuan yang telah ditetapkan telah tercapai yang lazim dilakukan adalah mengajarkan bahan tanpa mempersoalkan untuk mencapai tujuan apa bahan tersebut diajarkan.

Akibat sukar untuk menentukan apakah metode atau pendekatan yang digunakan adalah metode yang paling cocok dan sukarnya kita mengukur apakah proses belajar mengajar yang kita tempuh benar-benar telah efektif. Satu-satunya yang dapat kita ketahui adalah guru telah selesai mengajarkan suatu bahan pelajaran. Sebagai mana tadi telah dijelaskan bahwa tujuan proses belajar mengajar dilaksanakan adalah bagaimana tujuan pembelajaran itu dapat tercapai dan mampu dikuasai oleh siswa, maka jelaslah memerlukan persiapan dan perencanaan sebelumnya.

Menurut Winarsono Surakhmad dalam pengantar interaksi Mengajar Belajar seperti dikutip Subagiyo ( 1999:211) menyatakan bahwa persiapan interaksi edukatif meliputi persiapan "1) Situasi umum, 2) murid yang dihadapi, 3) tujuan yang akan dicapai, 4) bahan yang akan diajarkan, 5) metode mengajar, 6) alat-alat bantu, 7) teknik-teknik evaluasi. Dengan demikian diartikan juga bahwa pengajaran atau kegiatan proses belajar mengajar yang dilaksanakan oleh guru adalah suatu proses kegiatan yang

diatur sedemikian rupa menurut langkah-langkah yang telah digariskan dalam Kurikulum. Agar pelaksanaannya mencapai hasil yang diharapkan pengaturan ini dituangkan dalam bentuk perencanaan mengajar.

Philips dalam Harjanto, (1997:6) mengemukakan perencanaan pelajaran dalam arti luas adalah "Suatu penerapan yang rasional dari analisis sistematis proses perkembangan pendidikan dengan tujuan agar pendidikan itu lebih efektif dan efisien sesuai dengan kebutuhan dan tujuan para murid dan masyarakat".

Perencanaan pengajaran merupakan suatu proses penyusunan alternatif kebijaksanaan mengatasi masalah yang akan dilaksanakan dalam rangka pencapaian tujuan pembangunan pendidikan nasional dengan mempertimbangkan kenyataan-kenyataan yang ada di bidang sosial ekonomi, sosial budaya dan kebutuhan pembangunan secara menyeluruh terhadap pendidikan nasional.

Sebelum proses belajar mengajar itu berlangsung terlebih dahulu guru membuat program pengajaran yang dituangkan kedalam program semester dan program tahunan yang telah diatur di dalam silabus atau kurikulum berdasarkan kompetensi dasar dan standar kompetensi. Program semester dan tahunan merupakan inti program pengajaran dengan membagi alokasi waktu berdasarkan kompetensi dan kompetensi dasar yang telah disusun yang dibagi kepada beberapa indikator-indikator untuk satu semester atau satu tahun. Program tahunan ini dituangkan dalam bentuk Rencana Pelaksanaan Pembelajaran ( RPP ) Rencana Pelaksanaan

Pembelajaran adalah suatu rencana yang akan diajarkan oleh guru dalam beberapa kali tatap muka atau pertemuan dan menetapkan Kompetensi Dasar, standar kompetensi, indikator-indikator metode pembelajaran, sumber belajar, alat pembelajaran langkah-langkah pembelajaran tujuan pembelajaran dan evaluasi yang akan diajarkan dalam proses belajar mengajar. Langkah-langkah untuk menyusun rancangan pembelajaran diuraikan pada pembahasan berikut:

a. Persiapan perangkat pembelajaran

Membuat persiapan dan perangkat pembelajaran yang berpedoman kepada Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP 2006 ) yaitu:

