

**HUBUNGAN MOTIVASI BEROLAHRAGA DENGAN KEMAMPUAN
MOTORIK SISWA SD NEGERI 33 TANJUNG SABA KECAMATAN
LUBUK BEGALUNG KOTA PADANG**

SKRIPSI

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



Oleh

**Deded Hirawan Musra
NIM. 94767**

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

PERSETUJUAN SKRIPSI

HUBUNGAN MOTIVASI BEROLAHRAGA DENGAN KEMAMPUAN MOTORIK SISWA SD NEGERI 33 TANJUNG SABA KECAMATAN LUBUK BEGALUNG KOTA PADANG

Nama : Deded Hirawan Musra
NIM : 94767
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, 31 Januari 2011

Disetujui Oleh:

Pembimbing I

Pembimbing II

Drs. Nirwandi, M.Pd
NIP. 195809141981021001

Drs. Hendri Neldi, M.Kes, AIFO
NIP. 196205021987231002

Mengetahui:

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga

Drs. Hendri Neldi, M.Kes, AIFO
NIP. 196205021987231002

PENGESAHAN

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

**Judul : Hubungan Motivasi Berolahraga Dengan
Kemampuan Motorik Siswa SD Negeri 33 Tanjung
Saba Kecamatan Lubuk Begalung Kota Padang**

Nama : Deded Hirawan Musra

NIM : 94767

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, 31 Januari 2011

	Tim Penguji	
	Nama	Tanda Tangan

1. Ketua	Drs. Nirwandi, M.Pd	1. _____
2. Sekretaris	Drs. Hendri Neldi, M.Kes. AIFO	2. _____
3. Anggota	Drs. Edwarsyah, M.Kes	3. _____
4. Anggota	Drs. Qalbi Amra, M.Pd	4. _____
5. Anggota	Dra. Erianti, M.Pd	5. _____

ABSTRAK

Hubungan Motivasi Berolahraga Dengan Kemampuan Motorik Siswa SD Negeri 33 Tanjung Saba Kecamatan Lubuk Begalung Kota Padang

Oleh: DEDED HIRAWAN M/2011

Masalah dalam penelitian ini berawal dari observasi yang penulis lakukan di lapangan, bahwa rendahnya kemampuan motorik siswa di SD Negeri 33 Tanjung Saba Kecamatan Lubuk Begalung Kota Padang. Banyak faktor yang menyebabkan rendahnya kemampuan motorik tersebut diantaranya adalah motivasi berolahraga siswa. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan motivasi berolahraga terhadap kemampuan motorik.

Jenis penelitian adalah *korelasional*. Populasinya adalah seluruh siswa SD Negeri 33 Tanjung Saba Kecamatan Lubuk Begalung Kota Padang, yang berjumlah sebanyak 273 orang. Sampel diambil dengan teknik *purposive sampling*, dengan demikian jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 30 orang. Data dikumpulkan dengan menyebarkan angket kepada siswa untuk mendapatkan data tentang motivasi berolahraga. sedangkan data Kemampuan Motorik diperoleh dari tes kemampuan motorik. Data dianalisis dengan menggunakan korelasi *product moment*.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa hubungan motivasi berolahraga dengan kemampuan motorik diperoleh $r_{hitung} 0,419 > r_{tabel} 0,361$, artinya terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi berolahraga dengan kemampuan motorik siswa di SD Negeri 33 Tanjung Saba Kecamatan Lubuk Begalung Kota Padang dan diterima kebenarannya secara empiris.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Motivasi Berolahraga Dengan Kemampuan Motorik Siswa SD Negeri 33 Tanjung Saba Kecamatan Lubuk Begalung Kota Padang”.

Penulisan skripsi ini adalah sebagai salah satu syarat untuk melengkapi tugas-tugas dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Di dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik secara moril maupun materil, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sebagai tanda hormat penulis pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang tidak terhingga kepada:

1. Drs. Nirwandi, M.Pd, dan Drs. Hendri Neldi, M.Kes. AIFO sebagai pembimbing I dan pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan, pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti dalam penulisan skripsi ini.
2. Drs. Edwarsyah, M.Kes, Drs. Qalbi Amra, M.Pd dan Dra. Erianti, M.Pd selaku tim penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.

3. Drs. H. Syahrial B, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragan Universitas Negeri Padang.
4. Drs. Hendri Neldi, M.Kes. AIFO Selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
5. Seluruh staf pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
6. Kepala Sekolah Dasar Negeri 33 Tanjung Saba Kecamatan Lubuk Begalung Kota Padang
7. Ayahanda dan Ibunda tercinta yang sudah berdo'a dengan tulus dan ikhlas untuk ananda, sehingga skripsi ini bisa diselesaikan dengan baik.
8. Buat teman-teman yang senasib seperjuangan yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah memberikan dorongan moril dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu diharapkan saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan skripsi ini. Akhir kata penulis do'akan semoga semua amal yang diberikan mendapat imbalan yang setimpal dan bermanfaat bagi kita semua. Amin Ya Robal Alamin.

