

**HUBUNGAN MOTIVASI OLAHRAGA DAN KEMAMPUAN MOTORIK
DENGAN HASIL BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA
DAN KESEHATAN SISWA SD NEGERI 15 LOLONG BELANTI
PADANG UTARA**

skripsi



Oleh

**SUWANTO
NIM. 98047**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2015**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

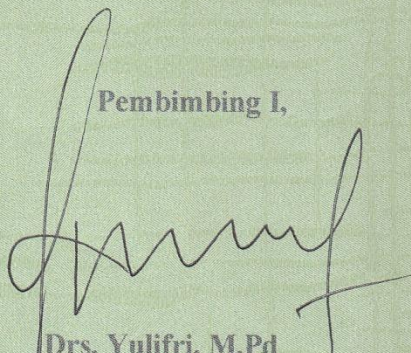
**HUBUNGAN MOTIVASI OLAHRAGA DAN KEMAMPUAN MOTORIK
DENGAN HASIL BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN
KESEHATAN SISWA SD NEGERI 15 LOLONG BELANTI
PADANG UTARA**

Nama : Suwanto
NIM/BP : 98047/2009
Program Studi : Pendidikan Jasmani kesehatan Dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Mei 2015

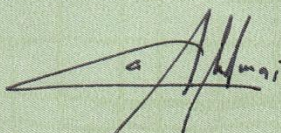
Disetujui Oleh :

Pembimbing I,



Drs. Yulifri, M.Pd
NIP. 19590705 195031 002

Pembimbing II,



Srigusti Handayani, S.Pd, M.Pd
NIP. 19880616 201212 2 001

HALAMAN PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

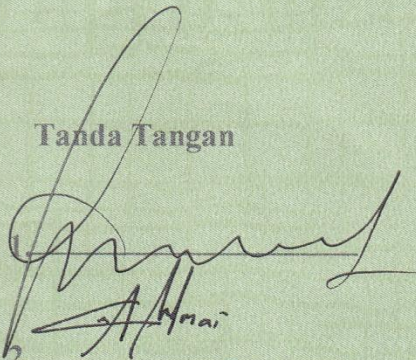
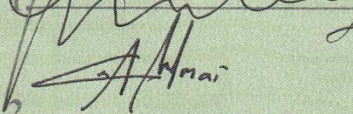
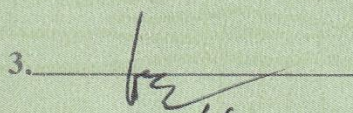
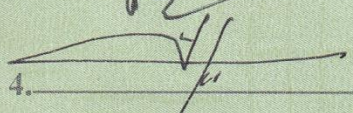
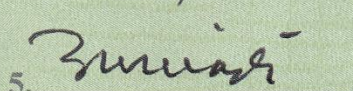
*Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang*

HUBUNGAN MOTIVASI OLAHRAGA DAN KEMAMPUAN MOTORIK DENGAN HASIL BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN SISWA SD NEGERI 15 LOLONG BELANTI PADANG UTARA

Nama : Suwanto
NIM/BP : 98047/2009
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Universitas : Universitas Negeri Padang

Padang, Mei 2015

Tim Penguji :

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Drs. Yulifri, M.Pd	
2. Sekretaris	: Srigusti Handayani, S.Pd,M.Pd	2. 
3. Anggota	: Drs. Nirwandi, M.Pd	3. 
4. Anggota	: Drs. Edwarsyah, M.Kes	4. 
5. Anggota	: Drs. Willadi Rasyid, M.Pd	5. 

ABSTRAK

SUWANTO : Hubungan Motivasi Olahraga Dan Kemampuan Motorik Dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Siswa SD Negeri 15 Lolong Belanti Padang Utara

Masalah dalam penelitian ini yaitu rendahnya hasil belajar pendidikan jasmani Olahraga dan kesehatan siswa SD Negeri 15 Lolong Belanti Padang Utara. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan motivasi Olahraga dan kemampuan motorik dengan hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan siswa SD Negeri 15 Lolong Belanti Padang Utara.

Jenis penelitian ini adalah *korelasional*. Populasi dalam penelitian ini yaitu siswa di SD Negeri 15 Lolong Belanti Padang Utara. yaitu berjumlah sebanyak 77 orang, terdiri dari kelas IV yang berjumlah sebanyak 39 orang dan kelas V berjumlah sebanyak 38 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Dengan demikian jumlah sampel di dalam penelitian ini adalah sebanyak 36 orang. Data motivasi olahraga diperoleh dari hasil penyebaran angket kepada siswa yang terpilih menjadi sampel, variable kemampuan motorik diperoleh dari hasil pengukuran terhadap kemampuan motorik siswa dan data hasil belajar penjasorkes diperoleh dari nilai siswa yang tertera di dalam rapor. Data dianalisis dengan korelasi *productmoment* dan dilanjutkan dengan korelasi ganda.

