

**MOTIVASI BELAJAR SISWA MELALUI METODA BERMAIN DALAM  
PEMBELAJARAN PENJASORKES DI SMP N 2 V KOTO KAMPUNG  
DALAM KAB. PADANG PARIAMAN**

**SKRIPSI**

*Diajukan sebagai persyaratan untuk meraih gelar Sarjana Strata 1 (S1) Jurusan  
Pendidikan Olahraga Program Studi Penjaskesrek  
Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas negeri Padang*



**OLEH:**

**Desfizal  
59448**

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

## HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Motivasi belajar Siswa melalui metoda bermain dalam Pembelajaran  
Penjasorkes di SMP N 2 V Koto Kampung Dalam Kab. Padang  
Pariaman.  
Nama : Desfizar  
N1M : 59448  
Jurusan : Pendidikan Jasmani Olahraga, Kesehatan dan Rekreasi  
Program : Studi Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Juli 2011

Disetujui Oleh :

Pembimbing I

Pembimbing II

Drs. Willadi rasyid, M.Pd  
NIP : 19591121 198503 1 002

Drs. Qalbi Amra, M.Pd  
NIP : 196304221988031008

Mengetahui,  
Ketuan Jurusan Pendidikan Olahraga

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

## HALAMAN PENGESAHAN

*Dinyatakan Lulus Setelah dipertahankan didepan Tim Penguji Skripsi Jurusan  
Pendidikan Olahraga Program Studi Penjaskesrek  
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas negeri Padang*

**Motivasi Belajar Siswa Melalui Metoda Bermain dalam Pembelajaran  
Penjasorkes di SMP N 2 V Koto Kampung Dalam  
Kab. Padang Pariaman**

Nama : Desfizal  
N1M : 59448  
Jurusan : Pendidikan Jasmani Olahraga, Kesehatan dan Rekreasi  
Program : Studi Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

**Padang, juli 2011**

**Tim Penguji :**

| <b>Jabatan</b>       | <b>Nama</b>                        | <b>Tanda Tangan</b> |
|----------------------|------------------------------------|---------------------|
| <b>Pembimbing I</b>  | <b>: Drs. Willadi Rasyid, M.Pd</b> | _____               |
| <b>Pembimbing II</b> | <b>: Drs. Qalbi Amra, M.Pd</b>     | _____               |
| <b>Penguji I</b>     | <b>: Drs. Zarwan, M.Kes</b>        | _____               |
| <b>Penguji I</b>     | <b>: Drs. Yulifri, M.Pd</b>        | _____               |
| <b>Penguji III</b>   | <b>: Nurul Ikhsan, S.Pd, M.Pd</b>  | _____               |

## ABSTRAK

### **Motivasi Siswa dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP N 2 V Koto Kampung Dalam Kab. Padang Pariaman.**

**OLEH : Desfizal /2011**

Masalah pada penelitian ini adalah belum terlasannya metoda bermain dalam pembelajaran Penjasorkes dan rendahnya motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran Penjasorkes di SMP N 2 V Koto Kampung Dalam Kab. Padang Pariaman. Tujuan dari Penelitian ini adalah mengetahui Bentuk metoda bermain dalam materi pembelajaran Penjasorkes di SMP N 2 V Koto Kampung Dalam Kab. Padang Pariaman dann Motivasi Siswa dalam materi pembelajaran Penjasorkes di SMP N 2 V Koto Kampung Dalam Kab. Padang Pariaman

Metoda penelitian ini menggunakan jenis penelitian Deskriptif Kuantitatif yaitu memaparkan keadaan tentang Motivasi Belajar Siswa Melalui Metoda Bermain dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP N 2 V Koto Kampung Dalam Kab. Padang Pariaman. Tempat penelitian dilaksanakan di SMP N 2 V Koto Kampung Dalam Kab. Padang Pariaman. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII, VIII dan IX di SMP N 2 V Koto Kampung Dalam Kab. Padang Pariaman. jumlah keseluruhan siswa sekolah tersebut sebanyak 533 orang. Teknik penarikan sampel dilakukan dengan *Purposive Sampling*, sampel yang akan dipilih dalam penelitian ini adalah siswa lokal VII 4 dan VII 5. Jumlah sampel adalah 44 orang. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif dengan menghitung persentase penilaian variabel.

Hasil analisi, Bermain merupakan suatu sasaran dalam proses PBM penjas di sekolah. Dalam penelitian ini bermain dikategorikan **Cukup baik**. Hal tersebut di sebabkan karena keberadaan pembelajaran siswa di SMP N 2 V Koto Kampung Dalam Kab. Padang Pariaman masih dalam bentuk permainan sederhana. Motivasi diri seorang dapat dilihat dari tingkah lakunya. Perbedaan antara tingkah laku yang nampak dengan proses yang terjadi adalah penting untuk diperhatikan, hal ini menurut kejelian dalam pengamatan. Terbukti dari hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi siswa terhadap Motivasi belajar Siswa melalui metoda bermain dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP N 2 V Koto Kampung Dalam Kab. Padang Pariaman dapat dikategorikan **Sangat baik**.