Padang, 31 Januari 2011

Penulis

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah.....	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Kegunaan Penelitian.....	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	
1. Motivasi Berolahraga.....	7
2. Kemampuan Motorik	17
B. Kerangka Konseptual	23
C. Hipotesis Penelitian	24
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	25

B. Tempat dan Waktu Penelitian	25
C. Populasi dan Sampel.....	25
D. Jenis dan Sumber Data	27
E. Teknik dan Alat Pengumpulan Data.....	27
F. Teknik Analisa Data.....	30

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data	32
B. Uji Persyaratan Analisis	36
C. Uji Hipotesis.....	37
D. Pembahasan.....	38

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	43
B. Saran	43

DAFTAR PUSTAKA

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam kehidupan manusia gerak merupakan suatu kebutuhan dan mempunyai nilai yang sangat strategis bagi manusia dalam kehidupannya. Hal ini dapat dikatakan demikian karena melalui gerak manusia dapat mengatasi berbagai persoalan dalam hidupnya. Gerak dibutuhkan manusia untuk bekerja dan mempertahankan hidupnya dari ancaman yang datang dari lingkungan, serta melalui gerak manusia dapat mengalami sendiri suatu pengalaman atau melalui geraknya manusia dapat menyakinkan dirinya terhadap sesuatu. Kiram (2000:5) menjelaskan bahwa:

“Di dalam belajar motorik, pengertian gerak tidak hanya dilihat dari perubahan tempat, posisi dan kecepatan tubuh manusia melakukan aksi-aksi dalam olahraga, tetapi gerak juga diartikan atau dilihat sebagai hasil atau penampilan yang nyata dari proses-proses motorik. Penampilan nyata maksudnya adalah gerak sebagai sesuatu yang bisa diamati, sedangkan motorik adalah suatu proses yang tidak dapat diamati dan merupakan penyebab terjadinya gerak”.

Berdasarkan kutipan di atas, maka dapat diambil suatu kesimpulan bahwa pengertian motorik dan gerak seringkali tidak dapat dipisahkan, karena keduanya memang terdapat hubungan sebab akibat. Artinya gerak sebagai sesuatu yang dapat diamati, sedangkan motorik merupakan proses terjadinya gerak. Kemudian perkembangan motorik tercermin dalam munculnya keterampilan baru, misalnya bila diperhatikan pada awalnya anak-anak bergerak tanpa sengaja (reflek),

kemudian gerak anak semakin lama semakin berkembang dan anak-anak mendapat keterampilan baru seperti berlari, melompat, dan sebagainya. Selanjutnya untuk mengembangkan keterampilan ini anak-anak harus mengulang-ulang keterampilan tersebut berkali-kali sampai terjadinya penyempurnaan gerak atau motorik

Kemampuan motorik merupakan “kualitas kemampuan seseorang yang dapat mempermudah dalam melakukan keterampilan gerak”(Luthan, 2002:12). Dengan demikian dapat dikatakan bahwa kemampuan motorik yang baik akan dapat mempermudah seseorang dalam belajar keterampilan gerak, begitu juga bagi siswa Sekolah Dasar Negeri 33 Tanjung Saba Kecamatan Lubuk Begalung Kota Padang. Artinya siswa yang memiliki kemampuan motoriknya tinggi akan mudah melakukan keterampilan gerak, misalnya saja gerak dalam aktivitas sehari-harinya seperti aktivitas belajar di sekolah.

Bagi anak Sekolah Dasar “kemampuan motorik merupakan kesanggupan anak dalam memperagakan suatu keterampilan. Dengan sanggupnya anak-anak dalam melakukan keterampilan tentunya akan memotivasi anak untuk bergerak” (Gusril,2006:1). Selanjutnya untuk memiliki kemampuan motorik dengan baik , tidaklah mudah karena motorik erat kaitannya dengan gerak dan berhubungan dengan kemampuan fisik. Di samping itu ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kemampuan motorik siswa yaitu status gizi, aktivitas bermain, jenis kelamin, usia, lingkungan, kesegaran jasmani, dan motivasi berolahraga.

Motivasi berolahraga bagi anak Sekolah Dasar, dapat dicapai dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Tentunya hal ini tidak terlepas dari usaha dan upaya yang dapat dilakukan guru penjasorkes agar dalam proses pembelajaran banyak memberikan pendidikan jasmani dan olahraga dalam bentuk permainan, sehingga siswa termotivasi untuk berolahraga. Berolahraga bagi anak sudah menjadi suatu kesenangan, mereka akan mau berolahraga dimana saja dan kapan saja, apalagi olahraga dalam bentuk permainan. Kalau motivasi berolahraga sudah melekat dihati anak-anak, mereka akan kaya dengan gerak dan ini akan dapat meningkatkan kemampuan motorik mereka. Selanjutnya akan terlihat dari penampilan mereka dan akan mudah bagi mereka dalam mengatasi masalah dalam melatih suatu keterampilan.

Berdasarkan observasi dan pengamatan sementara yang penulis lakukan di lapangan dan pada waktu siswa mengikuti proses pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SD Negeri 33 Tanjung Saba Kecamatan Lubuk Begalung Kota Padang, kurang terlihat bersemangat dan malas bergerak, apa lagi dalam proses pembelajaran materi senam terutama siswa perempuan. Di samping itu banyak siswa perempuan ketika jam istirahat hanya duduk sambil jajan, begitu juga siswa laki-laki hanya sebahagian kecil melakukan aktivitas bermain atau berolahraga dan sebagian lainnya duduk main game yang di handphone mereka, sehingga hal ini penulis berpraduga penampilan dan sikap serta kebiasaan siswa akan

berpengaruh pada kemampuan motorik mereka, bahkan penulis cenderung mengatakan kemampuan motorik siswa rendah.

Rendahnya kemampuan motorik siswa di SD Negeri 33 Tanjung Saba Kecamatan Lubuk Begalung Kota Padang, berkemungkinan disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya adalah motivasi berolahraga siswa rendah, kurang tersedianya sarana dan prasarana olahraga membuat siswa malas berolahraga, keadaan lingkungan dan terbatasnya aktivitas bermain karena banyaknya tugas dan les mata pelajaran lain. Di samping itu gizi yang rendah berakibat pada sikap dan penampilan siswa dalam bergerak, begitu juga dengan kesegaran jasmani siswa juga dapat mempengaruhi kemampuan motorik atau gerak siswa dan jenis kelamin, anak laki-laki dengan anak perempuan akan berbeda kebiasaannya sehingga akan mempengaruhi kemampuan motorik mereka, selanjutnya aktivitas bermain.