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa motivasi olahraga mempunyai hubungan secara signifikan, karena ditemukan $r_{hitung} = 0,341 > r_{tabel} 0,329$ dan $t_{hitung} = 2,11 > t_{tabel} 1,69$ $\alpha = 0,05$. Variabel kemampuan motorik mempunyai hubungan secara signifikan karena ditemukan $r_{hitung} = 0,402 > r_{tabel} 0,329$ dan $t_{hitung} = 2,56 > t_{tabel} 1,69$ $\alpha = 0,05$. Sedangkan variable motivasi olahraga dan kemampuan motorik secara bersama-sama mempunyai hubungan secara signifikan dengan hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dan diterima kebenarannya secara empiris, karena ditemukan $r_{hitung} = 0,487 > r_{tabel} 0,329$ dan $F_{hitung} = 5,13 > F_{tabel} 3,29$.

KATA PENGANTAR

Puji Syukur Penulis Ucapkan Kehadirat Allah SWT Yang Telah Memberikan Rahmat Dan Karunia-Nya, Sehingga Penulis Dapat Menyelesaikan Skripsi Yang Berjudul “Hubungan motivasi Olahraga dan kemampuan motorik dengan hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan siswa SD 15 Lolong Belanti Padang utara Penulisan skripsi ini merupakan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi tugas dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Universitas Negeri Padang. Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Penulisan skripsi ini banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik secara moril maupun materil Sebagai tanda hormat penulis pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang tidak terhingga kepada:

1. Drs. H. Arsil, M. Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragan Universitas Negeri Padang, yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas belajar selama perkuliahan dan penyelesaian skripsi ini.
2. Drs. Yulifri, M. Pd Selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, yang telah member kesempatan dan mengizinkan penelitian ini.
3. Drs. Yulifri, M. Pd dan Srigusti Handayani, S.Pd, M.Pd yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, pemikiran, pengarahan dan bantuan secara moril maupun materil yang sangat berarti kepada penulis.

4. Drs. WilladiRasyid, M. Pd, Drs. Edwarsyah, M. Kesdan Drs. Nirwandi, M. Pd yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk menguji penulis dan memberikan saran, bimbingan dan pemikiran.
5. Kepala SD Negeri 15 Lolong Belanti Padang Utara yang telah mengizinkan penulis untuk melakukan penelitian di sekolah tersebut dan siswa yang terpilih menjadi sampel yang telah membantu kelancaran pengambilan data.
6. Ayah anda dan Ibunda tercinta yang telah berjuang untuk membimbing dan memenuhi segala kebutuhan perkuliahan penulis sehingga bias mengerjakan penulisan skripsi ini dengan baik.
7. Seluruh staf pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Akhir kata penulis do'akan semoga semua amal yang diberikan kepada penulis mendapat imbalan yang setimpal dan bermanfaat bagi kita semua. Maka pada kesempatan ini penulis mengharapkan saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan penyusunan skripsi ini. Amin...Amin..YaRobal..Alamin.

Padang, April 2015

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	4
C. Pembatasan Masalah	4
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Kegunaan Penelitian	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. KajianTeori	
1. Hasil Belajar Penjasorkes	7
2. Motivasi Berolahraga	11
3. Kemampuan Motorik Siswa Sekolah Dasar	14
B. Kerangka Konseptual.....	21
C. Hipotesis Penelitian.....	22
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	24
B. Tempat dan Waktu Penelitian	24
C. Populasi dan Sampel	24
D. Jenis dan Sumber Data.....	25
E. Teknik dan Alat Pengumpulan Data	36
F. Teknik Analisa Data	31
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data	

1. Motivasi Berolahraga	34
2. Kemampuan Motorik.....	36
3. Hasil Belajar Penjasorkes	38
B. Uji Persyaratan Analisis	39
C. Uji Hipotesis	40
D. Pembahasan dan Hasil Penelitian.....	43
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	47
B. Saran	47
DAFTAR PUSTAKA.....	49

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian.....	25
2. Sampel Penelitian	25
3. Distribusi Hasil Data Motivasi Berolahraga	35
4. Distribusi Hasil Data Kemampuan Motorik	36
5. Distribusi Hasil Data Hasil Belajar Penjasorkes	39
6. Rangkuman Uji Normalitas Data	40
7. Rangkuman Uji Signifikansi Koefisien Korelasi Antara X1dengan Y.....	41
8. Rangkuman Uji Signifikansi Koefisien Korelasi Antara X2 dengan Y.....	42
9. Rangkuman Uji Signifikansi Koefisien Korelasi Antara X1danX2	
10. Secara Bersama-sama dengan Y.....	43

