

**STUDI TENTANG PELAKSANAAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN
JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SMA NEGERI 1
RANAH PESISIR KABUPATEN PESISIR SELATAN**

JURNAL

*Diajukan Kepada Tim Penguji Jurusan Pendidikan Olahraga Sebagai Salah Satu
Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana pendidikan*



Oleh

RUGER MARSYAH

NIM. 14189

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2013**

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 : Studi Tentang Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan
Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMA Negeri 1
Ranah Pesisir Kabupaten Pesisir Selatan

Nama : Ruger Marsyah

NIM : 14189

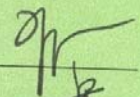
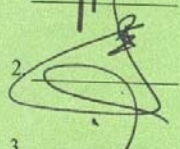
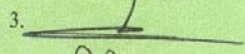
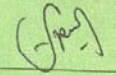
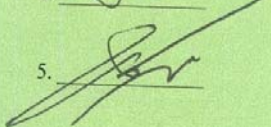
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Juli 2013

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	Drs. Hendri Neldi, M.Kes. AIFO	1. 
2. Sekretaris	Dra. Pitnawati, M.Pd	2. 
3. Anggota	Drs. Zalfendi, M.Kes	3. 
4. Anggota	Dra. Erianti, M.Pd	4. 
5. Anggota	Drs. Kibadra	5. 

ABSTRAK

Ruger Marsyah : Studi Tentang Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMA Negeri 1 Ranah Pesisir Kabupaten Pesisir Selatan.

Berdasarkan observasi yang penulis lakukan di lapangan, ternyata pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMA Negeri 1 Ranah Pesisir belum berjalan sebagai mana mestinya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tentang pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMA Negeri 1 Ranah Pesisir Kabupaten Pesisir Selatan.

Jenis penelitian adalah *deskriptive*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa yang duduk pada kelas X di SMA Negeri 1 Ranah Pesisir Kabupaten Pesisir Selatan, yang berjumlah sebanyak 213 orang. Sampel diambil dengan teknik *stratified random sampling*, dengan demikian jumlah sampel adalah sebanyak 21 orang. Jenis data dalam penelitian yaitu data primer, data yang dikumpulkan langsung oleh peneliti dengan menyebarkan angket kepada siswa yang menjadi sampel. Data dianalisis dengan tingkat capaian responden dengan menggunakan analisis skor ideal.

Hasil penelitian menyatakan bahwa variabel motivasi siswa diperoleh tingkat capaian sebesar 61,32%, berada pada kategori kurang. Artinya siswa kurang memiliki motivasi dalam pelaksanaan pembelajaran penjasorkes. Variabel sarana dan prasarana diperoleh tingkat capaian sebesar 55,87%, berada pada kategori kurang. Artinya sarana dan prasarana dalam pembelajaran kurang tersedia dengan baik. Variabel media pembelajaran diperoleh tingkat capaian sebesar 79%%, berada pada kategori cukup. Artinya media pembelajaran cukup tersedia dalam pelaksanaan penjasorkes.

KATA PENGANTAR

Pertama dan utama sekali tidak lupa penulis untuk mengucapkan puji dan Syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“studi tentang pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMA Negeri 1 Ranah Pesisir Kabupaten Pesisir Selatan”**.

Proses penulisan skripsi ini adalah sebagai salah satu syarat untuk melengkapi tugas-tugas dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan di 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. H. Arsil, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragan Universitas Negeri Padang.
2. Drs. Yulifri, M.Pd selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Drs. Hendri Neldi, M.Kes. AIFO selaku pembimbing I dan Dra. Pitnawati, M.Pd sebagai pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan, pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti dalam penulisan skripsi ini.
4. Drs. Zalfendi, M.Kes, Dra. Erianti, M.Pd dan Drs. Kibadra selaku tim penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.

5. Kepala sekolah yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian dan siswa yang telah bersedia meluangkan waktunya dalam melaksanakan proses pengambilan data penelitian skripsi ini.
6. Seluruh staf pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
7. Kedua orang tuaku yang telah memberikan bantuan secara moril maupun materil kepada penulis di dalam penyelesaian skripsi ini.
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, Juli 2013

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
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.....	5
D. Rumusan Masalah.....	5
E. Tujuan Penelitian	6
F. Kegunaan Penelitian	6
BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN	
A. Kajian Teori	
1. Pembelajaran Penjasorkes	8
2. Motivasi Siswa	9
3. Sarana dan Prasarana.....	14
4. Media Pembelajaran	19
B. Kerangka Konseptual	27
C. Pertanyaan Penelitian	28
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	30
B. Waktu dan Tempat Penelitian	30
C. Populasi dan Sampel	30
D. Jenis dan Sumber Data	32
E. Teknik dan Alat Pengumpulan Data	33
F. Instrumen Penelitian.....	34
G. Teknik Analisis Data.....	34