## DAFTAR ISI

|                                                          |     |
|----------------------------------------------------------|-----|
| HALAMAN PERSETUJUAN .....                                | i   |
| HALAMAN PENGESAHAN .....                                 | ii  |
| ABSTRAK .....                                            | iii |
| DAFTAR ISI .....                                         | iv  |
| DAFTAR TABEL .....                                       | vi  |
| DAFTAR GAMBAR .....                                      | vii |
| BAB I. PENDAHULUAN                                       |     |
| A. Latar Belakang Masalah .....                          | 1   |
| B. Identifikasi Masalah.....                             | 4   |
| C. Pembatasan Masalah.....                               | 5   |
| D. Perumusan Masalah.....                                | 5   |
| E. Tujuan Penelitian .....                               | 6   |
| F. Manfaat Penelitian .....                              | 6   |
| BAB II. TINJUAN PUSTAKA                                  |     |
| A. Kajian Teori .....                                    | 7   |
| 1. Hakekat Penjasorkes .....                             | 7   |
| 2. Hubungan Penjaorkes dengan Bermain dan Olahraga ..... | 11  |
| 3. Hakekat Motivasi .....                                | 13  |
| B. Kerangka Konseptual .....                             | 19  |
| C. Pertanyaan Penelitian .....                           | 19  |

### BAB III. METODOLOGI PENELITIAN

|                                                |    |
|------------------------------------------------|----|
| A. Jenis Tempat dan Waktu Penelitian.....      | 20 |
| B. Populasi dan Sampel.....                    | 20 |
| C. Jenis dan Sumber Data.....                  | 22 |
| D. Teknik dan Alat Pengumpulan Data Data ..... | 23 |
| E. Teknik Analisa Data .....                   | 24 |

### BAB IV. ANALISIS DAN PEMBAHASAN

|                          |    |
|--------------------------|----|
| A. Deskriptif Data ..... | 25 |
| B. Analisis Data .....   | 25 |
| 1. Bermain .....         | 26 |
| 2. Motivasi .....        | 29 |
| C. Pembahasan .....      | 31 |

### BAB V. PENUTUP

|                     |    |
|---------------------|----|
| A. Kesimpulan ..... | 35 |
| B. Saran .....      | 36 |

### DAFTAR PUSTAKA

## DAFTAR TABEL

| Table                                                                                    | Halaman |
|------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| 1. Populasi .....                                                                        | 21      |
| 2. Sampel .....                                                                          | 22      |
| 3. Motivasi Belajar Siswa Melalui Metoda Bermain dalam<br>Pembelajaran Penjasorkes ..... | 25      |
| 4. Distribusi frekuensi skor hasil penilaian terhadap Bermain .....                      | 27      |
| 5. Distribusi frekuensi skor hasil penilaian terhadap Motivasi.....                      | 29      |

## DAFTAR GAMBAR

| Gambar                                                                                    | Halaman |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| 1. Kerangka Konseptual .....                                                              | 19      |
| 2. Sampel .....                                                                           | 28      |
| 3. Histogram Belajar Siswa Melalui Metoda Bermain dalam<br>Pembelajaran Penjasorkes ..... | 25      |
| 4. Histogram Bermain .....                                                                | 28      |
| 5. Histogram Motivasi.....                                                                | 31      |



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Dalam rangka peningkatan mutu pendidikan telah banyak usaha yang dilakukan pemerintah, seperti pembaharuan kurikulum, pengadaan sarana dan prasarana, peningkatan mutu guru serta kegiatan yang merangsang minat siswa untuk belajar. Dalam Undang-undang sistem Pendidikan Nasional Nomor 20 Tahun 2003 disebutkan bahwa: "Pendidikan nasional berfungsi untuk mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa".

Dalam Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) Sekolah Menengah Pertama dalam Mulyasa (2006:48) dijelaskan bahwa:

"Pendidikan jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjaskesrek) merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek poly hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka pencapaian tujuan pendidikan nasional".

Pendidikan Jasmani dan kesehatan yang saat ini bernama Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) merupakan salah satu bidang studi yang secara umum dapat menunjang mata pelajaran yang lain. Bidang studi ini dapat menjadikan proses pendidikan di sekolah menjadi lengkap, utuh dan

mengantarkan siswa mengalami perubahan dan pertumbuhan total dalam dirinya.

Penjasorkes di sekolah adalah salah satu bidang studi yang harus diikuti oleh semua siswa. Bidang studi ini dapat mengembangkan aspek atau potensi yang lebih luas bila dibandingkan dengan bidang studi yang lainnya. Penjasorkes tidak hanya dapat mengembangkan komponen berfikir dan kemampuan sikap mental. Dilihat dari tingkatan jenjang pendidikan penjasorkes di SMP merupakan pengembangan kemampuan dasar yang mendukung sikap, perilaku dan kesehatan yang disesuaikan dengan keadaan dan kebutuhan lingkungan. Keberhasilan pelajaran Penjasorkes akan tergambar pada kemampuan dan keterampilan guru dalam mengaplikasikan semua bentuk/materi pelajaran yang sudah dirancang sebelumnya dengan sistematis agar siswa merasa tertarik dan senang melakukan olahraga.