DAFTAR GAMBAR

Gambar Halaman

1. Kerangka Konseptual	22
2. Sasaran Tes Koordinasi Mata-Kaki	27
3. Lintasan <i>Shuttle Run</i>	28
4. Testi Berdiri di Depan Garis Start	29
5. Testi Mengambil Balok Kayu	29
6. Testi Meletakkan Balok Kayu pada $\frac{1}{2}$ Lingkaran	30
7. <i>Sit and Reach Test</i>	31
8. Histogram Motivasi Olahraga	35
9. Histogram Frekuensi Kemampuan Motorik	37
10. Histogram Frekuensi Hasil Belajar Penjasorkes	39

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran Halaman

1. Kisi-kisi Angket	53
2. Format Pengisian Angket	54
3. Angket Penelitian	55
4. Rekap Data Motivasi Olahraga.....	58
5. Rekap Hasil Data Tes Kemampuan Motorik	59
6. Rekap Data Hasil Belajar Penjasorkes	60
7. Uji Normalitas Variabel Motivasi Berolahraga.....	62
8. Uji Normalitas Variabel Kemampuan Motorik	63
9. Uji Normalitas Variabel Hasil Belajar Penjasorkes.....	64
10. Uji Hipotesis X_1 dan Y	65
11. Korelasi Ganda.....	66
12. Surat Izin Penelitian Dari Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP.....	67
13. Surat KeteranganTelah Melakukan Penelitian Dari SD Negeri 15 Lolong Belanti Padang Utara.....	79

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Tujuan pendidikan nasional merupakan tujuan yang bersifat paling umum dan merupakan sasaran akhir yang harus dijadikan pedoman oleh setiap usaha pendidikan. Artinya setiap lembaga dan penyelenggara pendidikan harus dapat membentuk manusia sesuai dengan pandangan hidup dan filsafat suatu bangsa yang dirumuskan pemerintah dalam bentuk undang-undang. Secara jelas tujuan pendidikan nasional yang bersumber dari system nilai Pancasila yang dirumuskan dalam Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 Pasal 3, yang merumuskan bahwa:

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, bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Berpedoman dari penjelasan di atas, maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa pendidikan diselenggarakan bertujuan untuk mengembangkan potensi peserta didik, sehingga nantinya mereka menjadi manusia yang cakap, berilmu, mandiri, kreatif, sehat, berakhlak mulia dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, serta menjadi manusia yang bertanggung jawab, dan menjadi warga Negara yang demokratis. Di samping itu melalui pendidikan terciptanya manusia yang bermartabat dan mencerdaskan kehidupan bangsa.

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan salah satu mata pelajaran yang terdapat dalam kurikulum Sekolah Dasar.

Menurut Mulyasa (2010:49) kelompok mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada SD/MI/SDLB dimaksud untuk “meningkatkan potensi fisik dan menanamkan sportifitas serta kesadaran hidup sehat”. Artinya peserta didik setelah mendapat pembelajaran penjasorkes yang diberikan guru akan dapat memahami dan menerapkan kesadaran hidup sehat dan meningkatkan potensi fisik serta mempunyai sikap sportifitas yang tinggi.

Mengajar sering diistilahkan dengan pembelajaran dalam konteks standar proses pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tidak hanya sekedar menyampaikan materi pelajaran, tetapi juga dimaknai sebagai proses mengatur lingkungan supaya siswa belajar. Hal ini mengisyaratkan bahwa dalam proses belajar mengajar siswa harus dijadikan sebagai pusat kegiatan. Sukmadinata (2003:155) mengartikan belajar sebagai “suatu perubahan di dalam kepribadian yang dinamis prestasinya sebagai pola-pola respon yang baru berbentuk keterampilan, sikap, kebiasaan, pengetahuan dan kecakapan”.

Dari uraian di atas, maka dalam pembelajaran penjasorkes perlu memberdayakan semua potensi siswa seperti berkembangnya pengetahuan, keterampilan, adanya perubahan sikap dan tingkah laku siswa kearah yang lebih baik. Dengan demikian diharapkan akhir dari proses pembelajaran penjasorkes tersebut siswa akan mendapat atau memperoleh hasil belajar, setelah guru penjasorkes melakukan evaluasi atau penilaian. Dapat juga diartikan bahwa hasil dari suatu interaksi tindak belajar dan tindak mengajar adalah hasil belajar. Dari sisi guru tindak mengajar diakhiri dengan proses evaluasi hasil belajar, dari sisi siswa hasil belajar merupakan berakhirnya penggal dan puncak proses belajar.

Berdasarkan informasi dan wawancara penulis lakukan pada guru penjasorkes SD Negeri 15 Lolong Belanti Padang Utara, ternyata hasil belajar penjasorkes siswa masih banyak yang rendah, khususnya pada siswa kelas IV, kelas V. Gambaran data yang diberikan guru

penjasorkes, dari 77 orang siswa hanya sebanyak 45 orang (58,44%) hasil belajar penjasorkes siswa berada di atas nilai rata-rata kelas yaitu 7 dan sebanyak 32 orang (41,56%) hasil belajar penjasorkes berada di bawah nilai rata-rata kelas.