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi

- | | |
|--|----|
| 1. Variabel Motivasi Siswa..... | 36 |
| 2. Variabel Sarana dan Prasarana | 40 |
| 3. Variabel Media Pembelajaran | 43 |

B. Pembahasan.....	46
--------------------	----

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	52
---------------------	----

B. Saran.....	52
---------------	----

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian.....	31
2. Sampel Penelitian.....	32
3. Distribusi Hasil Data Variabel Motivasi Siswa	37
4. Frekuensi Jawaban Motivasi Siswa	38
5. Distribusi Hasil Data Variabel Sarana dan Prasarana	40
6. Frekuensi Jawaban Sarana dan Prasarana	42
7. Distribusi Hasil Data Variabel Media Pembelajaran	43
8. Frekuensi Jawaban Media Pembelajaran	45

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konseptual.....	28
2. Histogram Variabel Motivasi Siswa	37
3. Histogram Variabel Sarana dan Prasarana.....	41
4. Histogram Variabel Media Pembelajaran	44

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

1. Kisi-kisi Kuisioner Penelitian
2. Angket Penelitian
3. Rekap dan Pengolahan Data Motivasi Siswa
4. Rekap dan Pengolahan Data Sarana dan Prasarana
5. Rekap dan Pengolahan Data Media Pembelajaran
6. Surat Izin Penelitian Dari Pemerintah Kab. Pesisir Selatan
7. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitan Dari SMA Negeri 1
Ranah Pesisir Selatan Kab. Pesisir Selatan
8. Dokumentasi Penelitian

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

Dalam Undang-undang no. 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan Nasional yang bertujuan sebagai berikut:

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

Dari kutipan di atas, jelas bahwa sepanjang sejarah kehidupan manusia pendidikan merupakan salah satu aspek yang senantiasa dibutuhkan didalam memenuhi hajat hidup sebagai makhluk yang berakal, berkepribadian, dan bermasyarakat. Karena begitu pentingnya pendidikan bagi manusia, pemerintah berusaha memberikan kesempatan kepada seluruh warga negara untuk mendapatkan pendidikan dan pembelajaran.

Salah satu upaya untuk meningkatkan kualitas pembelajaran sumber daya manusia Indonesia seutuhnya adalah melalui pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga, untuk membiasakan anak hidup sehat sehingga mencapai tingkat

kesegaran jasmani yang baik melalui aktivitas gerak dan atau jasmani. Pada kurikulum di semua tingkatan sekolah yaitu mulai dari SD, SMP dan SMA, terdapat mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan menurut Husdarta (2009:3) pada hakekatnya adalah “proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas fisik dan kesehatan yang menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental dan emosional”. Dengan demikian dapat diartikan bahwa pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang diberikan dalam pembelajaran di sekolah merupakan salah satu pendidikan yang penting dalam meningkatkan kualitas, terutama kualitas gerak peserta didik. Sedangkan tujuan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMA Menurut Depdiknas (2003:6) adalah:

- 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.
- 3) Menumbuhkan kemampuan berfikir kritis melalui tugas-tugas pembelajaran pendidikan jasmani.
- 4) Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggungjawab, kerjasama, percaya diri, dan demokratis melalui aktifitas jasmani.
- 5) Mengembangkan keterampilan gerak dan keterampilan teknik serta strategi berbagai permainan dan olahraga, aktifitas pengembangan, senam, aktifitas ritmik, akuatik (aktifitas air) dan pendidikan luar kelas (outdoor education).
- 6) Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani, serta pola hidup sehat melalui berbagai aktifitas jasmani.
- 7) Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain.
- 8) Mengetahui dan memahami konsep aktivitas jasmani sebagai informasi untuk mencapai kesehatan, kebugaran dan pola hidup sehat.
- 9) Mampu mengisi waktu luang dengan aktivitas jasmani yang bersifat rekreatif.

Sesuai dengan pendapat di atas, maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa pembelajaran penjasorkes di sekolah dapat mengembangkan berbagai keterampilan berbagai keterampilan gerak yang berkaitan dengan aktifitas fisik, membangun landasan kepribadian yang kuat, sikap cinta damai, sikap sosial dan toleransi dalam kontek kemajemukan budaya. Di samping itu juga dapat mengetahui dan memahami konsep pola hidup sehat untuk mencapai kesehatan dan kebugaran jasmani. Oleh sebab itu pelaksanaan pembelajaran penjasorkes dapat dilaksanakan dengan baik sehingga tujuan pembelajaran dapat dicapai.