Penerapan metode yang sistematis, merupakan faktor yang dapat menjawab tantangan pembelajaran Penjasorkes. Salah satu metode yang cocok dalam pembelajaran penjas adalah dengan memodifikasi olahraga menjadi sebuah permainan kecil yang akan dimainkan oleh siswa tingkat Sekolah Menengah Pertama. Untuk itu, yang perlu dilakukan oleh seorang guru terhadap anak didiknya adalah bagaimana menciptakan suasana belajar yang bergairah, menarik sehingga siswa senang dan tidak jenuh dalam mengikuti pelajaran Penjasorkes. Dengan membuat model memodifikasi permainan kecil dalam pembelajaran penjasorkes yang sifatnya spesifikasi dan menarik tentunya akan dapat menarik minat dan memotivasi siswa untuk mengikuti kegiatan pembelajaran Penjasorkes. Berdasarkan hakekatnya siswa Sekolah Menengah Pertama adalah anak-anak. Masa anak-anak

adalah masa bermain, maka dari itu metoda modifikasi permainan kecil sangat cocok diberikan pada siswa Sekolah Menengah Pertama agar kesegaran jasmani siswa tersebut dapat meningkat.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan penulis di SMP N 2 V Koto Kampung Dalam Kab. Padang Pariaman, motivasi siswa melalui metoda bermain dalam pembelajaran Penjasorkes sangat rendah. Ditemui masih banyak kasus di lapangan yang menjadi masalah bagi Motivasi belajar Siswa melalui metoda bermain dalam Pembelajaran Penjasorkes di Sekolah Menengah Pertama. Dalam pelaksanaan pembelajaran penjasorkes di SMP N 2 V Koto Kampung Dalam Kab. Padang Pariaman, guru penjasorkes memberikan materi pembelajaran yang kurang menarik bagi siswa. Guru Penjasorkes di sekolah tersebut sangat jarang memanfaatkan modifikasi permainan kecil dalam pembelajaran penjasorkes di sekolah. Guru Penjasorkes di SMP N 2 V Koto Kampung Dalam Kab. Padang Pariaman mengajarkan materi penjas kepada siswa dari pengamatan peneliti sama seperti pelaksanaan aktifitas pelatihan pada cabang olahraga. Kesempatan siswa untuk bermain sangat sedikit. Ada juga guru penjas lainnya yang berada di sekolah tersebut mengajarkan materi penjasorkes hanya apa adanya saja, maksudnya yaitu guru tersebut tidak pernah menjelaskan bentuk-bentuk permainan kepada siswa. Guru tersebut hanya memberikan salah satu sarana bermain saja kepada siswa lalu membiarkan siswa untuk bermain sendiri.

Akibat minimnya sarana dan prasarana yang dimiliki sekolah tersebut dan rendahnya perhatian kepala sekolah terhadap sarana pembelajaran penjasorkes di

SMP N 2 V Koto Kampung Dalam Kab. Padang Pariaman, mengakibatkan guru penjas sangat malas untuk mengajar. Guru penjas sangat jarang melakukan modifikasi dalam penerapan pembelajaran penjas di sekolah. Guru penjas kurang paham terhadap manfaat penerapan modifikasi permainan kecil dalam pembelajaran penjasorkes kepada siswa di sekolah. Dari beberapa hasil tanya jawab peneliti dengan guru penjas di SMP N 2 V Koto Kampung Dalam Kab. Padang Pariaman, ternyata minimnya kemampuan guru penjas disekolah tersebut disebabkan karena guru yang mengajar penjas tersebut tamatan SGO dan belum S1, meskipun ada satu orang yang sedang kuliah di kelas transfer FIK UNP, namun demikian belum bisa membantu guru lain untuk paham dengan manfaat modifikasi dalam pembelajaran penjas kepada siswa di sekolah.

Rendahnya motivasi siswa melalui metoda permainan kecil dalam pembelajaran Penjasorkes di Sekolah Menengah Pertama dapat mempengaruhi pada kesegaran jasmani siswa di sekolah. Berdasarkan fenomena yang dikemukakan diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Motivasi Siswa Melalui Metoda Bermain dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP N 2 V Koto Kampung Dalam Kab. Padang Pariaman".

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang dikemukakan di atas, maka permasalahan dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Guru Penjasorkes.

2. Pemahama terhadap manfaat modifikasi permanan kecil.
3. Pendidikan Guru dan keterampilan dan kemampuan guru dalam mengajar.
4. Metode bermain.
5. Motivasi siswa
6. Sarana dan prasarana
7. Dukungan Kepala Sekolah.
8. Lingkungan sekolah
9. Kesegaran Jasmani Siswa

### **C. Pembatasan Masalah**

Mengingat banyaknya faktor yang berpengaruh pada masalah penelitian ini sebagaimana diidentifikasi diatas, maka perlu dilakukan pembatasannya. Penelitian ini dibatasi pada:

1. Metoda Bermain
2. Motivasi Siswa

### **D. Perumusan Masalah**

Perumusan masalah pada penelitian ini adalah:

1. Bagaimana metoda bermain dalam materi pembelajaran Penjasorkes di SMP N 2 V Koto Kampung Dalam Kab. Padang Pariaman ?
2. Bagaimana Motivasi Siswa dalam materi pembelajaran Penjasorkes di SMP N 2 V Koto Kampung Dalam Kab. Padang Pariaman ?

### **E. Tujuan Penelitian**

Adapun penelitian yang dilakukan ini bertujuan untuk mengetahui :

1. Bentuk metoda bermain dalam materi pembelajaran Penjasorkes di SMP N 2 V Koto Kampung Dalam Kab. Padang Pariaman ?
2. Motivasi Siswa dalam materi pembelajaran Penjasorkes di SMP N 2 V Koto Kampung Dalam Kab. Padang Pariaman ?