Bertitik tolak dari uraian di atas, maka pada kesempatan ini penulis ingin mengetahui secara mendalam, apakah rendahnya kemampuan motorik siswa, salah satu faktor penyebabnya karena motivasi berolahraga yang dilakukan siswa. Dengan demikian judul penelitian ini yaitu: "Hubungan motivasi berolahraga dengan kemampuan motorik siswa di SD Negeri 33 Tanjung Saba Kecamatan Lubuk Begalung Kota Padang".

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah rendahnya kemampuan motorik siswa seperti yang telah di uraikan di atas, maka dapat diidentifikasi masalah yaitu sebagai berikut:

1. Kesegaran jasmani
2. Motivasi berolahraga
3. Gizi
4. Lingkungan
5. Jenis kelamin
6. Aktivitas bermain
7. Sarana dan prasarana

C. Pembatasan Masalah

Dari identifikasi masalah yang telah dikemukakan di atas, banyaknya variabel yang mempengaruhi kemampuan motorik, maka peneliti membatasi penelitian ini hanya satu variabel yang penulis anggap paling dominan yaitu: motivasi berolahraga.

D. Rumusan Masalah

Dari pembatasan masalah, maka dapat dirumuskan masalah yakni sebagai berikut: Adakah hubungan motivasi berolahraga dengan kemampuan motorik siswa SD Negeri 33 Tanjung Saba Kecamatan Lubuk Begalung Kota Padang.

E. Tujuan Penelitian

Berpedoman pada rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Motivasi berolahraga siswa di SD Negeri 33 Tanjung Saba Kecamatan Lubuk Begalung Kota Padang.
2. Kemampuan motorik siswa di SD Negeri 33 Tanjung Saba Kecamatan Lubuk Begalung Kota Padang.
3. Hubungan antara motivasi berolahraga dengan kemampuan motorik siswa di SD Negeri 33 Tanjung Saba Kecamatan Lubuk Begalung Kota Padang.

F. Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan berguna bagi:

1. Penulis sendiri disajikan untuk melengkapi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Mahasiswa Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang sebagai bahan bacaan di Perpustakaan
3. Peneliti selanjutnya sebagai referensi dalam meneliti dengan kajian yang sama secara mendalam.
4. Guru penjasorkes sebagai masukan dalam meningkatkan kemampuan motorik siswa melalui aktivitas olahraga.
5. Pihak sekolah sebagai sumbangan ilmu kasanah tentang pengetahuan motorik siswa yang berkaitan dengan aktivitas gerak.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Motivasi Berolahraga

a. Pengertian Motivasi

Motivasi berasal dari kata motif yang diartikan sebagai daya upaya yang mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu. Motif dapat dikatakan sebagai daya penggerak dari dalam dan di dalam subjek untuk melakukan aktivitas-aktivitas tertentu demi mencapai suatu tujuan. Sardiman (2007:73) menjelaskan “Motif sebagai daya penggerak dari dalam dan di dalam subjek untuk melakukan aktivitas-aktivitas tertentu demi mencapai suatu tujuan”. Dengan demikian motif dapat diartikan sebagai daya penggerak bagi manusia dalam mencapai tujuan yang diinginkan.

Berawal dari kata motif itu, maka motivasi dapat diartikan sebagai daya penggerak yang telah menjadi aktif. Motif menjadi aktif pada saat-saat tertentu, terutama bila kebutuhan tersebut untuk mencapai tujuan sangat dirasakan/mendesak. Menurut Soemanto (1990:189) juga berpendapat bahwa “motivasi adalah kondisi-kondisi atau keadaan yang mengaktifkan atau memberi dorongan kepada seseorang untuk bertindak laku dalam mencapai tujuan yang ditimbulkan oleh motivasi tersebut”.

Sementara Amti (1992:78) mengatakan “motivasi yaitu usaha yang disadari untuk menggerakkan, mengarahkan dan menjaga tingkah laku seseorang agar ia terdorong untuk bertindak melakukan sesuatu, sehingga mencapai hasil/tujuan tertentu”. Di sisi lain Mudjiono (2006:78) mengemukakan bahwa motivasi belajar merupakan faktor psikis yang bersifat non-intelektual, peranannya yang khas yaitu dalam hal penumbuhan gairah, merasa senang dan semangat untuk belajar.

Berdasarkan beberapa pendapat tentang pengertian motivasi seperti yang telah dikemukakan di atas, jelaslah bahwa motivasi merupakan suatu hal yang penting dalam diri seseorang untuk mencapai suatu tujuan yang diinginkan. Tanpa adanya motivasi dalam diri seseorang, sesuatu yang diinginkan berkemungkinan kurang dapat dicapai dengan baik, misalnya seseorang dalam melakukan suatu latihan olahraga tanpa didukung oleh motivasi, mungkin tujuan latihan tersebut kurang tercapai dengan baik.

Selanjutnya Sardiman (2007:73) menjelaskan bahwa motivasi adalah perubahan energi dalam diri seseorang yang ditandai dengan munculnya “*feeling*” dan didahului dengan tanggapan terhadap tujuannya” Artinya bahwa motivasi itu sebagai sesuatu yang kompleks, karena motivasi yang menyebabkan suatu perubahan energi yang ada pada diri manusia, sehingga akan berhubungan dengan persoalan, gejala

kejiwaan, perasaan dan juga emosi, untuk kemudian bertindak atau melakukan sesuatu yang didorong karena adanya kebutuhan dan tujuan yang diinginkan.