Tujuan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tersebut dapat dicapai tentu didukung oleh banyak faktor, diantaranya adalah tersedianya sarana dan prasarana yang memadai, guru penjas mempunyai kemampuan dalam memberikan semua materi sesuai dengan yang ada dalam kurikulum, metode dan media pembelajaran, lingkungan belajar yang nyaman dan kondusif, sosial ekonomi orang tua siswa, pengawasan dan perhatian orang tua terhadap anaknya dalam belajar dan minat serta motivasi siswa dalam pembelajaran penjasorkes.

Berdasarkan observasi awal melalui wawancara singkat yang penulis lakukan pada guru penjasorkes di SMA Negeri I Ranah Pesisir, yang mengatakan bahwa pelaksanaan pembelajaran penjasorkes belum terlaksana dengan baik. Hal ini di sebabkan oleh beberapa faktor, diaratanya sarana dan prasarana yang diperlukan dalam pembelajaran,

metode, media pembelajaran, minat, motivasi siswa dalam belajar, lingkungan belajar dan sebagainya.

Selanjutnya pada saat penulis melihat ke lapangan pada saat siswa mengikuti pembelajaran penjasorkes, terlihat bahwa minat dan motivasi siswa. Hal ini diketahui dari sikap dan cara siswa dalam belajar, banyak yang santai, kurang serius dan ada pula yang malas melakukan gerakan yang ditugaskan guru penjas, mereka lebih memilih duduk-duduk menonton temannya bermain, khususnya siswa putri bersikap seperti itu. Kemudian penulis juga bertanya pada beberapa orang siswa, ternyata sikap siswa seperti itu mereka mengatakan karena media, sarana dan prasarana dalam pembelajaran penjasorkes tidak menarik bagi mereka dan tidak tersedia sesuai dengan kebutuhan atau jumlah siswa, serta lain-lain sebagainya.

Dari uraian di atas, maka jelaslah bahwa yang jadi permasalahan dalam penelitian ini adalah pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMA Negeri 1 Ranah Pesisir kurang berjalan sebagai mana mestinya. Oleh sebab itu pada kesempatan ini penulis berkeinginan untuk melakukan suatu penelitian tentang pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMA Negeri I Ranah Pesisir Kabupaten Pesisir Selatan. Hasil penelitian ini nantinya diharapkan dapat mengungkapkan gambaran secara nyata atau mendekati kebenaran, sehingga dapat dijadikan sebagai solusi dalam memecahan permasalahan yang terjadi nantinya.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka masalah penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Ketersediaan sarana dan prasarana.
2. Motivasi siswa.
3. Minat belajar.
4. Media pembelajaran
5. Metoda pembelajaran.
6. Lingkungan belajar
7. Sosial ekonomi.
8. Pengawasan dan perhatian orang tua
9. Dukungan kepala sekolah.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka permasalahan dalam penelitian ini hanya terbatas pada:

1. Motivasi Siswa
2. Sarana dan prasarana
3. Media pembelajaran.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah peneliti uraikan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana motivasi siswa dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SMA Negeri 1 Ranah Pesisir Kabupaten Pesisir Selatan.
2. Bagaimana sarana dan prasarana dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SMA Negeri 1 Ranah Pesisir Kabupaten Pesisir Selatan.
3. Bagaimana media pembelajaran dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmania, olahraga dan kesehatan di SMA Negeri 1 Ranah Pesisir Kabupaten Pesisir Selatan.

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian yang akan dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Motivasi siswa terhadap pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SMA Negeri 1 Ranah Pesisir Kabupaten Pesisir Selatan.
2. Sarana dan prasarana dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SMA Negeri 1 Ranah Pesisir Kabupaten Pesisir Selatan.
3. Media pembelajaran dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SMA Negeri 1 Ranah Pesisir Kabupaten Pesisir Selatan.

F. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini nantinya diharapkan berguna bagi:

1. Penulis, sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Guru penjas sebagai masukan dan tambahan pengetahuan dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.
3. Kepala Sekolah sebagai pengambil keputusan dalam pengadaan media pembelajaran, sarana dan prasarana yang dibutuhkan, khususnya dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan
4. Siswa sebagai masukan pentingnya motivasi dalam pelaksanaan pembelajaran pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.
5. Mahasiswa sebagai bahan referensi dalam meneliti kajian yang sama secara lebih mendalam dengan jumlah sampel yang lebih banyak.

BAB II

TINJAUAN PERPUSTAKAAN

A. Kajian Teori

1. Pembelajaran Penjasorkes

Belajar dan pembelajaran merupakan peristiwa sehari-hari yang terjadi di sekolah. Menurut Gagne dalam Dimiyati dkk (2006:10) belajar adalah "merupakan kegiatan yang kompleks, setelah belajar orang memiliki keterampilan, pengetahuan, sikap dan nilai". Dengan demikian bila dikaitkan dengan belajar penjasorkes dapat diartikan sebagai proses pendidikan sehingga siswa memiliki pengetahuan, keterampilan, sikap dan nilai yang terkandung dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.