### **F. Manfaat Penelitian**

Kegunaan penelitian ini antara lain adalah:

1. Salah satu syarat bagi penulis untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan Untuk Kepala Sekolah supaya lebih memperhatikan lagi fasilitas-fasilitas dalam pembelajaran Penjasorkes.
2. Untuk Guru Penjasorkes, dalam usaha meningkatkan proses belajar mengajar di SMP N 2 V Koto Kampung Dalam Kab. Padang Pariaman.
3. Bahan masukan bagi peneliti selanjutnya, serta sumbangan bagi khasanah ilmu pengetahuan.
4. Bahan referensi mahasiswa di perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
5. Sebagai pengembangan ilmu pengetahuan ilmu pengetahuan dalam bidang keolahragaan.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

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

##### **1. Hakikat Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan**

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan menurut Yanuar Kiram (2008:8) merupakan "Suatu proses sosialisasi dan transformasi nilai-nilai melalui aktivitas jasmani yang terseleksi, terencana, terprogram dan bertujuan".

Penjasorkes diadakan di sekolah bukan hanya sebagai mata pelajaran perlengkapan sekolah. Penjasorkes sangat penting didalam membentuk anak didik yang benar-benar bernilai guna dalam membentuk manusia seutuhnya. Penjasorkes merupakan mata pelajaran yang kaya dengan berbagai aspek dan makna pengajaran. Banyak hal yang dapat dilakukan untuk membangun dan meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan anak melalui Penjasorkes.

Menurut Yanuar Kiram (2008:9) mengungkapkan pentingnya Penjasorkes di lakukan di sekolah untuk:

"(a) Membantu memenuhi hasrat anak untuk bergerak, (b) Membantu anak mentransformasikan nilai-nilai, apresiasi, konsep diri dan budaya hidup sehat, (c) Membantu anak menggali dan mengembangkan potensi diri, (d) Membantu anak untuk mengembangkan "open skill" anak (process oriented), (e) Membantu mengembangkan kebugaran jasmani anak didik".

Berdasarkan pendapat di atas, penjasorkes merupakan pendidikan yang membantu anak didik untuk memenuhi hasrat dalam melakukan gerak, yang bermanfaat

untuk pertumbuhan dan perkembangannya, baik dalam aspek fisik maupun psikis. Penjasorkes juga sangat bermanfaat untuk memampukan siswa dalam melakukan transformasi nilai-nilai apresiasi dan konsep diri yang kuat dan mandiri serta memiliki dan melaksanakan budaya hidup sehat di dalam kehidupan sehari-hari.

Selanjutnya Mahendra (2008:3) mengatakan bahwa:

"Penjasorkes pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Penjasorkes memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total., dari pada hanya menganggapnya sebagai seorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya".

Pelaksanaan penjasorkes merupakan peningkatan gerak manusia yang kompleks dan dinamis yang memampukan siswa untuk menggali dan mengembangkan bakat dan potensi dirinya semaksimal mungkin, guna kemajuan peningkatan gerak yang Lebih baik, dimana anak dapat memanfaatkan potensi dirinya untuk dijadikan keterampilan yang dapat meningkatkan kesegaran jasmaninya secara terus menerus.

Lebih lanjut Mahendra mengatakan bahwa: Penjasorkes adalah "suatu bidang kajian yang sungguh luas. Titik perhatiannya adalah peningkatan gerak manusia. Lebih khusus lagi, Penjasorkes berkaitan dengan hubungan antara gerak manusia dan wilayah pendidikan lainnya: hubungan dari perkembangan tubuh fisik dengan pikiran dan jiwanya. Tidak ada bidang tunggal lainnya seperti Penjasorkes yang berkepentingan dengan perkembangan total manusia".

Pada hakikatnya 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 terlihat secara langsung dalam pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar di arahkan untuk membina dan membentuk gaya hidup sehat dan mandiri.

#### **a. Pengertian Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan**

Penjasorkes pada dasarnya merupakan bagian integrasi dari sistem pendidikan secara keseluruhan yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran dan kebugaran jasmani pada setiap individu sehingga individu memiliki keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani dan olahraga.

Williams (1945:3) menyatakan bahwa Penjasorkes adalah:

"Semua aktivitas manusia yang dipilih jenisnya dan dilaksanakan sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Yang dipilih itu haruslah yang memberikan sumbangan bagi kehidupan sehari-hari dan memberikan kemungkinan bagi peserta didik untuk menimbulkan sifat toleransi, ramah, baik hati, suka menolong dan mempunyai kepribadian yang kuat".

Penjasorkes adalah "proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif dan emosional dalam rangka sistem pendidikan nasional". (Depdiknas, 2003:1).

Kemudian Abdul Gafur (1983:6) mengemukakan bahwa:

"Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perorangan maupun sebagai anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematik melalui kegiatan jasmani yang intensif dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan dan keterampilan jasmani,

pertumbuhan kecerdasan dan pembentukan watak".

Dari berbagai pengertian penjasorkes di atas dapat disimpulkan bahwa Penjasorkes adalah suatu proses pendidikan yang dilakukan secara sadar dan sistematis dalam rangka meningkatkan kesegaran jasmani dan mengembangkan berbagai keterampilan gerak jasmani menuju kualitas hidup yang lebih baik.