Rendahnya hasil belajar penjasorkes siswa di SD Negeri 15 Lolong Belanti Padang Utara mungkin disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya adalah mungkin kemampuan guru dalam mengajar, pemilihan metoda dan media yang kurang tepat, sarana dan prasarana yang belum memadai, status gizi siswa yang buruk, tingkat kesegaran jasmani yang belum begitu baik, lingkungan belajar yang kurang kondusif, motivasi berolahraga yang rendah dan mungkin juga disebabkan kemampuan motorik atau gerak mereka yang rendah.

Setelah penulis mendapatkan informasi tentang hasil belajar penjasorkes siswa SD Negeri 15 Lolong Belanti Padang Utara, maka penulis melakukan observasi ke lapangan pada saat siswa mengikuti proses pembelajaran penjasorkes. Dari hasil observasi dan pengamatan tersebut, penulis menduga motivasi berolahraga dan kemampuan motorik siswa masih rendah. Hal ini terlihat dari penampilan dan sikap mereka ketika guru penjasorkes memberikan materi pembelajaran, banyak yang bermain sesuka hatinya, ada yang malas, sedikit saja bergerak sudah berhenti, geraknya tidak lincah, tidak mampu melakukan gerakan yang diajarkan guru dan sebagainya.

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 ada di handpone 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 dan berakibat pada hasil belajar penjasorkes mereka, karena dalam pembelajaran penjasorkes banyak berhubungan dengan gerakan.

Dari uraian di atas, benar atau tidaknya dugaan penulis yang menyatakan rendahnya hasil belajar penjasorkes siswa SD Negeri 15 Lolong Belanti Padang Utara, ada hubungannya dengan motivasi berolahraga dan kemampuan motorik mereka. Untuk itu pada kesempatan ini penulis ingin melakukan suatu penelitian dengan suatu harapan ditemui kebenaran dan sebagai solusi dalam mengatasi permasalahan tentang hasil belajar penjasorkes ini.

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. Motivasi berolahraga
2. Status gizi
3. Kesegaran jasmani
4. Lingkungan belajar
5. Sarana dan prasarana
6. Kemampuan guru dalam mengajar
7. Metoda pembelajaran
8. Media pembelajaran

C. Pembatasan Masalah

Dari identifikasi masalah yang telah dikemukakan di atas, banyaknya variabel yang mempengaruhi hasil belajar penjasorkes, maka peneliti membatasi penelitian ini hanya dua variabel yaitu:

1. Motivasi berolahraga
2. Kemampuan motorik

D. Rumusan Masalah

Dari pembatasan masalah, maka dapat dirumuskan masalah yakni sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan motivasi berolahraga dengan hasil belajar penjasorkes siswa SD Negeri 15 Lolong Belanti Padang Utara Apakah terdapat hubungan kemampuan motorik dengan hasil belajar penjasorkes siswa SD Negeri 15 Lolong Belanti Padang Utara Apakah terdapat hubungan motivasi berolahraga dan kemampuan motorik secara bersama-sama dengan hasil belajar penjasorkes siswa SD Negeri 15 Lolong Belanti Padang Utara

2. E. Tujuan Penelitian

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

1. Hubungan motivasi berolahraga dengan hasil belajar penjasorkes siswa di SD Negeri 15 Lolong Belanti Padang Utara Hubungan kemampuan motorik dengan hasil belajar penjasorkes siswa di SD Negeri 15 Lolong Belanti Padang Utara Hubungan antara motivasi berolahraga dan kemampuan motorik secara bersama-sama dengan hasil belajar penjasorkes siswa di SD Negeri 15 Lolong Belanti Padang Utara

2. F. Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan berguna bagi:

1. Penulis sendiri sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Guru penjasorkes sebagai masukan dalam meningkatkan hasil belajar penjasorkes diperlukan motivasi berolahraga dan kemampuan motorik siswa.
3. Pihak sekolah sebagai sumbangan ilmu kasanah tentang motivasi berolahraga dan kemampuan motorik siswa yang berkaitan dengan hasil belajar penjasorkes.
4. Mahasiswa Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang sebagai bahan bacaan di Perpustakaan

5. Peneliti selanjutnya sebagai referensi dalam meneliti dengan kajian yang sama secara mendalam.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Hasil Belajar Penjasorkes

Guru perlu mengenal hasil belajar dan kemajuan belajar siswa karena belajar menurut Slameto (1995:2) adalah “suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam lingkungan”. Sementara Syaiful (1994:21) mengartikan “belajar sebagai suatu aktifitas yang dilakukan secara sadar atau mendapatkan sejumlah kesan dari bahan yang telah dipelajari, sehingga terjadilah perubahan dalam diri individu.