Dalam Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Nomor 23 Tahun 2006 (2006:195) dijelaskan bahwa:

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan social, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional".

Berdasarkan kutipan di atas, maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa melalui pendidikan jasmani dapat meningkatkan keterampilan gerak, kebugaran jasmani dan membiasakan pola hidup sehat serta

stabilitas emosional dapat ditingkatkan. Oleh sebab itu di sekolah pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan betul-betul dapat terlaksana dengan sebaik-baiknya. Sehingga tujuan pembelajaran penjasorkes dapat dicapai dengan baik.

Pengalaman belajar penjasorkes dapat disajikan, sehingga membantu peserta didik untuk memahami mengapa manusia bergerak dan bagaimana cara melakukan gerakan secara aman, efektif dan efisien. Pengalaman tersebut dilaksanakan secara terencana, bertahap dan berkelanjutan agar dapat meningkatkan sikap positif bagi diri sendiri sebagai pelaku, dan menghargai manfaat aktivitas jasmani bagi peningkatan kualitas hidup seseorang, sehingga akan terbentuk jiwa sportif dan gaya hidup sehat.

2. Motivasi Siswa

a. Pengertian Motivasi

Motivasi merupakan sumber penggerak dan pendorong untuk melakukan aktifitas atas kemauannya sendiri dan siswa dapat memenuhi kebutuhannya. Menurut Sadirman (2007:73) “motivasi adalah perubahan energi dalam diri seseorang yang ditandai dengan munculnya “feeling” dan didahului dengan tanggapan terhadap adanya tujuan”. Sementara Hamalik (2008:158) mengatakan bahwa: "Motivasi adalah perubahan energi dalam diri (pribadi) seseorang yang ditandai dengan timbulnya perasaan dan reaksi untuk mencapai tujuan".

Berdasarkan dua pendapat yang telah dikemukakan pada halaman sebelumnya, maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa motivasi dapat diartikan sebagai timbulnya reaksi, dan perasaan, sehingga terjadi perubahan energi dalam diri (pribadi) seseorang. Begitu juga bagi seorang siswa dalam belajar penjasorkes memiliki motivasi akan terlihat dari perubahan energy dan timbulannya reaksi dan perasaan dalam mencapai tujuan.

Selanjutnya Dimiyati dkk (2006:80) mengatakan bahwa motivasi dipandang sebagai “dorongan mental yang menggerakkan dan mengarahkan perilaku manusia, termasuk perilaku belajar. Dalam motivasi adanya keinginan yang mengaktifkan, menggerakkan, menyalurkan, dan mengarahkan sikap, dan perilaku individu belajar”. Artinya motivasi dapat mengarahkan siswa untuk berperilaku belajar, sehingga dalam dirinya ada dorongan, keinginan untuk mencapai suatu tujuan.

Untuk meningkatkan motivasi siswa ada dua faktor yang mempengaruhi yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal adalah dorongan yang datang dari dalam diri manusia itu sendiri seperti, minat, cita-cita dan kemampuan dasar yang dimiliki seseorang. Sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang datang dari luar dirinya, yang dapat bersumber dari lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat. Begitu juga motivasi siswa dalam pelaksanaan pembelajaran penjasorkes di SMA Negeri 1 Ranah Pesisir Kabupaten Pesisir Selatan, dapat dipengaruhi kedua faktor yaitu faktor internal dan eksternal.

b. Jenis-Jenis Motivasi

Motivasi terdiri dari dua jenis yaitu seperti yang dikemukakan oleh Dimiyati dkk (2006:86) yaitu “motivasi primer dan motivasi sekunder, motivasi primer adalah motivasi yang didasarkan pada motif-motif dasar, dan motivasi sekunder yaitu motivasi yang dipelajari”. Sementara Setyobroto (2002:24) mengatakan motivasi terdiri dari dua jenis yaitu “a) motivasi intrinsik, dan b) motivasi ekstrinsik”.

Prayitno (1989:101) mengartikan motivasi intrinsik adalah “motivasi yang timbul dalam diri sendiri yang semata-mata demi berlangsungnya tindakan yang sebaik-baiknya dengan hasil yang maksimal”. Artinya motivasi instrinsik yaitu motivasi yang munculnya dari dalam diri sendiri atau dapat juga dikatakan seorang siswa terlibat dalam suatu kegiatan bila menurutnya bermanfaat dan atas keinginan sendiri dia mengikuti kegiatan tersebut.