Dari penjelasan di atas, maka jelaslah bahwa siswa yang memiliki motivasi kuat, akan mempunyai banyak energi untuk melakukan kegiatan belajar misalnya saja dalam kegiatan belajar mengajar apabila ada seseorang siswa tidak berbuat sesuatu yang harusnya dikerjakan, maka perlu diselidiki sebab-sebabnya. Sebab-sebab tersebut biasanya bermacam-macam, mungkin ia tidak senang, mungkin sakit, ada masalah pribadi yang sedang dialaminya, bisa saja karena dia lapar dan ebagainya.

b. Jenis-Jenis Motivasi

Menurut Setyobroto (2002:24) jenis motivasi terdiri dari: “motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik”. Kemudian hal senada juga dikemukakan oleh Dimiyati (2006:86) Motivasi dapat diklasifikasikan atas dua jenis yaitu :

“1) motivasi primer, adalah motivasi yang didasarkan pada motif-motif dasar. Motif-motif dasar tersebut umumnya berasal dari segi biologis atau jasmani manusia, 2) motivasi sekunder, adalah motivasi yang dipelajari yang memegang peranan penting bagi kehidupan manusia. Misalnya bekerja dengan baik maka ia memperoleh gaji berupa uang, hal ini merupakan motivasi sekunder”.

Dari uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa motivasi dalam diri seseorang terdiri dari dua jenis yaitu motivasi intrinsik atau primer dan motivasi ekstrinsik atau sekunder. Menurut Prayitno (1989:101) mengatakan motivasi intrinsik yaitu

“motivasi yang timbul dalam diri sendiri yang semata-mata demi berlangsungnya tindakan yang sebaik-baiknya dengan hasil yang maksimal”. Sementara Sardiman (2007:89) motivasi intrinsik adalah “motif-motif yang menjadi aktif atau berfungsinya tidak perlu dirangsang dari luar, karena dalam diri setiap individu sudah ada dorongan untuk melakukan sesuatu”. Dengan demikian motivasi intrinsik dapat dicontohkan misalnya seorang siswa itu melakukan belajar ataupun latihan, karena ingin betul-betul mendapatkan pengetahuan, nilai ataupun keterampilan agar dapat berubah tingkah lakunya secara konstruktif, tidak karena tujuan lain.

Sedangkan motivasi ekstrinsik adalah motivasi yang keberadaannya karena pengaruh dari luar, bukan merupakan perasaan atau keinginan sendiri. Seperti yang dikemukakan oleh Prayitno (1973:127) mengatakan bahwa pengertian motivasi ekstrinsik yaitu “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”. Sementara Hendri (1985:101) motivasi ekstrinsik adalah “dorongan yang berasal dari luar individu yang menyebabkan individu tersebut berpartisipasi dalam suatu kegiatan”.

c. Unsur-Unsur Yang Mempengaruhi Motivasi

Menurut Dimiyati (2006:97) unsur-unsur yang dapat mempengaruhi motivasi dalam kegiatan belajar dan latihan adalah : “a) cita-cita atau aspirasi siswa, b) kemampuan siswa, c) kondisi siswa, d) kondisi lingkungan siswa, e) unsur-unsur dinamis dalam belajar dan pembelajaran, f) upaya guru dalam membelajarkan siswa”. Cita-cita atau aspirasi siswa merupakan bagian dari motivasi yang timbulnya dibarengi perkembangan akal, moral, kemauan, bahasa dan nilai-nilai kehidupan serta perkembangan kepribadian.

Kemampuan siswa, keinginan seorang anak perlu dibarengi dengan kemampuan atau kecakapan yang dicapainya, contoh: keinginan untuk belajar Keterampilan olahraga khususnya olahraga permainan bolavoli mini. Sedangkan kondisi siswa dan kondisi lingkungan siswa meliputi kondisi jasmani dan rohani yang mempengaruhi motivasi belajar, lingkungan siswa biasa berupa keadaan alam, lingkungan tempat tinggal, pergaulan dalam masyarakat dan lain-lain. Untuk unsur-unsur dinamis dalam belajar dan pembelajaran misalnya saja siswa memiliki perasaan, perhatian, kemauan, ingatan, dan pikiran. Selanjutnya upaya guru dalam membelajarkan siswa terjadi di sekolah dan diluar sekolah misalnya, menyelenggarakan tertib belajar dan membina disiplin dalam setiap kesempatan.

Menurut Dimiyati (2006:97) unsur-unsur yang dapat mempengaruhi motivasi dalam kegiatan belajar dan latihan adalah : “a) cita-cita atau aspirasi siswa, b) kemampuan siswa, c) kondisi siswa, d) kondisi lingkungan siswa, e) unsur-unsur dinamis dalam belajar dan pembelajaran, f) upaya guru dalam membelajarkan siswa”. Cita-cita atau aspirasi siswa merupakan bagian dari motivasi yang timbulnya dibarengi perkembangan akal, moral, kemauan, bahasa dan nilai-nilai kehidupan serta perkembangan kepribadian.

Kemampuan siswa, keinginan seorang anak perlu dibarengi dengan kemampuan atau kecakapan yang dicapainya, contoh: keinginan untuk belajar Keterampilan olahraga khususnya olahraga permainan bolavoli mini. Sedangkan kondisi siswa dan kondisi lingkungan siswa meliputi kondisi jasmani dan rohani yang mempengaruhi motivasi belajar, lingkungan siswa biasa berupa keadaan alam, lingkungan tempat tinggal, pergaulan dalam masyarakat dan lain-lain.