Sedangkan Sukmadinata ((2005:155) mengatakan belajar “merupakan perubahan dalam kepribadian, yang dimanifestasikan sebagai pola-pola respon yang baru yang berbentuk keterampilan, sikap, kebiasaan, pengetahuan dan kecakapan”. Dengan demikian pengertian belajar, maka belajar merupakan suatu aktivitas yang dilakukan secara sadar yang mengakibatkan terjadinya perubahan sikap, tingkah laku, pengetahuan dan kecakapan. Artinya seseorang yang sudah belajar akan terjadi perubahan kepribadian ke arah yang lebih baik dan hal ini terjadi karena adanya respon terhadap situasi, sehingga dia ingin untuk belajar dan akhir dari proses belajar tersebut siswa menerima hasil dari belajarnya setelah guru melakukan evaluasi. Menurut Dimiyati dkk (2006:200) mengatakan bahwa “evaluasi hasil belajar merupakan proses untuk menentukan nilai belajar siswa melalui kegiatan penilaian dan/atau pengukuran hasil belajar”.

Belajar mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan suatu upaya pengembangan seluruh

kepribadian individu, baik segi fisik maupun psikis. Dalam proses belajar penjasorkes di Sekolah Dasar sasaran belajar ini sering dirumuskan dalam bentuk tujuan pembelajaran. Menurut Nana Sudjana (2009:22) ada empat unsur utama dalam proses belajar mengajar yaitu:

- 1) Tujuan, sebagai arah dari proses belajar mengajar pada hakekatnya adalah rumusan tingkah laku yang diharapkan dapat dikuasai siswa setelah menerima dan menempuh pengalaman belajar.
- 2) Bahan adalah seperangkat pengetahuan ilmiah yang dijabarkan dari kurikulum untuk disampaikan atau dibahas dalam proses belajar mengajar agar sampai kepada tujuan yang telah ditetapkan.
- 3) Metoda dan alat adalah cara atau teknik yang digunakan yang digunakan dalam mencapai tujuan.
- 4) Penilaian adalah upaya atau tindakan untuk mengetahui sejauh mana tujuan yang telah ditetapkan itu tercapai atau tidak. Dengan kata lain, penilaian berfungsi sebagai alat untuk keberhasilan proses dan hasil belajar siswa.

Berpedoman pada penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa satu unsur yang penting dalam proses belajar mengajar di sekolah adalah guru melakukan penilaian yang berfungsi untuk mengetahui hasil belajar siswa dalam pembelajaran, seperti dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Selanjutnya penilaian tersebut berfungsi sebagai alat yang dapat mengukur apakah tujuan pembelajaran dapat dicapai atau tidak sesuai dengan tujuan kurikulum yang telah ditetapkan. Selanjutnya Sukmadinata (2003:179) menjelaskan bahwa hasil belajar adalah:

Merupakan realisasi atau pemekaran dari kecakapan-kecakapan potensial atau kapasitas yang dimiliki seseorang, penguasaan hasil belajar seseorang dapat dilihat dari prilakunya, baik perilaku dalam bentuk penguasaan pengetahuan,

keterampilan berfikir maupun keterampilan motorik”. Di sekolah hasil belajar dalam mata pelajaran dilambangkan dengan angka-angka atau huruf misalnya pada pendidikan dasar dilambangkan dalam bentuk angka 0 sampai angka 10, dan diperguruan tinggi dilambangkan dengan huruf A, B, C, D dan E.

Menurut teori Bloom dalam Nana Sudjana (2009:22) mengatakan secara garis besar membagi tiga ranah dari hasil belajar yaitu: 1) ranah kognitif, 2) ranah afektif dan 3) ranah psikomotorik”. Ranah kognitif berkenaan dengan hasil belajar intelektual yang terdiri dari 6 aspek yakni pengetahuan atau ingatan, pemahaman, aplikasi, analisis, sintesis, dan evaluasi. Ranah afektif yaitu yang berkenaan dengan sikap yang terdiri dari lima aspek yaitu penerimaan, jawaban atau reaksi, penilaian, organisasi, dan internalisasi.

Sedangkan ranah psikomotorik adalah yang berkenaan dengan hasil belajar keterampilan dan kemampuan bertindak, ada 6 aspek yakni gerakan refleks, keterampilan gerak dasar, kemampuan perseptual, keharmonisan atau ketepatan, gerakan keterampilan kompleks dan gerakan ekspresif dan interpretatif. Sementara Nana Sudjana (2009:22) mengatakan bahwa “hasil belajar adalah kemampuan-kemampuan yang dimiliki siswa setelah ia menerima pengalaman belajarnya”.

Demikian dapat diartikan bahwa seseorang untuk mendapatkan hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang didapat dari proses belajar merupakan hasil dari penguasaan tiga ranah tersebut yaitu ranah kognitif, afektif dan psikomotoris. Semua ranah tersebut yang menjadi evaluasi yang dilakukan guru penjasorkes untuk mengetahui apakah suatu tujuan pembelajaran di sekolah dapat dicapai dengan baik atau tidak dan siswa juga

mengetahui sampai dimana usaha dan keberhasilan mereka dalam belajar.