Selanjutnya dapat juga dikatakan bahwa motivasi intrinsik merupakan motif-motif yang berfungsi aktif dalam diri manusia, tanpa adanya pengaruh dari luar. Dalam arti lama motivasi ini muncul dari kesadaran dini sendiri yang memiliki tujuan menjadikan seseorang menjadi lebih terdidik dan berpengetahuan dalam suatu objek tertentu. Sedangkan menurut Hamalik (2008:159) mengatakan "motivasi ekstrinsik adalah "dorongan yang berasal dari luar diri individu yang menyebabkan individu tersebut berpartisipasi dalam suatu kegiatan". Dengan demikian dapat diartikan motivasi ekstrinsik muncul dalam diri seseorang karena

ada pengaruh dari luar, sehingga dia mau melakukan suatu kegiatan seperti kegiatan belajar dalam pembelajaran penjasorkes.

Dalam penjelasan lain oleh Hamalik (2008:159) mengatakan bahwa "Motivasi mempunyai dua komponen dalam (*inner component*) dan komponen luar (*outer component*). Komponen dalam yaitu perubahan dalam diri seseorang, keadaan tidak merasa puas dan ketegangan psikologis sedangkan komponen luar ialah apa yang diinginkan seseorang, tujuan yang menjadi arah kelakuannya. Jadi komponen dalam adalah kebutuhan-kebutuhan yang ingin dipuaskan sedangkan komponen luar adalah tujuan yang hendak dicapai.

c. Prinsip Motivasi.

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

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

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

d. Cara menggerakkan motivasi belajar siswa

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

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

senang menonton film dan gambaran serta isi cerita film lebih menarik perhatian dan minat siswa dalam belajar, 11) belajar melalui radio, mendengarkan radio lebih menghasilkan dari pada mendengarkan ceramah guru. Namun demikian, radio tidak mungkin dapat menggantikan kedudukan guru dalam mengajar.

Dari uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa dalam upaya meningkatkan gairah belajar bagi siswa terutama pada bidang studi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan siswa akan lebih merasa puas dan akan dapat meningkatkan motivasi belajarnya, dengan demikian faktor-faktor yang ikut mempengaruhi motivasi cukup komplit begitu juga motivasi siswa di SMA Negeri 1 Ranah Pesisir Kabupaten Pesisir Selatan.

e. Peranan Motivasi dalam Pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

Motivasi dalam pembelajaran penjasorkes penting artinya sebagai pendorong, penggerak, dan dapat membangkitkan, meningkatkan semangat untuk tujuan belajar. Menurut Uno (2008:27) mengatakan bahwa “motivasi dapat berperan dalam penguat belajar apabila seorang anak yang belajar dihadapkan pada suatu masalah yang memerlukan pemecahan, dan hanya dapat dipecahkan berkat bantuan hal-hal yang pernah dilaluinya”.

Sementara Tohar (2004:35) mengatakan "Untuk mencapai prestasi maksimal dalam pembelajaran penjasorkes perlu adanya motivasi untuk membangkitkan semangat juang dalam belajar dengan demikian fungsi motivasi dalam pembelajaran penjasorkes adalah sebagai: (1) Memberikan kekuatan semangat (energizer) kepada seseorang dalam melakukan

kegiatan belajar atau kegiatan olahraga, (2) Mengarahkan (*direct*) kegiatan yang perlu dilakukan untuk mencapai tujuan, (3) Memilih dan mengarahkan pada tingkah laku yang tepat.

3. Sarana dan Prasarana

a. Pengertian Sarana Prasarana

Sarana dalam Kamus Bahasa Indonesia (2002:999) adalah “segala sesuatu yang dapat dipakai sebagai alat dalam mencapai maksud dan tujuan, alat; media. Sarana pendidikan sering disalah artikan dengan peralatan pendukung, padahal sarana merupakan wadah dari pesan yang oleh sumber atau penyalurnya ingin diteruskan kepada sasaran atau penerima pesan tersebut, materi yang ini disampaikan adalah pesan pembelajaran, dan tujuan yang ingin dicapai adalah tercapainya proses belajar”.

b. Mengapa Sarana Diperlukan

Pada mulanya sarana hanya berfungsi sebagai alat bantu visual dalam kegiatan belajar mengajar yaitu berupa media yang dapat memberikan pengalaman visual kepada siswa, yaitu untuk mendorong motivasi siswa belajar, memperjelas daya serap atau retens belajar. Dengan konsepsi yang semakin mantap, fungsi sarana dalam kegiatan pembelajaran tidak sekedar peraga bagi guru melainkan pembawa informasi atau pesan yang dibutuhkan siswa. Dengan demikian tugas guru dapat lebih berpusat pada bimbingan dan penyuluhan individual

dan pengelolaan kegiatan belajar mengajar.