- 1) Program semester yang berisikan garis-garis besar mengenai hal-hal yang hendak dilaksanakan dan dicapai dalam semester tersebut
- 2) Program Tahunan yang merupakan suatu program yang dirancang berdasarkan alokasi waktu dalam satu tahun untuk kegiatan proses pembelajaran
- 3) Silabus yang terdiri dari (a) nama sekolah,(b) mata pelajaran (c) Kelas/Semester (d) Standar Kompetensi (e) Kompetensi Dasar (f) Indikator pembelajaran (g) Tujuan Pembelajaran ( h) Kegiatan Belajar Mengajar(KBM)(i)Alat dan Sumber pembelajaran dan (j) Metode pembelajaran serta ( k) Evaluasi pembelajaran,
- 4) Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) terdiri dari (a) mata pelajaran (b) Kelas/Semester (c) alokasi waktu (d) Kompetensi Dasar/ Standar Kompetensi (e) Indikator (f) materi Pembelajaran (g) Kegiatan belajar mengajar ( h) Sumber dan alat ( i) evaluasi
- 5) Evaluasi pembelajaran. Evaluasi adalah kegiatan proses penilaian yang harus dilakukan oleh seorang guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang bertujuan untuk mengukur tingkat keberhasilan siswa dalam melakukan aktivitas pelajaran dan seberapa besar kontribusi hasil belajar telah dapat dicapai.

Menurut Undang RI No. 3 tahun (2003) dijelaskan " ada tiga aspek yang dijadikan dasar penilaian yaitu (a) Kognitif artinya test atau evaluasi melalui menguji kemampuan berpikir peserta didik (b) Afektif artinya penilaian sikap dan tingkah laku dan psikomotor yaitu kemampuan gerak yang dilakukan oleh siswa.

Didalam memberikan penilaian yang dilakukan oleh guru berdasarkan dari hasil test yang diberikan secara objektif, menurut Suharsimi (1989:274) dimana fungsi penilaian tersebut adalah sebagai berikut:

- 1) Fungsi instruksional adalah mengusahakan agar perkembangan belajar siswa mencapai tingkat yang optimal sehingga dapat memberikan umpan balik yang dicapai siswa dalam pengajaran
- 2) Fungsi informatif adalah memberikan nilai siswa kepada orang tuanya agar mereka mengetahui kemajuan yang diperoleh anaknya di sekolah dan orang tua akan mengetahui kebutuhan anaknya.
- 3) Memberikan perhatian lebih, memberikan hadiah untuk memacu motivasi belajar anak tersebut.
- 4) Fungsi bimbingan adalah memberikan gambaran nilai siswa sehingga petugas bimbingan sekolah dapat mengarahkan siswa mencapai pribadi seutuhnya
- 5) Fungsi administrasi adalah menentukan kelulusan siswa dan menetapkan hasil laporan dari guru setiap akhir tahun pelajaran (Suharsimi : 1989:274)

### **3. Metode Pembelajaran Penjas**

Dalam proses pembelajaran kita selalu menggunakan istilah metode yang pengertiannya sangat berbeda jika metode tersebut di pandang dari bidang lain. Khairuddin Hutasuht, (1999:70) Menggunakan pengertian metode adalah sebagai berikut : "Pengertian dalam ilmu

pendidikan jasmani dan kesehatan. Metode adalah cara-cara pengajaran khusus yang digunakan dalam mengelola pengetahuan, prinsip-prinsip, norma-norma, peraturan-peraturan yang berlaku dalam pendidikan olahraga atau semua yang penting dalam proses belajar motorik untuk tercapainya keefektifan dalam belajar".

Berdasarkan pengertian metode pembelajaran tersebut, maka metode pembelajaran adalah suatu cara yang disusun secara sistematis di dalam usaha mengantarkan siswa mencapai tujuan belajar, dimana metode yang sistematis tersebut didasarkan atas pemikiran didaktis yang turut secara bertahap dari yang mudah ke yang sulit dari yang sederhana ke yang rumit. Sesuai dengan hal yang tersebut maka metode harus mampu memberikan kemudahan bagi siswa dan jangan sampai terjadi metode yang dipilih justru menyulitkan siswa dalam penguasaan materi pembelajaran yang diberikan oleh guru sehingga pencapaian tujuan dalam proses belajar mengajar pendidikan olahraga dan kesehatan yang diharapkan oleh guru tidak tercapai sebagaimana yang diharapkan. Penyimpangan dari tujuan pembelajaran tersebut menyebabkan tidak efektifnya proses pelaksanaan belajar mengajar dan hasil yang diharapkan oleh guru sangat jauh dari yang diharapkan.

Hartman dalam Chairuddin Hutasuht, 1999:40. Mengatakan "konsep metode pembelajaran dalam pengajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sebagai berikut :Induktif, Deduktif, Analisis, Sintesis dan Konfrontasi.