Dalam proses pembangunan, guru Penjasorkes diharapkan dapat mengajar berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan dan olahraga. Internalisasi nilai-nilai (sportitas, jujur, kerjasama dan lain-lain) serta pembiasaan pola hidup sehat yang pelaksanaannya bukan melalui pengajaran konvensional di dalam kelas yang bersifat teoritis, tetapi melibatkan aspek fisik, mental, intelektual, emosional dan sosial peserta didik.

#### **b. Tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan**

Alasan mengapa guru Penjasorkes atau pendidik perlu memahami tujuan yang jelas mengenai pelaksanaan Penjasorkes adalah:

- a. Pemahaman tentang tujuan akan dapat membantu guru Penjasorkes mengetahui lebih baik apa yang ingin dicapai.
- b. Pemahaman mengenai tujuan akan dapat membantu guru Penjasorkes mengetahui lebih baik nilai pendidikan jasmani dalam pendidikan.
- c. Pemahaman tentang tujuan Penjasorkes akan dapat membantu guru Penjasorkes mengambil keputusan yang baik bila masalah yang timbul.

Selanjutnya tujuan Penjasorkes menurut Umar adalah sebagai berikut:

"1) Meletakkan landasan karakter yang kuat melalui internalisasi nilai dalam pendidikan jasmani, 2) Membangun landasan kepribadian yang kuat, sikap cinta damai, sikap sosial, dan toleransi dalam konteks kemajemukan budaya, etnis dan agama, 3) menumbuhkan kemampuan berfikir kritis melalui tugas tugas pembelajaran pendidikanj asmani, 4)Mengembangkan sikap positif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerja sama, percaya diri, dan demokratis melalui aktifitas jasmani, 5) Mengembangkan keterampilan gerak dan keterampilan teknik serta strategi berbagai pemain olah raga, aktivitas ritmik, akuatik (aktivitas air) dan pendidikan diluar kelas, 6) Mengembangkan pengelolaan keterampilan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani, 7) Mengembangkan keterampilan untuk menjaga kesehatan diri sendiri serta orang lain, 8) Mengetahui dan memahami konsep aktiviatas jasmani sebagai informasi untuk mencapai kesehatan, kebugaran dan pola hidup sehat, 9) Mampu mengisi waktu luang dengan aktivitas jasmani yang bersifat rekreasi".

## **2. Hubungan Pendidikan Jasmani dengan Bermain dan Olahraga**

Dalam memahami arti pendidikan jasmani, kita harus juga mempertimbangkan hubungan antara bermain (play) dan olahraga (sport), sebagai istilah yang lebih dahulu populer dan lebih sering digunakan dalam konteks kegiatan sehari-hari. Pemahaman tersebut akan membantu para guru atau masyarakat dalam memahami peranan dan fungsi pendidikan jasmani secara lebih konseptual.

Bermain pada intinya adalah aktivitas yang digunakan sebagai hiburan. Kita mengartikan bermain sebagai hiburan yang bersifat fisik yang tidak kompetitif, meskipun bermain tidak harus selalu bersifat fisik. Bermain bukanlah berarti olahraga dan pendidikan jasmani, meskipun elemen dari bermain dapat ditemukan di dalam keduanya. Olahraga di pihak lain adalah suatu bentuk bermain yang terorganisir dan bersifat kompetitif. Beberapa ahli memandang bahwa olahraga semata-mata suatu bentuk permainan yang terorganisasi, yang menempatkannya lebih dekat kepada istilah

pendidikan jasmani. Akan tetapi, pengujian yang lebih cermat menunjukkan bahwa secara tradisional, olahraga melibatkan aktivitas kompetitif.

Ketika kita menunjuk pada olahraga sebagai aktivitas kompetitif yang terorganisir, kita mengartikannya bahwa aktivitas itu sudah disempurnakan dan diformalkan hingga kadar tertentu, sehingga memiliki beberapa bentuk dan proses tetap yang terlibat. Peraturan, misalnya, baik tertulis maupun tak tertulis, digunakan atau dipakai dalam aktivitas tersebut, dan aturan atau prosedur tersebut tidak dapat diubah selama kegiatan berlangsung, kecuali atas kesepakatan semua pihak yang terlibat.

Di atas semua pengertian itu, olahraga adalah aktivitas kompetitif. Kita tidak dapat mengartikan olahraga tanpa memikirkan kompetisi, sehingga tanpa kompetisi itu, olahraga berubah menjadi semata-mata bermain atau rekreasi. Bermain, karenanya pada satu saat menjadi olahraga, tetapi sebaliknya, olahraga tidak pernah hanya semata-mata bermain; karena aspek kompetitif teramat penting dalam hakikatnya.

Di pihak lain, pendidikan jasmani mengandung elemen baik dari bermain maupun dari olahraga, tetapi tidak berarti hanya salah satu saja, atau tidak juga harus selalu seimbang di antara keduanya. Sebagaimana dimengerti dari kata-katanya, pendidikan jasmani adalah aktivitas jasmani yang memiliki tujuan kependidikan tertentu. Pendidikan Jasmani bersifat fisik dalam aktivitasnya dan penjas dilaksanakan untuk mendidik. Hal itu tidak bisa berlaku bagi bermain dan olahraga, meskipun keduanya selalu digunakan dalam proses kependidikan.