Sarana dan prasarana merupakan alat menunjang kelancaran pelaksanaan pendidikan, sarana dan prasarana pendidikan yang ada disekolah terdiri dari barang bergerak baik yang habis dipakai maupun yang tidak habis. Dalam buku Belajar dan Pembelajaran oleh Nirwana Dkk (2004:52);

"Sarana pendidikan mencakup semua peralatan dan perlengkapan yang digunakan secara langsung untuk menunjang kelancaran proses pendidikan disekolah seperti meja, kursi, papan tulis, alat-alat pelajaran, alat-alat tulis dan sebagainya. Sedangkan yang dimaksud dengan prasarana adalah semua peralatan atau perlengkapan yang digunakan dan secara tidak langsung menunjang jalannya proses pendidikan disekolah, seperti perpustakaan, kafetaria, WC, mushalla, halaman, taman sekolah dan sebagainya".

Dari pernyataan di atas disebutkan bahwa sarana dan prasarana secara langsung memberikan kelancaran didalam proses belajar dan pembelajaran disekolah, maka sarana dan prasarana olahraga merupakan alat penunjang kegiatan pembelajaran penjas disekolah sehingga memberikan motivasi kepada siswa untuk belajar.

c. Sarana Dan Prasarana Yang Diperlukan

Sarana dan prasarana yang diperlukan dalam pembelajaran penjasorkes di sekolah, Sardiman (2003:47) dalam media pendidikan meliputi :

- 1) Pakaian, harus disesuaikan dengan etnis kegiatan/ latihan yang dilakukan.
- 2) Alat-alat kesehatan untuk memantau/mengukur

kondisi tubuh, misanya stopwatch, pluit. 3) Alat-alat untuk menunjang kegiatan tersebut seperti bola kaki, bola voli, bola takraw, dan lain sebagainya. 4) Lapangan/halaman terbuka adalah suatu arena terbuka yang terdapat dilingkungan masing-masing atau wilayah setempat yang dapat dimanfaatkan untuk kegiatan latihan kesegaran jasmani/olahraga maupun rekreasi, arena tersebut dapat berupa jalanan umum, lapangan parkir, halaman sekolah, halaman kantor, jalan setapak, sungai, bukit dan sebagainya.

Sarana dan prasarana alat belajar mengajar pendidikan jasmani dan kesehatan merupakan media yang sering digunakan dalam proses pendidikan jasmani dan kesehatan. Pengenalan tentang fungsi dan kemampuan sarana ini sangat penting artinya bila sarana akan merupakan bagian integral dari system pembelajaran penjas karena dasar kebijakan dalam pemilihan, pengembangan, maupun pemanfaatan sarana pendidikan tidak terlepas dari pengetahuan.

Sarana pendidikan adalah alat segala hal yang digunakan untuk meneruskan dan mentransmisikan pesan yang terkandung dalam pembelajaran. Sarana pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan terhitung lebih banyak, baik jumlahnya maupun macamnya. Ada sarana asli yaitu sarana yang dipakai dalam permainan atau kegiatan olahraga sebenarnya seperti bola dengan ukurannya sebenarnya, sasaran dalam atletik seperti lempar lembing, tolak peluru, lempar cakram, dan lain sebagainya. Selain itu ada pula alat pelajaran pendidikan jasmani yang dibuat sendiri seperti bangku loncatan, matras, bola kasti dan lain sebagainya. Guru pendidikan jasmani harus bisa memanfaatkan sarana

ini dengan baik sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai.

Selanjutnya Sadiman Dkk (2003:97) dalam media pembelajaran menerangkan: Sarana sebagai bagian dari system pembelajaran, sarana mempunyai nilai-nilai praktis berupa kemampuan/ keterampilan motorik :

1) Memungkinkan para siswa berinteraksi langsung dengan lingkungannya. 2) Memungkinkan keseragaman pengamatan dan persepsi bagi pengalaman belajar siswa. 3) Membangkitkan, motivasi belajar siswa. 4) Menyajikan informasi belajar secara konsisten dan dapat diulang maupun disimpan. 5) Memberikan kesan perhatian individual untuk seluruh anggota kelompok belajar. 6) Menyajikan pesan atau informasi belajar secara serempak, mengatasi batasan waktu ataupun ruang. 7) Mengontrol arah maupun kecepatan belajar siswa.

Kemudian sarana dan prasarana olahraga adalah segala sesuatu yang menunjang pencapaian dalam memberikan pengetahuan kepada siswa tentang gerakan olahraga, yang sengaja dipersiapkan oleh guru mata pelajaran dan seseorang yang sedang belajar atau sedang membelajarkan. Sarana dan prasarana dapat berbentuk gedung, lapangan, alat olahraga dan media lain sebagainya.