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 merupakan salah satu faktor yang dapat meningkatkan pencapaian tujuan penjasorkes dan siswa mendapatkan hasil belajar dengan baik.

Selanjutnya hasil belajar siswa tentu akan lebih baik, apabila didukung oleh faktor kemampuan motorik yang dimiliki siswa. Sehingga dengan kemampuan motorik baik, mereka akan mudah melakukan keterampilan jasmani, olahraga yang merupakan materi dalam pembelajaran penjasorkes. Di samping itu siswa akan dapat menyelesaikan gerakan-gerakan atau keterampilan gerak dalam berbagai olahraga seperti olahraga permainan, senam dan atletik. Hal ini merupakan materi yang harus dipelajari dan dievaluasi setelah siswa mengalami belajar selama satu semester.

2. Motivasi Berolahraga

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.

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. Misalnya saja siswa yang memiliki motivasi kuat, akan mempunyai banyak energi untuk melakukan kegiatan berolahraga misalnya saja dalam kegiatan berolahraga dalam pembelajaran penjasorkes di sekolah.

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. Motivasi berolahraga bervariasi antara individu yang satu dengan yang lain karena perbedaan kebutuhan dan kepentingan, baik disebabkan karena perbedaan tingkatperkembangan umurnya, minat, pekerjaan dan kebutuhan-kebutuhan lainnya.

Michael Passer seorang psikolog olahraga dalam Setyobroto (2002:27) mengatakan bahwa adanya indikasi enam kategori utama motif-motif yang menumbuhkan minat anak-anak berpartisipasi dalam program-program olahraga yaitu sebagai berikut:

- 1) Untuk mengembangkan keterampilan dan kemampuan, 2) Untuk berhubungan dan mencari teman, 3) Untuk mencapai sukses dan mendapat pengakuan, 4) Untuk latihan dan menjadi sehat dan segar, 5) Untuk menyalurkan emosi, 6) Untuk mendapatkan pengalaman penuh tantangan dan yang mengembirakan.

Berpedoman pada uraian pendapat yang dikemukakan di atas, maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa seorang anak Sekolah Dasar melakukan kegiatan berolahraga, mungkin mempunyai tujuan dan harapan menyalurkan emosi, dan untuk mendapat kegembiraan serta kesenangan dengan teman-teman. Di samping itu mungkin juga mereka berolahraga untuk kesegaran dan mengembangkan keterampilan dan kemampuan.

Selanjutnya anak-anak yang senang melakukan kegiatan berolahraga atau dapat dikatakan mereka memiliki motivasi yang tinggi, karena mereka berharap dapat mencapai kepuasan untuk mendapatkan nilai mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan

kesehatan (penjasorkes) karena dalam pembelajaran penjasorkes tersebut banyak menuntut kegiatan atau aktivitas olahraga. Artinya mereka berolahraga ingin mengembangkan keterampilan dan kemampuan dengan motivasi yang tinggi ada hubungannya dengan harapan hasil belajar penjasorkes menjadi lebih baik.

Setyobroto (2002:24) jenis motivasi terdiri dari: “motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik”. Artinya dalam diri siswa ada dua motivasi yang dapat dikembangkan yaitu motivasi intrinsik, Sardiman (2007:89) menjelaskan 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”.

Sedangkan motivasi ekstrinsik dikemukakan oleh Prayitno (1973:127) sebagai “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”. Kedua jenis motivasi inilah yang dapat membuat seorang siswa mau mengikuti atau melakukan kegiatan olahraga, baik dalam proses pembelajaran penjasorkes, maupun dalam mengisi waktu luangnya dengan teman-teman sebaya mereka setelah pulang sekolah.

Motivasi berolahraga merupakan sebagai daya penggerak yang telah menjadi aktif. Motif 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 menggermari serta menyenangkan olahraga. Misalnya saja 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.

Berpedoman pada uraian di atas, maka olahraga dapat diartikan sebagai 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 menyenangkan dan adanya suatu keterlibatan seseorang dalam berolahraga secara nyata.

3. Kemampuan Motorik Siswa Sekolah Dasar

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 menurut Luthan (2002:12) merupakan “kualitas kemampuan seseorang yang dapat mempermudah dalam melakukan keterampilan gerak”. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa kemampuan motorik yang baik akan dapat mempermudah

seseorang dalam belajar keterampilan gerak, begitu juga bagi siswa SD Negeri 15 Lolong Belanti Padang Utara Artinya siswa yang memiliki kemampuan motoriknya tinggi akan mudah melakukan keterampilan gerak, misalnya saja gerak dalam aktivitas sehari-harinya seperti belajar mata pelajaran penjasorkes.

Gusril (2006:1) mengatakan 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”. Dengan demikian dapat diartikan bahwa gerak penting artinya dalam meningkatkan kemampuan motorik. Kemampuan motorik yang baik akan dapat meningkatkan hasil belajar penjasorkes, karena pembelajaran penjasorkes banyak menampilkan gerak.