Bermain, olahraga dan pendidikan jasmani melibatkan bentuk-bentuk gerakan, dan ketiganya dapat melumat secara pas dalam konteks pendidikan jika digunakan untuk

tujuan-tujuan kependidikan. Bermain dapat membuat rileks dan menghibur tanpa adanya tujuan pendidikan, seperti juga olahraga tetap eksis tanpa ada tujuan kependidikan. Misalnya, olahraga profesional (di Amerika umumnya disebut athletics) dianggap tidak punya misi kependidikan apa-apa, tetapi tetap disebut sebagai olahraga. Olahraga dan bermain dapat eksis meskipun secara murni untuk kepentingan kesenangan, untuk kepentingan pendidikan, atau untuk kombinasi keduanya. Kesenangan dan pendidikan tidak harus dipisahkan secara eksklusif; keduanya dapat dan harus beriringan bersama.

### 3. **Hakekat Motivasi**

Asal kata motivasi adalah "motiv" dapat diartikan sebagai daya dan upaya yang mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu motif. "Motiv dapat diartikan sebagai tujuan yang mendorong individu untuk aktivitas-aktivitas tertentu untuk tujuan-tujuan tertentu terhadap situasi sekitarnya". Woodworth dalam Mustagim (1991:72).

Menurut Purwanto (1990:71) "motivasi adalah pendorong suatu usaha yang didasari untuk mempengaruhi tingkah laku seseorang agar ia tergerak hatinya untuk bergerak melakukan sesuatu sehingga mencapai tujuan tertentu".

Dari kebanyakan definisi motivasi mengandung tiga komponen pokok yaitu menggerakkan, mengarahkan dan menopang tingkah laku manusia. Sehubungan dengan itu dapat kita lihat tujuan motivasi secara umum. Dimana motivasi bertujuan untuk menggerakkan atau menggugah seseorang agar timbul keinginan dan kemauan untuk melakukan sesuatu sehingga dapat memperoleh hasil atau mencapai tujuan tertentu.

Bagi seorang guru motivasi bertujuan untuk menggerakkan dan memacu siswa-

siswinya agar timbul kemauan dan keinginannya untuk meningkatkan prestasi belajarnya sehingga tercapainya tujuan penciclikan sesuai dengan apa yang diharapkan dan diterapkan dalam kurikulum sekolah.

Motivasi adalah syarat mutlak dalam belajar. Banyak bakat anak yang tidak berkembang karena tidak diperolehnya motivasi yang tepat. Selain itu di sekolah juga terdapat anak yang malas, suka membolos dan sebagainya. Disini diharapkan keprofesionalan guru membangkitkan motivasi yang tepat untuk mendorong anak belajar dengan giat.

Pemberian penghargaan merupakan bagian dari motivasi positif. "Penghargaan dapat menimbulkan inisiatif, energi, kompetisi, eksistensi pribadi dan kreativitas" Mustaqim (1991:76). Sedangkan penghargaan itu dapat berupa materi, seperti uang dan barang berharga. Sedangkan penghargaan yang lain dapat berupa sosial, kedudukan, promosi dan pujian.

Hukuman adalah motivasi negatif, memberi hukuman dapat menghilangkan spirit dan akan menyebabkan anak menjadi tertekan. Hukuman juga dapat menghilangkan moral dan aspek pribadi, jadi kalau dibandingkan dengan penghargaan lebih baik dari pada hukuman. Akan tetapi bagi orang tertentu mungkin hukuman itu perlu, asal diperhatikan bahwa hukuman tidak merusak jiwa dan tujuan untuk memperbaiki. Mustaqim (1991:76).

Dengan demikian motivasi tidak saja timbul dari dalam diri (intrinsik) tetapi juga akan memperoleh dorongan-dorongan dari luar (ekstrinsik) atau dikenal dengan motivasi yaitu intrinsik dan ekstrinsik.

### **a. Motivasi instrinsik**

Kebanyakan para ahli membagi motivasi atas dua tipe atau kelompok yang umumnya dikenal dengan motivasi intrinsik dan ekstrinsik. Thornburgh dalam Winarmo (2006:31) berpendapat bahwa: "motivasi intrinsik adalah keinginan bertindak yang disebabkan faktor pendorong dari dalam diri individu, tingkah laku terjadi tanpa dipengaruhi oleh faktor-faktor dari lingkungan". Individu bertindak karena mendapatkan energi dan digerakan oleh motivasi intrinsik, baru akan puas kalau kegiatan itu dalam proses belajar seseorang yang termotivasi secara intrinsik dapat dilihat dari kegiatannya yang tekun dalam mengerjakan tugas-tugas belajar, karena merasa butuh dan ingin mencapai tujuan belajar yang sebenarnya. Grage Winarmo (2006:31) mengemukakan bahwa: "siswa yang termotivasi secara intrinsik aktivitasnya lebih baik dalam belajar dari pada siswa-siswa yang termotivasi secara ekstrinsik". Siswa yang memiliki motivasi intrinsik menunjukkan keterlibatan aktif yang lebih tinggi dalam belajar. Siswa-siswi yang seperti ini baru akan mencapai kepuasan kalau ia dapat memecahkan masalah dengan benar. Motivasi intrinsik meliputi keinginan, kerajinan, dan perhatian.

#### **1. Keinginan**

Tindakan seseorang pada dasarnya atas keinginan yang dimiliki terkendali apabila didasarkan pada kebutuhan. Menurut Purwanto (1990:73) keinginan adalah "penggerakan atau penggugah seseorang agar timbul kemauan melakukan sesuatu sehingga memperoleh hasil untuk mencapai tujuan". Dengan adanya keinginan akan memberikan arah untuk mencapai tujuan. Menurut Gerungan Winarmo (2006:32)

keinginan adalah "tenaga yang datang dari diri untuk melakukan suatu keinginan memberikan arah pada tingkah laku untuk mencapai tujuan tertentu".