Sarana dan prasarana yang cukup memadai merupakan hal yang perlu diperhatikan dalam pembelajaran penjas disekolah, namun hal ini bukan merupakan sesuatu yang perlu ditonjolkan untuk dijadikan alasan tidak dapat terselenggaranya kegiatan tersebut. Sarana dan prasarana merupakan media dalam menunjang kegiatan pembelajaran penjas disekolah karena tujuan dari sarana dan prasarana itu sendiri adalah untuk meningkatkan hasil pembinaan kesegaran jasmani disekolah

maka diperlukan sarana dan prasarana latihan yang sesuai, sehingga tujuan pembelajaran pendidikan jasmani disekolah dapat tercapai dengan baik.

Sarana dan prasarana adalah media pendidikan yang mana salah satu unsur dalam tercapainya proses belajar mengajar, menggunakan sarana dan prasarana adalah upaya agar proses pembelajaran lebih efektif dan efisien, dan seorang guru haruslah mampu dan terampil mendayagunakan sarana dan prasarana dalam proses pembelajaran. Sarana dan prasarana merupakan media pengajaran yang dapat menyalurkan pesan, perasaan, yang dapat merangsang pikiran, perasaan, yang dapat mendorong terjadinya proses belajar mengajar pada diri siswa, penggunaan sarana dan prasarana secara kreatif dapat memungkinkan siswa belajar lebih banyak mengetahui apa yang dipelajari dengan baik dan dapat meningkatkan keterampilan dan pengetahuan mereka sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai.

Ketersediaan sarana dan prasarana belajar merupakan salah satu aspek yang amat penting dalam menunjang kesuksesan siswa dalam mencapai hasil belajar yang optimal. Sarana belajar yang dimaksud disini adalah materi dan perlengkapan serta peralatan yang digunakan oleh siswa dalam kegiatan belajar dikelas, sekolah, maupun di rumah. Sarana belajar yang diharapkan tersedia dan bermanfaat secara baik sehingga dapat merangsang minat siswa dalam belajar.

Sarana dan prasarana yang memadai merupakan faktor yang

sangat penting artinya didalam pencapaian keberhasilan dunia pendidikan umumnya dan mata pelajaran pendidikan jasmani khususnya. Di dalam proses pembelajaran di Sekolah Dasar, kedudukan sarana pendidikan penunjang untuk dapat berjalannya suatu proses belajar mengajar secara efektif dan efisien. Karena sukar untuk mempertanggung jawabkan apabila perlengkapan pendidikan kita adakan sebelum secara pasti kebutuhan yang muncul dalam proses berlangsungnya belajar mengajar sebagai terjemahan kurikulum.

Selanjutnya sarana dan prasarana dapat mempercepat proses interaksi belajar mengajar lebih efektif dan efisien. Apa lagi dunia pendidikan sekarang ini yang serba menggunakan alat teknologi moderen untuk tercapainya keberhasilan didunia pendidikan khususnya pendidikan jasmani. Dengan adanya sarana dan prasarana olahraga yang memadai diharapkan proses pembelajaran pendidikan jasmani dapat pula tercapai dengan baik, sesuai dengan tujuan yang diharapkan dalam kurikulum yang telah digariskan.

4. Media Pembelajaran

a. Pengertian Media Pembelajaran

Media pembelajaran salah satu fasilitas dalam belajar yang berperan penting dalam mendukung proses belajar. Media berasal dari bahasa Latin *medius* yang berarti tengah, perantara, atau pengantar

(Arsyad, 2011:3).Pendapat ini didukung oleh Heinich, dkk (1996:8) "*Media is a channel communication*". Media merupakan sebuah saluran komunikasi.

Komunikasi memainkan peranan penting dalam interaksi manusia, demikian juga dalam proses pembelajaran. Jika cara dan saluran komunikasi ini baik, pemahaman tentang pesan atau informasi demikian pula. Sehingga media sebagai alat komunikasi memiliki peranan penting dalam pembelajaran, media dipergunakan dalam menyampaikan materi.

Sementara Miarso dalam Rusman dkk (2011:170) yang menyatakan "Media pembelajaran adalah segala sesuatu yang digunakan untuk menyalurkan pesan serta dapat merangsang pikiran, perasaan perhatian dan kemauan si belajar sehingga dapat mendorong terjadinya proses belajar yang disengaja, bertujuan dan terkendali". Media merupakan wahana penyalur informasi belajar. Perhatian dan pikiran siswa akan tertuju pada materi dalam media yang sedang digunakan. Ditambah dengan beberapa penjelasan, maka persepsi guru dengan murid tentang materi pembelajaran akan menjadi sama.

Pengertian yang lebih luas dinyatakan oleh Gerlach dan Ely dalam Arsyad (2011:3) bahwa "Media apabila dipahami secara garis besar adalah manusia, materi atau kejadian yang membangun kondisi yang membuat siswa mampu memperoleh pengetahuan, keterampilan dan sikap". Dalam pengertian ini, media tidak hanya sebatas alat,

namun segala hal yang mendukung proses belajar mengajar. Tenaga pengajar, buku teks dan lingkungan belajar merupakan media. Dengan demikian ada berbagai komponen dalam lingkungan siswa dapat memberikan rangsangan untuk belajar.