Berdasarkan kutipan di atas bahwa konsep metode induktif merupakan penemuan suatu akibat pemikiran yang logis dari khusus ke umum. Sedangkan pengertian metode deduktif adalah penemuan sesuatu akibat pemikiran yang logis dari yang umum ke yang khusus. Chairuddin Hutasuht, (1987:18). Membandingkan kedua metode tersebut antara lain : "Induktif dituntut kemandirian spontanitas mengumpulkan pengalaman gerakan, guru hanya memberikan dorongan dan bantuan, sedangkan Deduktif adalah Guru memberikan petunjuk gerakan dan langkah-(angkah gerakan yang tepat".

Disamping konsep metode induktif dan deduktif yang dikemukakan di atas terdapat juga penyajian materi pengajaran berdasarkan konsep metode analisis (bagian) dengan konsep metode sintesis (keseluruhan), pada konsep metode analisis segala elemen metode dipisahkan dari gerakan keseluruhan, dengan melatih setiap bagian, selanjutnya guru memperbaiki kesalahan-kesalahan yang dilakukan siswa. Sebaliknya konsep metode sintesis, guru menjelaskan dan mendemonstrasikan keseluruhan elemen-elemen gerakan yang ada dalam materi pelajaran yang diajarkan kemudian siswa melatih keseluruhan gerakan yang kasar, setelah siswa melakukan gerakan yang kasar guru memperbaiki kesalahan-kesalahan yang dilakukan oleh siswa.

Dari aktivitas gerakan yang dilakukan oleh siswa dan adanya koreksi dari guru maka siswa akan memiliki kemampuan dalam melakukan gerakan-gerakan yang sesuai mengarah kepada kebenaran

gerakan sebagaimana yang telah di berikan petunjuk oleh guru secara baik dan benar yang akhirnya siswa mampu menerapkan perbaikan-perbaikan2n gerakan tersebut sesuai dengan petunjuk guru.

Menurut Subagio dkk (1999:146) metode dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan antara lain: (1) Metode ceramah (2) Metode Tanya jawab (3) Metode Diskusi (4) Metode latihan (5) Metode demonstrasi dan eksperimen ( 6) Metoda Pemberian tugas( 7) Metode karyawisata dan (8)Metode kerja kelompok.

Berdasarkan kutipan di atas dapat dipahami bahwa dalam pelaksanaan proses belajar mengajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan banyak metode yang dapat diberikan atau dilaksanakan oleh guru. Dengan variasi metode yang diberikan sesuai dengan mated pembelajaran yang sedang diajarkan sehingga adanya input dari siswa dimana input tersebut dapat menambah wawasan, pengalaman belajar, memperkaya teknik gerakan, meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa dalam mengikuti proses belajar mengajar. Dengan demikian diharapkan proses belajar mengajar akan lebih efektif dan efisien dan tujuan pembelajaran yang diinginkan oleh guru lebih jelas arah atau sasaran yang akan dituju sebagaimana yang dituntut dalam kurikulum KTSP 2006.

#### 4. Hakekat Motivasi Belajar Siswa

##### a. Pengertian Motivasi.

Motivasi belajar siswa merupakan bagian yang terpenting dalam proses belajar mengajar, untuk mengkaji motivasi belajar siswa terlebih dahulu kita tinjau motivasi itu sendiri. Menurut Hersey dan Bamhard (1977) mengemukakan "motivasi ini merupakan kemauan untuk melakukan sesuatu", selanjutnya Subidyo Soebroto (1993:62) mengemukakan bahwa :

"Motivasi adalah sebagai sumber penggerak dan pendorong yang bersifat dinamik dan dapat dipengaruhi, merupakan cermin sikap dan mendorong sesuatu tindakan terarah pada tinjauan tertentu untuk mendapatkan kepuasan atau menghindari hal-hal yang tidak menyenangkan baik disadari maupun tidak disadari dan berhubungan dengan aspek-aspek kognitif, motorik dan efektif". (Subidyo Soebroto, 1993:63).

Berdasarkan kutipan di atas, motivasi merupakan sumber penggerak dan pendorong untuk melakukan aktifitas atas kemauannya sendiri dan siswa dapat memenuhi kebutuhannya. Untuk meningkatkan motivasi siswa ada dua faktor yang mempengaruhi yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal adalah dorongan yang datang dari dalam diri manusia itu sendiri seperti, minat :cita-cita dan kemampuan dasar yang dimiliki seseorang. Sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang datang dari luar dirinya, yang dapat bersumber dari lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat.