Keinginan dapat menjadi kebutuhan apabila didasarkan pada komponen yang rasional. Keinginan tersebut tidak bersifat reflek atau otomatis, tetapi senantiasa didasari oleh kemauan pelakunya. Sebaliknya keinginan menjadi nafsu apabila berdasarkan pertimbangan-pertimbangan emosional. Menurut Ketut Winarmo (2006:32) bahwa "motivasi instrinsik merupakan keinginan yang didasarkan pertimbangan untuk melakukan aktivitas, pertimbangan pertama dikenakan pada pemenuhan kebutuhan tanpa adanya rasa ketergantungan".

Dari kutipan diatas jelaslah bahwa keinginan terjadi tanpa adanya pengaruh paksaan dari luar.

## 2. Kerajinan

Kerajinan adalah bentuk tingkah laku yang memperhatikan kesungguhan melakukan sesuatu. Siswa yang mempunyai kerajinan yang tinggi terlihat dari perbuatannya. Menurut Elida dalam Winarmo (2006:40) siswa seperti ini adalah : "menampakan aktivitas yang tinggi, banyak bicara untuk membuat suatu penemuan, siswa itu senang sekali berperan aktif, berkat jadi pimpinan dan memegang peranan kunci". Siswa-siswi yang rajin akan terlihat dari tingkah laku kesungguhannya mengerjakan tugas-tugas yang dibebankan kepadanya.

## 3. Perhatian

Perhatian adalah pemusatan energi yang tertuju pada satu objek. Perhatian diklasifikasikan atas perhatian atas perhatian konsentratif dari perhatian terpecar.

Dimiati (1994:26) mengemukakan : "perhatian konsentratif adalah perhatian yang ditujukan pada objek tertentu tanpa menghiraukan faktor lainnya". Siswa yang memiliki perhatian konsentratif mempunyai kepercayaan yang tinggi dalam belajar, pikirannya hanya ditujukan pada apa yang dipelajarinya. Sedangkan perhatian yang terpecar sangat dipengaruhi oleh faktor lain, gejalanya terlihat terlalu banyak aktivitas lain dilakukan diluar aktivitas pokok. Perhatian yang perlu dikembangkan untuk mencapai hasil yang baik adalah perhatian konsentratif karena jenis perhatian ini didasarkan atau tujuan yang tinggi dicapai dari nilai yang dipelajari.

#### **b. Motivasi ekstrinsik**

Rumusan lama mengatakan bahwa motivasi ekstrinsik adalah motivasi yang keberadaannya itu disebabkan pengaruh rangsangan dari luar. Hal ini dikemukakan oleh Pintner (1993:13) bahwa: "motivasi ekstrinsik bukan merupakan perasaan atau keinginan yang sebenarnya yang ada didalam diri seseorang untuk belajar". Thornburg yang diikuti oleh Elida (1989:14) menyatakan bahwa: "motivasi ekstrinsik dinamakan demikian karena tujuan utama individu, melakukan kegiatan adalah untuk mencapai tujuan yang terletak diluar aktivitas itu sendiri, atau tujuan itu tidak didalam aktivitas belajar".

Menurut penelitian Phil Louthier didalam kelas banyak sekali siswa yang dorongan belajarnya adalah motivasi ekstrinsik mereka memerlukan perhatian dan dorongan yang khusus dari guru. Sering sekali kalau mereka tidak menerima umpan balik yang baik diperkenaan dengan hasil pekerjaan mereka dan tidak diberikan tepat

waktunya, maka kerja mereka menjadi lamban. Antara motivasi instrinsik dan ekstrinsik itu saling menambah dan saling memperkuat, bahkan motivasi ekstrinsik dapat membangkitkan instrinsik.

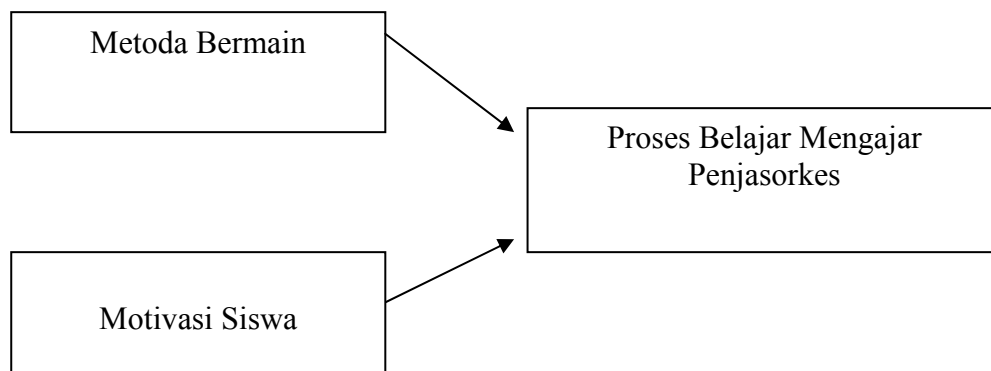
Seperti yang dikemukakan Arikunto (1993:21) "meskipun nanti akan didapat bahwa motivasi yang timbul dari dalam merupakan hal lebih penting dibanding dari motivasi dari luar, namun tetap diakui peranan guru didalam menimbulkan motivasi tetap diperlukan". Memberikan motivasi kepada siswa-siswi termasuk dari salah satu usaha memanusiaikan pengajaran karena sesuatu telah terselip pada diri manusia yaitu sifat malas.