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”. Sedangkan pengertian motorik menurut Sukintaka (2004:77) “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”.

Berdasarkan dua pendapat di atas, maka jelaslah 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 dapat diamati dan hal ini merupakan suatu peristiwa laten akibat adanya dorongan untuk bergerak. 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”.

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.

Dari penjelasan 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. Selanjutnya untuk meningkatkan kemampuan motorik anak-anak Sekolah Dasar, tentunya diperlukan pengertian dan pemahaman tentang:

1) Tahap Kemampuan Motorik Siswa sekolah Dasar

Pengertian dan pemahaman motorik, penting artinya dalam meningkatkan kemampuan motorik anak seusia sekolah dasar, karena 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.

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.

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.

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”.

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.

2) 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”. Dengan demikian dapat diartikan bahwa unsur-unsur kemampuan motorik terdiri dari beberapa

komponen kondisi fisik seperti kelincahan, daya tahan, kecepatan dan koordinasi gerakan dan kekuatan.

Menurut Depdiknas (2000:108) "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.

Kecepatan diartikan sebagai kemampuan yang berdasarkan kelentukan dalam satuan waktu tertentu, semakin jauh jarak yang ditempuh maka semakin tinggi kecepatannya. Daya tahan adalah keadaan atau kondisi tubuh yang mampu untuk bekerja untuk waktu yang lama tanpa mengalami kelelahan yang berlebihan setelah menyelesaikan pekerjaan tersebut. Sedangkan keseimbangan adalah kemampuan seseorang untuk mempertahankan tubuh dalam berbagai posisi. Keseimbangan tersebut dibagi dalam dua bentuk yaitu keseimbangan statis dan keseimbangan dinamis.

Wahjoedi (2001:61) mengemukakan bahwa "koordinasi adalah kemampuan untuk melakukan gerakan secara tepat, cermat dan efisien. Dengan demikian dapat dikatakan seseorang yang memiliki koordinasi gerakan dengan baik, maka dia akan mampu melakukan gerakan secara tepat dan efisien. Sementara 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".

Selanjutnya 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.

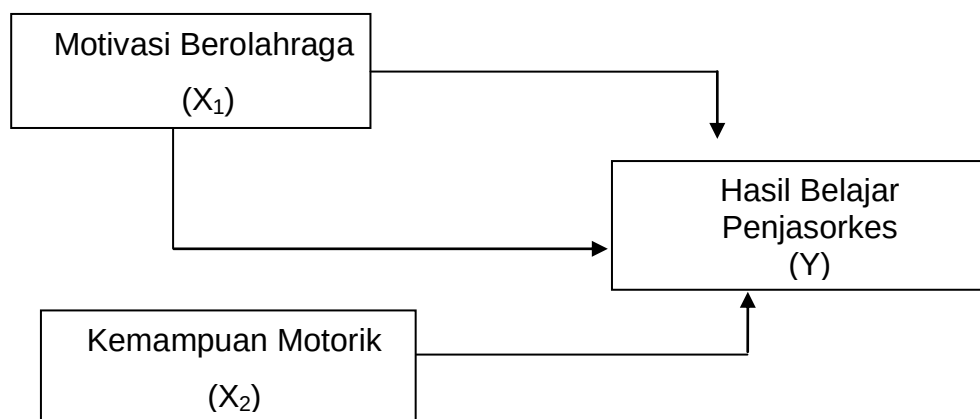
Unsur-unsur yang terkandung dalam kemampuan motorik inilah dibutuhkan siswa dalam melakukan gerakan-gerakan jasmani dan olahraga dalam pembelajaran penjasorkes di sekolah. Artinya kemampuan motorik penting sekali bagi siswa, sehingga mereka dapat menyelesaikan gerakan secara tepat, cermat dan efisien. Begitu juga bagi siswa SD Negeri 15 Lolong Belanti Padang Utara, sehingga mereka mampu mengikuti proses belajar dengan baik dan hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan menjadi lebih baik.

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 dengan hasil belajar penjasorkes siswa SD Negeri 15 Lolong Belanti Padang Utara. Hasil belajar adalah kemampuan-kemampuan yang dimiliki siswa setelah ia menerima pengalaman belajarnya”.

Motivasi merupakan faktor psikis yang bersifat non-intelektual, peranannya yang khas yaitu dalam hal penumbuhan gairah, merasa senang dan semangat untuk berolahraga. Motivasi berolahraga bagi anak-anak sekolah dasar yang merupakan hal penting dalam mengikuti proses belajar penjasorkes. Sedangkan kemampuan motorik merupakan kualitas kemampuan siswa yang dapat mempermudah dalam melakukan keterampilan gerak.