Menurut Oemar Hamalik (2008:158) mengatakan bahwa: "Motivasi adalah perubahan energi dalam diri (pribadi) seseorang yang

ditandai dengan timbulnya perasaan dan reaksi untuk mencapai tujuan". Didalam perumusan tersebut ada tiga unsur yang saling berkaitan yaitu (1) Motivasi dimulai dari adanya perubahan energi dalam pribadi (2) motivasi ditandai dengan timbulnya perasaan Affective arousal yang berawal dari ketegangan psikologis kemudian berubah menjadi suasana emosi (3) motivasi ditandai dengan reaksi-reaksi untuk mencapai tujuan. Lebih lanjut Sudirman (1990:88) mengatakan bahwa : "seseorang yang memiliki tujuan menjadi orang yang terdidik yang berpengetahuan dalam objek tertentu".

Pendapat di atas mengemukakan bahwa motivasi intrinsik adalah motif-motif yang berfungsi aktif dalam diri manusia, tanpa adanya pengaruh dari luar. Dalam arti lama motivasi ini muncul dari kesadaran diri sendiri yang memiliki tujuan menjadikan seseorang menjadi lebih terdidik dan berpengetahuan dalam suatu objek tertentu.

Sedangkan menurut Hendri, (1935:101) (dalam Oemar Hamalik (2008:159) mengatakan "motivasi ekstrinsik adalah " Dragon yang berasal dari luar diri individu yang menyebabkan individu tersebut berpartisipasi dalam suatu kegiatan". Selanjutnya Prayitno, (1973:127) mengemukakan : "motivasi ekstrinsik adalah motif-motif yang muncul berkat adanya tarikan-tarikan dari luar yang sebenarnya tidak mempunyai hubungan langsung dengan tindakan dan hasil yang ditimbulkan oleh motif-motif tersebut".

Berdasarkan kutipan yang dikemukakan jelaslah bahwa motivasi ekstrinsik merupakan dorongan yang timbul pada diri seseorang bila adanya rangsangan dari luar dirinya. Hal ini, dapat menyebabkan individu berpartisipasi dalam suatu kegiatan, termasuk kegiatan olahraga. Selanjutnya Hendri, (1985:107). Mengemukakan faktor lain yang dapat mempengaruhi motivasi yang khususnya dalam pendidikan jasmani dan kesehatan yang tidak dapat diabaikan adalah :

- 1) Sehat fisik dan mental, kesehatan fisik psiko merupakan kesatuan yang memungkinkan motivasi berkembang
- 2) Lingkungan yang sehat dan menyenangkan, suhu yang normal, udara yang sehat, sinar matahari yang cukup, keadaan sekitar yang menarik.
- 3) Fasilitas lapangan dan alat yang baik untuk latihan, lapangan yang rata dan menarik, peralatan yang memadai akan memperkuat motivasi.
- 4) Olahraga yang sesuai dengan bakat dan naluri, pertandingan dan permainan merupakan saluran dan sublimasi, unsur bawaan seperti ingin tahu, keberanian ketangkasan dan sebagainya
- 5) Program dan pendidikan yang menurut efektifitas anak-anak tidak senang kegiatan yang lamban, banyak berbicara, permainan dan pertandingan yang menarik akan memberikan motivasi yang tinggi.
- 6) Menggunakan audio visual, anak-anak sangat sensitif pada penglihatan pendengaran dan peralatan.
- 7) Metode mengajar, pemilihan metode belajar yang sesuai akan membantu meningkatkan motivasi dalam proses belajar atau latihan.

Dalam penjelasan lain oleh Oemar Hamalik (2008:159) mengatakan bahwa "Motivasi mempunyai dua komponen dalam (inner component) dan komponen luar ( outer component).Komponen dalam yaitu perubahan dalam diri seseorang, keadaan tidak merasa puas dan ketegangan psikologis sedangkan komponen luar ialah apa yang

diinginkan seseorang ,tujuan yang menjadi arah kelakuannya. Jadi komponen dalam adalah kebutuhan-kebutuhan yang ingin dipuaskan sedangkan komponen luar adalah tujuan yang hendak dicapai.

b. Jenis motivasi.