Jika disimpulkan pada motivasi adalah dorongan semangat untuk menggerakkan seseorang untuk berbuat dan bertindak laku. Sedangkan bila dihubungkan dengan belajar, motivasi dapat diartikan sebagai semangat belajar. Orientasi pembelajaran modifikasi olahraga ke dalam Penjasorkes yaitu: kesenangan (gym fun), yang tentu akan membawa dampak pada motivasi siswa dalam melakukan Penjasorkes. Dampak dari modifikasi lapangan, alai-alai yang digunakan serta aturan yang ada tentu akan memberikan kesempatan kepada siswa untuk dapat bergerak dan berkreasi dalam melakukan penjasorkes.

Disamping itu kegiatan pendahuluan yang berisi permainan kecil (yang lucu dan gembira) dan kegiatan inti yang berisi aktivitas bermainan, kegiatan kulminasi (kulmination activities) yang berisi kompetisi, kegiatan penutup yang berisi kegiatan rileks tentu akan membawa pengaruh terhadap motivasi siswa dalam mengikuti Penjasorkes.

## B. Kerangka Konseptual

Dari latar belakang dan kajian teori di atas dapat diketahui penelitian ini terdiri dari dua variabel yaitu variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah Metoda Bermain dan motivasi siswa. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah Pembelajaran Penjasorkes. Untuk lebih jelasnya dapat digambarkan kerangka konseptual sebagai berikut:



Gambar 1. Kerangka Konseptual Penelitian.

## C. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan kajian teori, dalam penelitian ini diajukan pertanyaan penelitian untuk masing-masing variabel sebagai berikut:

1. Bagaimana Metoda Bermain dalam Pembelajaran Penjasorkes di sekolah ?
2. Bagaimana bentuk motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran penjasorkes di sekolah ?

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Dari Hasil analisis data dan pembahasan yang telah dikemukakan oleh peneliti, maka peneliti mengambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Bermain merupakan suatu sasaran dalam proses PBM penjas di sekolah. Dalam penelitian ini bermain dikategorikan **Cukup baik**. Hal tersebut disebabkan karena keberadaan pembelajaran siswa di SMP N 2 V Koto Kampung Dalam Kab. Padang Pariaman masih dalam bentuk permainan sederhana.
2. Motivasi diri seorang dapat dilihat dari tingkah lakunya. Perbedaan antara tingkah laku yang nampak dengan proses yang terjadi adalah penting untuk diperhatikan, hal ini menurut kejelian dalam pengamatan. Terbukti dari hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi siswa terhadap Motivasi belajar Siswa melalui metoda bermain dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP N 2 V Koto Kampung Dalam Kab. Padang Pariaman dapat dikategorikan **Sangat baik**. Hal tersebut disebabkan karena tingginya Minat, keinginan dan dorongan siswa terhadap motifasinya dalam Pelaksanaan PBM Modifikasi Penejasorkes di sekolah.

**B. Saran**

Dalam penelitian ini peneliti menyarankan sebagai berikut :

1. Diharapkan kepada siswa sekolah dasar agar selalu meningkatkan motifasi belajar penjasnya berdasarkan hati nurani dan inisiatif dari masing-masing individu.
2. Kepada guru penjas agar lebih meningkatkan wawasan dan pengetahuannya dalam memberikan materi penjas kepada siswa di sekolah. Capailah prestasi guru sehingga menjadi guru yang professional.
3. Kepada sekolah agar dapat melengkapi sarana dan prasarana di sekolah agar dapat memudahkan dalam proses PBM di sekolah.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharmi. (1989). *Manajemen Penelitian*. Jakarta : Bina Aksara.
- Arikunto, Suharmi. (1992). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Bina Aksara.
- Aussie. (1996). *Rooball*. Australia: Aussie sport.
- Chairuddin (1990). *Serba-Serbi Pendidikan* . Jakarta : Bharatara Karya Aksara
- Depdiknas.(2003). *Kurikulum 2003 Pendidikan Jasmani*. Depdikbut Jakarta.
- GBHN (1994-2007), *UU Nomor 20 Tahun 2003 tentang sistem Pendidikan Pendidikan Nasional*. Jakarta.
- Lutan. (1988). *Belajar Keterampilan Motorik. Pengantar teori dan metode*. Jakarta. Depertemen pendidikan dan kebudayaan.
- Mulyasa. (2006) *Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan*.
- Narbuko, kholik. (2003). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Bumi Aksara
- Oteng. ( 1993). *Pendidikan olahraga*. Pidato pengukuhan guru besar FPOK IKIP. Jakarta: Sabtu 30 September 1993
- Sudjana, Nana (1989). *Metode Statistik*. Bandung: Transito
- Sudjana, Nana. (1996). *Dasar-dasar Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Sinar Baru.
- Suwirman. (2004). *Penelitian Dasar*. FIK UNP.
- Usman. (1995). *Menjadi Guru Profesional*. Bandung: Remaja Rusda Karya
- Umar. (2004). *Pengantar Teknologi Pembelajaran Pendidikan*. FIK UNP.