Untuk unsur-unsur dinamis dalam belajar dan pembelajaran misalnya saja siswa memiliki perasaan, perhatian, kemauan, ingatan, dan pikiran. Selanjutnya upaya guru dalam membelajarkan siswa terjadi di sekolah dan diluar sekolah misalnya, menyelenggarakan tertib belajar dan membina disiplin dalam setiap kesempatan. Sementara Hendri dalam Kurnia (2004:17) mengatakan dalam pendidikan jasmani ada beberapa

faktor yang dapat mempengaruhi motivasi yang tidak dapat diabaikan yakni sebagai berikut:

“1) Sehat fisik dan mental, kesehatan fisik merupakan kesatuan yang meningkatkan motivasi berkembang, 2) lingkungan yang sehat dan menyenangkan, suhu yang normal, udara yang sehat, sinar matahari yang cukup, keadaan sekitar menarik, 3) Fasilitas lapangan dan alat-alat yang baik untuk latihan, lapangan yang rata dan peralatan yang memadai akan memperkuat motivasi, 4) Olahraga yang disesuaikan, 5) program pendidikan jasmani yang menuntut efektifitas, permainan yang menarik akan memberikan motivasi yang tinggi, 6) metode mengajar, pemilihan metode mengajar yang sesuai akan membantu meningkatkan motivasi dalam proses belajar dan latihan”.

Dari kutipan di atas, jelaslah bahwa dalam meningkatkan motivasi dalam proses belajar dan latihan olahraga yang harus diperhatikan antara lain : fisik dan mental yang sehat, pemilihan metode yang tepat, sesuai dengan bakat dan fasilitas yang bersih, nyaman dan bersih serta peralatan yang memadai. Di samping itu hal lain yang harus diperhatikan juga masalah lingkungan tempat belajar dan latihan, misalnya saja lapangan tempat belajar dan berlatih bersih dan menyenangkan.

d. Motivasi Berolahraga

Motivasi berolahraga merupakan sebagai daya penggerak yang telah menjadi aktif. Motivasi menjadi aktif pada saat-saat tertentu, terutama bila kebutuhan tersebut untuk mencapai tujuan sangat dirasakan/mendesak yaitu tujuan dalam berolahraga. Aktivitas jasmani dan olahraga merupakan aspek penting bagi kehidupan manusia, begitu juga pada anak berusia sekolah

dasar. Menurut Harsuki (2002:30) olahraga (*sport*) dapat diartikan sebagai aktivitas jasmani yang dilembagakan yang peraturannya ditetapkan bukan oleh pelakunya atau secara eksternal dan sebelum melakukan aktivitas tersebut.

Di sekolah dasar penekanan pada tujuan untuk mengenal dan mengermari serta menyenangkan olahraga. Olahraga prestasi yang menekankan kepada pencapaian prestasi, kemenangan atau keunggulan di dalam perlombaan/pertandingan. Sedangkan olahraga pendidikan yang diberikan pada proses pembelajaran yang dirancang khusus dalam kurikulum di sekolah dasar yaitu dalam mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, (penjasorkes) yang menekankan pencapaian tujuan pendidikan. Luthan dkk, (1991:13) mengatakan bahwa:

“1) Ciri-ciri hakiki dalam olahraga adalah: olahraga merupakan sub bagian dari permainan yang ditandai dengan kebebasan dan kegiatan sukarela tanpa paksaan, 2) ciri khas dalam olahraga, berorientasi pada kegiatan jasmani dalam wujud kemampuan motorik (gerak) atau dapat dikatakan olahraga menekankan pada kemampuan gerak ketimbang non motorik, 3) olahraga merupakan sebagai realitas atau olahraga dilakukan dalam suasana yang tak sebenarnya namun keterlibatan seseorang dalam olahraga merupakan sesuatu yang nyata”.

Berdasarkan kutipan di halaman sebelumnya, maka jelaslah bahwa olahraga merupakan suatu kegiatan yang dilakukan dengan secara sukarela tanpa paksaan, yang berorientasi kepada kegiatan jasmani dalam wujud dalam kegiatan gerak. Kemampuan atau keterampilan gerak tersebut

dipelajari dan dilatih. Di samping itu olahraga dapat juga dikatakan sebagai sebuah realitas yang dilakukan dalam suasana yang tak nyata namun adanya suatu keterlibatan seseorang dalam berolahraga secara nyata.

Berpedoman pada kurikulum Tingkat Satuan Pelajaran (KTSP) di Sekolah Dasar yang dikemukakan oleh Depdiknas, (2007:296) mata pelajaran Pendidikan Jasmani, olahraga dan kesehatan bertujuan untuk:

“Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih, meningkatkan pertumbuhan fisik, keterampilan gerak dasar, memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, keterampilan, serta memiliki sikap yang positif”.

Dari uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa melalui pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, dapat mengembangkan potensi siswa dalam berbagai cabang olahraga yang digemarinya. Juga dapat meningkatkan kesegaran jasmani melalui berbagai aktivitas fisik, keterampilan gerak dasar dan memahami konsep pola hidup sehat. Sehingga diharapkan melalui proses pembelajaran yang diikuti siswa dengan baik, perkembangan dan pertumbuhan fisik siswa menjadi lebih sempurna.

Bila dikaitkan dengan motivasi maka merupakan suatu keharusan bagi seorang guru penjasorkes untuk memotivasi

siswa di dalam berolahraga, karena di dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dijabarkan berbagai keterampilan berolahraga melalui aktivitas bermain atau dalam bentuk permainan. Hal ini sesuai dengan konsep pembelajaran sekolah dasar yaitu siswa berada dalam pertumbuhan dan perkembangan karena seusia mereka senang bermain.