Berdasarkan pengertian dan analisis tentang motivasi yang telah dibahas maka pada pokoknya motivasi dapat dibagi dua yaitu intrinsik dan ekstrinsik Motivasi intrinsik yaitu motivasi yang mencakup di dalam situasi belajar dan menemui kebutuhan dan tujuan-tujuan murid atau disebut motivasi murni yaitu motivasi yang timbul dalam diri siswa sendiri misalnya keinginan untuk pandai berolahraga bola voli, memperoleh informasi dan pengertian mengembangkan sikap untuk berhasil, menyenangkan kehidupan. menyenangkan sumbangannya untuk kelompok.

Motivasi ekstrinsik ialah motivasi yang disebabkan oleh faktor situasi belajar seperti angka kredit, ijazah, tingkatan hadiah, medali pertentangan dan persaingan bersifat negatif (sarcasm) ridicule dan hukuman sebab pengajaran di sekolah tidak semua dapat menarik minat siswa dan siswa kurang memahami apa tujuan ia belajar hal-hal yang diberikan oleh sekolah Oleh karena itu motivasi terhadap belajar perlu dibangkitkan oleh guru terutama dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan seperti halnya Motivasi siswa di SD 18 Kecamatan Lembah Melintang terhadap pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

c. Prinsip Motivasi.

Prinsip motivasi telah banyak dilakukan penelitian dalam rangka mendorong motivasi belajar murid dalam rangka menciptakan self motivation dan self discipline. Menurut Kenneth H Hover dalam Oemar Hamalik (2008:163) mengatakan prinsip -prinsip motivasi sebagai berikut ;

- 1) Semua murid mempunyai kebutuhan psikologis yang harus mendapatkan kepuasan murid yang terpenuhi kebutuhan belajarnya akan sedikit bantuan motivasi dan disiplin.
- 2) Motivasi yang berasal dari dalam individu lebih efektif dari motivasi yang datang dari luar karena kepuasan yang diperoleh individu itu sesuai dengan ukuran yang ada didalam diri murid sendiri.
- 3) Motivasi itu mudah menjalar kepada orang lain seperti guru yang antusias dalam mengajar maka anak akan lebih antusias untuk mendapatkan pelajaran
- 4) Pemahaman yang jelas terhadap tujuan-tujuan akan merangsang motivasi artinya apabila tujuan yang hendak dicapai oleh murid jelas maka keinginan untuk belajar akan lebih kuat
- 5) Motivasi yang besar erat hubungannya dengan kreativitas murid dengan teknik mengajar tertentu motivasi murid dapat ditingkatkan pada kegiatan kreatif.

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa motivasi merupakan suatu hal yang harus dikembangkan oleh guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dalam kegiatan proses belajar mengajar sehingga murid mempunyai minat yang besar untuk mengikuti proses pembelajaran dan dengan menggunakan berbagai metode mengajar yang benar akan menambah semangat dan gairah belajar bagi siswa sekaligus motivasi belajar siswa terhadap pembelajaran akan lebih baik.

d. Cara menggerakkan motivasi belajar siswa

Motivasi belajar siswa dapat digerakkan dengan berbagai cara .Menurut Oemar hamalik (2008:166) mengatakan ada sebelas cara untuk menggerakkan motivasi belajar siswa yaitu :

- 1) Memberi angka, maksudnya guru setiap kali melakukan proses pembelajaran harus melakukan penilaian hasil belajar yang dapat diketahui oleh siswa sehingga nilai yang baik diperoleh siswa motivasinya akan lebih baik.
- 2) Pujian sifat ini diberikan kepada murid besar manfaatnya sebagai pendorong belajar sebagai menimbulkan rasa puas dan senang.
- 3) Hadiah cara ini dilakukan untuk menambah gairah belajar murid karena dengan adanya hadiah tersebut murid merasa ia telah berhasil dalam mencapai prestasi.
- 4) Kerja kelompok, tugas ini dilakukan sebagai upaya untuk membina kerjasama dalam kelompok karena adanya kerjasama tersebut akan ada upaya untuk mempertahankan kekuatan kelompoknya agar menjadi juara.
- 5) Persaingan ini sifatnya memberikan motif-motif sosial kepada murid, namun persaingan yang sehat akan membawa dampak positif.
- 6) Tujuan dan level aspiration dari keluarga akan mendorong kegiatan murid.
- 7) Sarkasme yaitu mengajak siswa untuk mendapatkan hasil belajar demi nama baiknya
- 8) Penilaian kegiatan ini dilakukan untuk mendorong murid belajar karena banyak diantara mereka ingin mengetahui setiap hasil proses pembelajaran yang dicapai mendapatkan penilaian dari guru
- 9) Karyawisata dan ekskursi, cara ini akan mendapatkan pengalaman langsung bagi siswa, apalagi objek yang dikunjungi adalah objek yang menarik minat murid.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa dalam upaya meningkatkan gairah belajar bagi siswa terutama pada bidang studi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan siswa akan lebih merasa puas dan akan dapat meningkatkan motivasi belajarnya, dengan