Dengan demikian dapat dikatakan bahwa motivasi berolahraga dan kemampuan motorik yang baik akan dapat mendorong siswa untuk aktif berolahraga dan mempermudah siswa dalam belajar keterampilan gerak, begitu juga bagi siswa Sekolah Dasar Negeri15 Lolong Belanti Padang Utara, sehingga diduga berkemungkinan hasil belajar penjasorkes mereka dapat dicapai dengan baik. Dalam arti lain faktor motivasi berolahraga dan kemampuan motorik merupakan dua faktor yang diduga ada hubungannya dengan hasil belajar penjasorkes siswa. Untuk lebih jelasnya hubungan tersebut dapat digambarkan pada kerangka konseptual seperti yang terlihat pada gambar 1 berikut ini.



Gambar 1. Kerangka Konseptual

C. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kajian teori dan kerangka konseptual yang telah dikemukakan di atas, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah:

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi berolahraga dengan hasil belajar penjasorkes siswa SD Negeri 15 Lolong Belanti Padang Utara Terdapat hubungan yang signifikan antara kemampuan motorik dengan hasil belajar penjasorkes siswa SD Negeri 15 Lolong Belanti Padang Utara Terdapat hubungan yang

signifikan antara motivasi berolahraga dan kemampuan motorik secara bersama-sama dengan hasil belajar penjasorkes siswa SD Negeri 15 Lolong Belanti Padang Utara

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan kepada hasil analisis dan dan pembahasan yang telah di uraikan pada bagian terdahulu, maka pada bab ini dapat ditarik kesimpulan dan saran yakni sebagai berikut:

A. Kesimpulan

1. Motivasi olahraga mempunyai hubungan secara signifikan dengan hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dan diterima kebenarannya secara empiris, karena ditemukan $r_{hitung} = 0,341 > r_{tabel} = 0,329$ dan $t_{hitung} = 2,11 > t_{tabel} = 1,69$ $\alpha = 0.05$.
2. Kemampuan motorik mempunyai hubungan secara signifikan dengan hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dan diterima kebenarannya secara empiris, karena ditemukan $r_{hitung} = 0,402 > r_{tabel} = 0,329$ dan $t_{hitung} = 2,56 > t_{tabel} = 1,69$ $\alpha = 0.05$.
3. Motivasi olahraga dan kemampuan motorik secara bersama-sama mempunyai hubungan secara signifikan dengan hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dan diterima kebenarannya secara empiris, karena ditemukan $r_{hitung} = 0,487 > r_{tabel} = 0,329$ dan $F_{hitung} = 5,13 > F_{tabel} = 3,29$.

B. Saran

Berdasarkan kepada kesimpulan dalam penelitian ini, maka disarankan kepada:

1. Guru agar lebih meningkatkan kreaktivitas dalam mengajar mungkin dengan mengembangkan model-model pembelajaran, sehingga motivasi siswa dapat ditingkatkan.
2. Siswa agar menyadari bahwa belajar merupakan suatu kebutuhan dalam mencapai hasil belajar yang diinginkan, misalnya saja cara belajar dan kemampuan motorik harus ditingkatkan dan sebagainya.

3. Orang tua atau wali murid agar memperhatikan keseimbangan kebutuhan gizi anaknya, karena hal ini berpengaruh terhadap hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.
4. Pihak sekolah agar melengkapi sarana dan prasarana pembelajaran, sehingga kemampuan motorik siswa dapat ditingkatkan dan mengadakan kerjasama dengan dinas kesehatan tentang pemahaman dan pentingnya keseimbangan gizi dengan aktivitas yang mereka lakukan, sehingga siswa tidak mengalami kelebihan berat badan.

DAFTAR PUSTAKA

- Arsil, 2010. Evaluasi Pendidikan Jasmani Dan Olahraga. Malang: Wineka Media.
- Depdiknas, 2000. Dasar-Dasar Kepelatihan Olahraga. Jakarta: Proyek Pendidikan Jasmani Luar Biasa.
- , 2007. Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan. Jakarta.
- 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.
- , 2004. Belajar Motorik. Padang: FIK Universitas Negeri Padang.
- Lutan, Rusli. 1988. Belajar Keterampilan Motorik : Pengantar Teori dan Metode. Jakarta: Depdikbud.
- , 2001. Mengajar Untuk Belajar Dalam Pendidikan Jasmani. Bandung: FPOK Universitas Pendidikan Indonesia.
- Mudjiono. 2006. Belajar dan Pembelajaran. Yakarta : PT. Rineka Cipta.
- Mulyasa. 2010. Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan.
- Mutohir, T. Cholik (2004). Perkembangan Motorik Pada Masa Anak-Anak, Jakarta“ PPKKO, Dirjen Olahraga Depdiknas.
- Prayitno, 1973. Motivasi Belajar. Jakarta P2LPTK.
- Riduwan, 2005. Belajar Mudah Penelitian Untuk Guru-Karyawan Dan Peneliti Pemula. Jakrta: Alfabeta.
- Sardiman, 2007. Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar, Jakarta: Raja Grafindo Persada.