Ada beberapa cara yang dapat dilakukan untuk memotivasi siswa dalam berolahraga sesuai dengan fungsi motivasi yang dikemukakan oleh Sardiman (2007:85) yakni sebagai berikut:

“1) Mendorong siswa untuk berbuat, sebagai penggerak atau motor yang melepaskan energi artinya motivasi sebagai motor penggerak dari setiap kegiatan yang akan dikerjakan, 2) menentukan arah perbuatan, yakni kearah tujuan yang hendak dicapai, 3) menyeleksi perbuatan, yakni menentukan perbuatan-perbuatan yang harus dikerjakan yang serasi guna mencapai tujuan, dengan menyisihkan perbuatan-perbuatan yang tidak bermanfaat bagi tujuan tersebut. Di samping itu motivasi dapat berfungsi sebagai pendorong usaha dalam pencapaian prestasi”.

Berpedoman dari uraian pada halaman sebelumnya maka dapat disimpulkan bahwa fungsi motivasi adalah mendorong manusia atau seseorang untuk berbuat, menentukan arah perbuatan, seperti menentukan arah dalam berolahraga untuk mencapai tujuan dan menyeleksi perbuatan yaitu perbuatan mana yang akan dikerjakan. Dengan demikian dapat dikatakan

peranan motivasi dalam berolahraga adalah sebagai penggerak kegiatan latihan, memperluas tujuan berolahraga dan menentukan ketekunan dalam berlatih. Sehingga terlihatlah ciri-ciri seseorang yang memiliki motivasi antara lain: tekun dalam berlatih, ulet menghadapi kesulitan, menunjukkan semangat dan berminat terhadap bentuk-bentuk latihan terutama di dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga.

2. Kemampuan Motorik Siswa Sekolah Dasar

a. Pengertian Kemampuan Motorik

Model pengembangan motorik siswa Sekolah Dasar (SD) dengan memperhatikan karakteristik pertumbuhan dan perkembangan serta pemanfaatan segala potensi lingkungan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Pengembangan model motorik tersebut menurut Gusril (2006:7) adalah “dengan mengeksplorasi jenis-jenis permainan yang dilakukan oleh siswa sekolah dasar, baik waktu di sekolah maupun di luar sekolah”.

Kiram (2000:5) mengartikan motorik adalah “suatu peristiwa laten yang meliputi keseluruhan proses-proses pengendalian dan pengaturan fungsi-fungsi organ tubuh baik secara fisiologis maupun secara psikis yang menyebabkan terjadinya suatu gerakan”. Sementara Singer dalam Sukintaka (2004:77) menyatakan bahwa motorik merupakan gerak dari dorongan dalam (*internal*) yang diarahkan kepada beberapa

maksud lahiriah (*external*) dengan ujud keterampilan rendah, sedangkan movement dengan ujud mempunyai pengertian gerak lahiriah yang dapat diamati dan ia mengutamakan ketepatan.

Dari dua pendapat di atas, maka dapat diambil suatu kesimpulan bahwa motorik adalah suatu peristiwa laten dalam bentuk wujud gerak seseorang, akibat adanya dorongan dalam diri yang dapat diamati. Misalnya saja seorang anak untuk belajar berjalan akan akan diamati dan hal ini merupakan suatu peristiwa laten akibat adanya dorongan untuk bergerak.

Sedangkan kemampuan motorik menurut Cholik Mutohir (2004:74) adalah “kapasitas seseorang dalam bergerak dilihat dilihat dari fisik dan daya fisik yang mengacu kepada otot”. Sementara Selanjutnya Luthan (1988:213) mengatakan “kemampuan motorik juga dikatakan sebagai kualitas kemampuan seseorang yang dapat mempermudah dalam melakukan keterampilan gerak”. Selain itu juga, kemampuan motorik merupakan kualitas umum yang dapat ditingkatkan melalui latihan.

Berdasarkan beberapa pengertian di atas, jelas sekali bahwa kemampuan motorik merupakan kualitas kemampuan seseorang (individu) dalam melakukan gerakan yang dipandang sebagai landasan keberhasilan untuk menyelesaikan keterampilan gerak. Dengan demikian dapat dikatakan

seseorang yang memiliki kemampuan motorik yang tinggi, diduga akan lebih berhasil dalam menyelesaikan tugas keterampilan motorik khusus. Hal ini tentunya dapat ditingkatkan melalui latihan-latihan dan dalam bermain.

Gusril (2005:10) menjelaskan di dalam operasionalnya, motorik (gerak) dikatakan sebagai "perubahan tempat, posisi dan kecepatan tubuh atau bagian tubuh manusia yang terjadi dalam suatu dimensi ruang dan waktu serta dapat diamati secara objektif". Misalnya sewaktu siswa Sekolah Dasar melakukan lari, jalan, lompatan dan memanjat serta kejar-kejaran.

b. Unsur-unsur kemampuan Motorik

Harsono (1988:155). Mengatakan bahwa "unsur-unsur yang terkandung dalam kemampuan motorik yaitu kekuatan, kecepatan, keseimbangan, kelincahan, daya tahan dan koordinasi gerakan". Depdiknas (2000:108) mengatakan "secara fisiologis kekuatan merupakan kemampuan otot mengatasi beban atau tahanan, sedangkan secara fisikalis kekuatan merupakan hasil perkalian antara massa dengan percepatan". Seseorang tanpa memiliki kekuatan tidak akan bisa melompat, mendorong, menarik, menahan, mengangkat dan lain-lain sebagainya.

Daya tahan adalah keadaan atau kondisi tubuh yang mampu untuk bekerja untuk waktu yang lama tanpa mengalami

kelelahan yang berlebihan setelah menyelesaikan pekerjaan tersebut. Kecepatan yaitu kemampuan yang berdasarkan kelentukan dalam satuan waktu tertentu, semakin jauh jarak yang ditempuh maka semakin tinggi kecepatannya. Sedangkan keseimbangan adalah kemampuan seseorang untuk mempertahankan tubuh dalam berbagai posisi. Keseimbangan tersebut dibagi dalam dua bentuk yaitu keseimbangan statis dan keseimbangan dinamis.