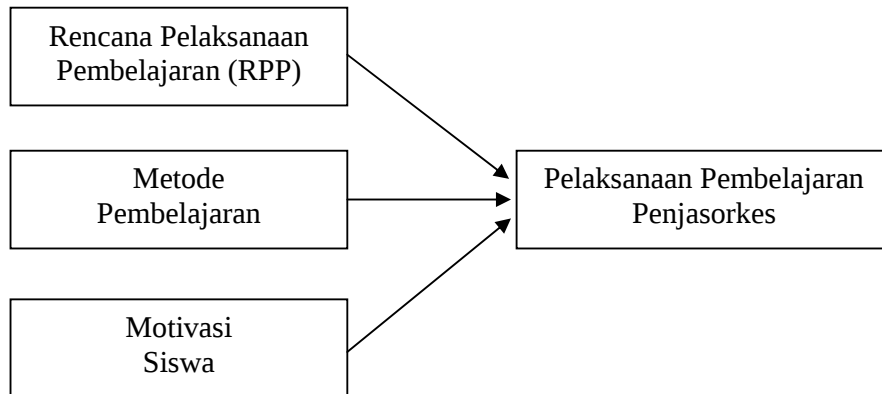
demikian faktor-faktor yang ikut mempengaruhi motivasi cukup komplit begitu juga motivasi peserta didik yang ada pada SDN 01 Kuto Tuo Kecamatan Lembah Melintang .

e. Fungsi Motivasi dalam Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

Menurut Tohar (2004:35) mengatakan "Untuk mencapai prestasi maksimal dalam bidang olahraga perlu adanya motivasi untuk membangkitkan semangat juang dalam belajar dengan demikian fungsi motivasi dalam pembelajaran penjasorkes adalah sebagai : (1) Memberikan kekuatan semangat (energizer) kepada seseorang dalam melakukan kegiatan belajar atau kegiatan olahraga, (2) Mengarahkan (direct) kegiatan yang perlu dilakukan untuk mencapai tujuan, (3) Memilih dan mengarahkan pada tingkah laku yang tepat.

## **B. Kerangka Konseptual**

Berdasarkan kajian teori yang telah dipaparkan diatas, maka dapat dikemukakan bahwa pelaksanaan pembelajaran pendidikan .jasmani olahraga dan kesehatan dipengaruhi oleh faktor Perencanaan Pembelajaran, Metode Pembelajaran dan Motivasi Siswa. Dalam penelitian ini terdapat dua variabel bebas (independent) yaitu Perencanaan pembelajaran (X1) Metode Pembelajaran (X2) dan Motivasi Siswa (X3) dan variabel terikat (dependent) yaitu pelaksanaan Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD 18 Kecamatan Lembah Melintang .



Gambar 1. Kerangka Konseptual

### C. Pertanyaan Penelitian

1. Sejauh mana persiapan guru dalam menyiapkan Perencanaan Pengajaran?
2. Bagaimana penggunaan metode pembelajaran dalam pelaksanaan pembelajaran penjasorkes di SDN 18 Kecamatan Lembah Melintang ?
3. Seberapa besar motivasi siswa terhadap pelaksanaan pembelajaran penjasorkes ?