Kiram (1994:12) mengartikan “koordinasi merupakan hubungan timbal balik antara pusat susunan syaraf dengan alat gerak dalam mengatur dan mengendalikan impuls dan kerja otot untuk pelaksanaan suatu gerakan”. Sementara Wahjoedi (2001:61) mengemukakan bahwa “koordinasi adalah kemampuan untuk melakukan gerakan secara tepat, cermat dan efisien. Kemampuan motorik seseorang dipengaruhi oleh faktor fisik dan mekanik.

Selanjutnya di dalam pembentukan, pembinaan dan pengembangan keterampilan motorik olahraga pada anak-anak usia sekolah dasar harus dikelola dengan baik karena pada usia tersebut merupakan fase yang sangat menentukan bagi perkembangan keterampilan motorik mereka dalam suatu cabang olahraga tertentu. Dalam hal ini guru pendidikan jasmani sekolah dasar perlu memahami setiap ciri-ciri koordinasi gerakan yang merupakan faktor yang sangat menentukan

keberhasilan seseorang dalam penguasaan keterampilan motorik dalam olahraga.

c. Tahap Kemampuan Motorik Siswa sekolah Dasar

Pada anak-anak usia sekolah dasar pada umumnya memiliki pengalaman-pengalaman gerakan. Pengalaman gerakan yang mereka miliki pada umumnya pengalaman gerakan yang mereka peroleh dari berbagai aksi motorik yang mereka lakukan dari kehidupan sehari-hari. Sehingga variasi pengalaman gerakan yang mereka miliki terbatas pada variasi-variasi yang mereka lakukan sehari-hari. Misalnya berjalan, berlari, melompat, melempar, memanjat, berguling dan sebagainya. Tetapi belum lagi terarah pada suatu cabang olahraga tertentu, walaupun pengalaman gerakan yang mereka miliki tersebut akan membantu mempermudah penguasaan keterampilan motorik olahraga.

Kiram (2000:23) mengemukakan kemampuan seseorang untuk dapat menguasai keterampilan-keterampilan motorik olahraga berbeda-beda, perbedaan tersebut ditentukan oleh: "kemampuan kondisi dan koordinasi yang dimiliki, perbedaan usia, pengalaman gerakan, jenis kelamin, frekuensi latihan, perbedaan tujuan dan motivasi dalam mempelajari suatu keterampilan motorik serta perbedaan suatu kemampuan kognitif".

Berkembangnya kemampuan motorik sangat ditentukan oleh dua faktor pertumbuhan dan perkembangan. Kedua faktor ini masih harus didukung oleh latihan sesuai dengan kematangan anak dan gizi yang baik. Pertumbuhan yang dimaksud disini adalah perubahan kuantitatif dari organ tubuh yang dapat diukur dalam panjang (cm=sentimeter), dalam berat (kg=kilogram) atau dalam ukuran isi. Sedangkan perkembangan merupakan proses perubahan menuju ke arah yang lebih baik. Dalam arti lain merupakan perubahan kualitatif misalnya berkaitan dengan kepribadian, psikis dan perubahan fungsi otot menjadi lebih baik.

Selanjutnya dapat dikatakan keterampilan motorik tidak akan berkembang melalui kematangan saja, melainkan keterampilan motorik tersebut harus dipelajari. Sehingga keterampilan motorik anak yang dipelajari dapat meningkatkan kualitas keterampilan motorik. Masa kecil sering dikatakan saat ideal untuk mempelajari keterampilan motorik, karena berkembangnya kemampuan motorik sangat ditentukan oleh dua faktor yaitu: pertumbuhan dan perkembangan. Dari kedua faktor ini masih didukung dengan latihan sesuai dengan kematangan kematangan anak, dan gizi yang baik.

Dengan demikian tentunya kita sebagai guru pendidikan jasmani ataupun orang tua dirumah, untuk dapat memberi kesempatan belajar keterampilan pada anak. Banyak anak

yang tidak mempunyai kesempatan belajar keterampilan motorik disebabkan faktor orang tua, lingkungan yang tidak memiliki tempat bermain, banyaknya tugas-tugas yang diberikan guru di sekolah dan sebagainya.

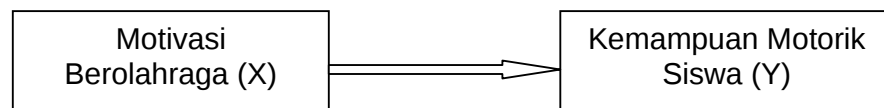
Tahap atau fase belajar motorik adalah suatu fase yang menggambarkan keadaan penguasaan keterampilan motorik seseorang dalam melaksanakan gerakan-gerakan olahraga. Kemampuan seseorang untuk dapat menguasai keterampilan-keterampilan motorik olahraga berbeda-beda. Sukintaka (2004:80-90) mengelompokkan tahap-tahap kemampuan motorik siswa kelas V dan VI (umur 10-12 tahun) Sekolah Dasar sebagai berikut: “1) Aktivitas rekreasi, 2) aquatik, 3) permainan dan olahraga, 4) aktivitas ritmik, 5) aktivitas pengembangan, 6) tes terhadap diri sendiri.