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Bagaimana Motivasi siswa terhadap pembelajaran pendidikan jasmani di SDN 18 Kecamatan Lembah Melintang dilihat dari sudut

##### **1. Perencanaan Pengajaran**

Perencanaan pengajaran yang telah dilaksanakan guru pendidikan jasmani di SDN 18 Kecamatan Lembah Melintang, dari pernyataan yang diberikan kepada tiga orang responden dapat disimpulkan bahwa perencanaan pengajaran guru tersebut dikatakan baik dengan rata-rata jawaban 65.58%.

##### **2. Metode Pembelajaran**

Metode pembelajaran yang telah dilaksanakan guru pendidikan jasmani di SDN 18 Kecamatan Lembah Melintang, dari pernyataan yang diberikan kepada 42 responden dapat disimpulkan bahwa metode pembelajaran tersebut dikatakan baik dengan rata-rata jawaban 78.31%.

##### **3. Motivasi Siswa**

Motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani di SDN 18 Kecamatan Lembah Melintang, dari pernyataan yang diberikan kepada 42 responden dapat disimpulkan bahwa motivasi siswa tersebut dikatakan baik dengan rata-rata jawaban 63.81%.

## **B. Saran**

Berdasarkan kenyataan yang ditemui di lapangan maka penulis mencoba memberikan sarana-saran sebagai berikut :

1. Diharapkan kepada guru pendidikan jasmani agar mempertahankan serta lebih meningkatkan dalam mempersiapkan perencanaan pembelajaran agar motivasi siswa dapat ditingkatkan lagi.
2. Diharapkan kepada guru pendidikan jasmani agar memperhatikan metode pembelajaran untuk menumbuhkan motivasi siswa terhadap pembelajaran penjasorkes.
3. Diharapkan kepada siswa agar lebih meningkatkan kreativitas belajar agar motivasi siswa terhadap pembelajaran pendidikan jasmani lebih tinggi.
4. Diharapkan kepada guru agar selalu memberikan dorongan kepada siswa agar motivasi siswa terhadap pembelajaran pendidikan jasmani dapat ditingkatkan lagi.
5. Kepada kepala sekolah agar memperhatikan ketersediaan sarana dan prasarana yang telah ada sehingga motivasi siswa terhadap pembelajaran pendidikan jasmani lebih tinggi.
6. Bagi guru pendidikan jasmani untuk masa yang akan datang dapat menggunakan sarana dan prasarana yang minim dalam proses pelaksanaan pendidikan jasmani sehingga siswa mempunyai motivasi yang tinggi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto., Suharsimi. 1989. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Bumi Aksara
- Aif Syarifuddin 2001 *Azas dan Falsafah Pendidikan Jasmani dan Kesehatan* Universitas Jakarta.
- Arma Abdullah 1994, *Dasar-Dasar Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Jakarta
- Asril, B,. 1996. *Pembinaan Olahraga Prestasi*. Padang : FPOK IKIP
- Depdikbud. 1999. *Suplemem GBPP Penyempurnaan/Penyesuaian Kurikulum 1994* . Jakarta : Depdikbud
- Depdiknas. 2006. *Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP)*. Depdiknas Jakarta
- Effendi Usman. 1984. *Pengantar Psikologi Pendidikan*. Bandung : CV Angkasa
- Fardi, Adnan. 1999. *Bola Basket Dasar*. Padang : FIK LJNP
- Harjanto. 1997. *Perencanaan Pembelajaran Penjaskes*. Jakarta CV Angkasa
- Hamalik Oemar. 2008. *Proses Belajar Mengajar*. Sinar Grafika Jakarta
- Hendri. 1985. *Motivasi Belajar*. Grafika Bandung
- Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan KTSP (2006)
- Khairuddin Hutasout. 1999. *Metode Pembelajaran Penjaskes*. Jakarta Bumi Aksara
- Lutan, Rusli. 1999. *Belajar Keterampilan Motorik*. Jakarta: Dirjen Dikti
- Lutan Rusli. 2001. *Mengajar Pendidikan Jasmani Pendekatan Pendidikan gerak di Sekolah Dasar*. Depdiknas Dirjendikdasmen Jakarta
- Nurhayati. 2008. *Minat Siswa Terhadap Olahraga Bola Basket (Skripsi)* UNP Padang
- Prayitno 1973. *Motivasi Belajar Siswa*. CV Angkasa Jakarta
- Rasyid. 1993. *Metode Penelitian*. Tarsito Bandung
- Subagiyo. 1999. *Perencanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Universitas Terbuka Jakarta