B. Kerangka Koseptual

Berdasarkan kajian teori sebagai landasan berfikir dalam penelitian ini dapat digambarkan kerangka konseptual, yang berkaitan dengan hubungan motivasi berolahraga dengan kemampuan motorik siswa Sekolah Dasar Negeri 33 Tanjung Saba Kecamatan Lubuk Begalung Kota Padang. Soemanto (1990:189) berpendapat bahwa “motivasi adalah kondisi-kondisi atau keadaan yang mengaktifkan atau memberi dorongan kepada seseorang untuk bertindak laku dalam mencapai tujuan yang ditimbulkan oleh motivasi, seperti

motivasi berolahraga bagi anak-anak sekolah dasar yang merupakan hal penting bagi pertumbuhan dan perkembangan motoriknya.

Pengembangan model motorik tersebut menurut Gusril (2006:7) di Sekolah Dasar adalah “dengan mengeksplorasi jenis-jenis permainan yang dilakukan oleh siswa sekolah dasar, baik waktu di sekolah maupun di luar sekolah”. Hal ini dapat dicapai salah satunya dengan berolahraga yakni dalam bentuk permainan yang disenangi dan disukai anak. Artinya anak-anak yang tinggi motivasinya dalam berolahraga berkemungkinan kemampuan motorik atau gerakanya menjadi lebih baik. Dengan demikian dapat juga dikatakan ada keterkaitan antara motivasi berolahraga dengan kemampuan motorik anak atau siswa, untuk lebih jelasnya hubungan tersebut dapat digambarkan kerangka konseptual seperti yang terlihat pada gambar 1 di halaman berikutnya.



Gambar. 1 Kerangka Konseptual

C. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kajian teori dan kerangka konseptual yang telah dikemukakan di atas, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah: Terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi berolahraga dengan kemampuan motorik siswa SD Negeri 33 Tanjung Saba Kecamatan Lubuk Begalung Kota Padang”.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil temuan penelitian dan pembahasan yang telah di uraikan pada bagian terdahulu, maka pada bab ini dapat disimpulkan sebagai berikut:

A. Kesimpulan

Hubungan motivasi berolahraga dengan kemampuan motorik diperoleh $r_{hitung} 0,419 > r_{tabel} 0,361$, artinya terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi berolahraga dengan kemampuan motorik siswa di SD Negeri 33 Tanjung Saba Kecamatan Lubuk Begalung Kota Padang dan diterima kebenarannya secara empiris.

B. Saran

Berdasarkan kepada kesimpulan dalam penelitian ini, maka disarankan kepada:

1. Guru penjasorkes untuk:
 - a. Dapat memotivasi siswa agar aktif berolahraga, misalnya kreaktif dalam pembelajaran dan melakukan modifikasi materi pembelajaran dalam bentuk-bentuk permainan, sehingga motivasi berolahraga siswa dapat ditingkatkan.
 - b. Dapat memberikan latihan-latihan olahraga yang dapat meningkatkan kemampuan motorik siswa.

- c. Memberikan arahan tentang pengertian dan pentingnya kemampuan motorik untuk pertumbuhan dan perkembangan kepada siswa.
2. Siswa, agar rajin dan tekun melakukan olahraga, karena hal ini dapat meningkatkan kemampuan motorik mereka.
3. Orang tua/wali murid agar lebih memperhatikan dan memberikan kebebasan terhadap anaknya dalam melakukan aktivitas bermain, sehingga berolahraga menjadi suatu kebutuhan dan disenangi anak.
4. Kepala sekolah agar melengkapi sarana dan prasarana, khususnya sarana bermain , sehingga hal ini dapat memotivasi siswa dalam bermain dan berolahraga.

DAFTAR PUSTAKA

- Amti, Erman, dkk. 1992. Bimbingan dan Konseling. Jakarta: Depdikbud.
- Depdiknas, 2000. Dasar-Dasar Kepelatihan Olahraga. Jakarta: Proyek Pendidikan Jasmani Luar Biasa.
- Depdiknas, 2007. Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan. Jakarta.
- Dimiyati. 2006. Belajar dan Pembelajaran. Yakarta : PT. Rineka Cipta.
- Dimiyati, 2006. Belajar dan Pembelajaran, Jakarta : Rineke Cipta.
- Gusril, 2005. Model Pengembangan Motorik Siswa Sekolah Dasar. Padang: FIK-Universitas Negeri Padang.
- Gusril, 2006. Model Pengembangan Motorik Siswa Sekolah Dasar. Padang: FIK-Universitas Negeri Padang.
- Harsono. 1988. Coaching Dan Aspek-Aspek Psikologis Dalam Coaching. Jakarta: P2LPTK.
- Harsuki. 2003. Perkembangan Olahraga Terkini, Kajian Para Pakar. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Kiram, Yanuar. 1994. Belajar Motorik. Padang: FIK Universitas Negeri Padang.
- Kiram, Yanuar. 2004. Belajar Motorik. Padang: FIK Universitas Negeri Padang.
- Kurnia, Leni, 2004. Motif Peserta Kegiatan Senam Pagi di Universitas Negeri Padang. Skripsi. Padang : FIK UNP.
- Luthan, Rusli, 2001. Mengajar Untuk Belajar Dalam Pendidikan Jasmani. Bandung: FPOK Universitas Pendidikan Indonesia.
- Mudjiono. (2006). Belajar dan Pembelajaran. Yakarta : PT. Rineka Cipta.
- Prayitno, 1973. Motivasi Belajar. Jakarta P2LPTK.
- Prayitno, 1989. Motivasi Belajar. Jakarta P2LPTK.
- Riduwan, 2005. Belajar Mudah Penelitian Untuk Guru-Karyawan Dan Peneliti Pemula. Jakarta: Alfabeta.
- Sardiman, 2007. Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar, Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Setyobroto, 2002. Psikologi Olahraga. Jakarta: Percetakan Universitas Negeri Jakarta.