National Education Association memberikan definisi "Media sebagai bentuk-bentuk komunikasi baik tercetak maupun audio-visual dan peralatannya, dengan demikian, media dapat dimanipulasi, dilihat, didengar atau dibaca" (Arsyad, 2011:5). Pengertian tersebut mengedepankan jenis-jenis dari media pembelajaran dan cara penggunaannya. Penggunaan media merupakan pemberdayaan teknologi dalam pengajaran, menggunakan ilmu pengetahuan untuk mempermudah suatu aktivitas belajar, yaitu ilmu pengetahuan tentang pemanfaatan media.

Dengan demikian media menunjukkan fungsi dan perannya, yaitu mengatur hubungan yang efektif antara dua pihak utama dalam proses belajar, pembelajar dan pelajaran. Sehingga media yang membawa pesan-pesan atau informasi yang bertujuan instruksional atau mengandung maksud-maksud pengajaran, maka media itu disebut media pembelajaran.

b. Pentingnya Media Dalam Pembelajaran

Beberapa ahli telah menyatakan pentingnya media sebagai alat penyampaian informasi. Media pembelajaran jenisnya bermacam-macam, baik yang bersifat audio, visual, maupun audio dan visual.

Media pembelajaran juga merupakan hasil dari kecanggihan teknologi yang berkembang dewasa ini. Seperti pengelompokan jenis media dilihat dari segi perkembangan teknologi yang dikemukakan oleh Seels dan Gaslow dalam Arsyad (2011:33), dibagi ke dalam dua kategori luas, yaitu “pilihan media tradisional, dan pilihan media teknologi mutakhir”. Media tradisional dan teknologi mutakhir tentu ada perbedaannya. Perbedaan dari segi bentuk, fungsi, maupun cara penggunaannya. Pilihan media tradisional berupa media visual diam tak diproyeksikan dan yang diproyeksikan, audio, penyajian multimedia, visual dinamis yang diproyeksikan, media cetak, permainan, dan media realia.

Sedangkan media teknologi mutakhir antara lain media berbasis telekomunikasi seperti *teleconference*, dan media berbasis mikroprosesor yakni permainan komputer dan *hypermedia* (Juliandra, 2009). Kemudian Heinich dkk (1996:8) mengklasifikasikan berbagai media untuk pembelajaran, sebagai berikut:

- 1) *Nonprojected media such as photograph, diagram, display, and models.*
- 2) *Projected media such as slides, filmstrip, overhead, transparencies, and computer projection.*
- 3) *Audio media such as cassettes and compact disc.*
- 4) *Motion media such as video and film.*
- 5) *Computer-mediated instruction.*
- 6) *Computer-based multimedia and hypermedia.*
- 7) *Media such as radio and television used for distance learning.*

Nonprojected media adalah media yang tidak diproyeksikan dan dalam pemanfaatannya bersifat diam (tidak bergerak). *Projected media*

adalah media yang dapat diproyeksikan. Slide dan transparan masuk kategori ini. Untuk media audio, selama pembelajaran hanya bisa didengarkan saja. Media audio ini bisa berupa kaset dan CD yang di dalamnya bermuatan pelajaran-pelajaran.

Lain halnya dengan *motion media*, selain pengguna dapat mendengar suaranya, media ini juga dapat dilihat dan bergerak. *Computer-mediated instruction*, klasifikasi ini menjadikan komputer sebagai alat bantu selama pelajaran berlangsung. Secara sederhana, dapat diartikan sebagai pembelajaran yang dimediasi dengan komputer (dua atau lebih pemelajar yang saling berinteraksi dengan dengan dijembatani oleh komputer). Sedangkan *computer-based multimedia and hypermedia* menggunakan komputer berbasis multimedia dari hypermedia.

Menurut Hoostteter dalam Rusman (2010:296) multimedia adalah "Penggunaan komputer untuk menyajikan dan menggabungkan teks, suara, gambar, animasi dan video dengan alat bantu (*tool*) dan koneksi (*link*) sehingga pengguna dapat melakukan navigasi, berinteraksi, berkarya dan berkomunikasi". Multimedia menggabungkan berbagai unsur media untuk meningkatkan hasil pembelajaran. Sedangkan mengenai pengertian hypermedia dikemukakan oleh Fitra (2012) adalah "Komputer berbasis sistem temu kembali informasi yang memungkinkan pengguna untuk memperoleh atau menyediakan akses ke rekaman teks, audio dan video, foto, dan gratis komputer yang

berhubungan dengan topik tertentu".

Itulah beberapa jenis media pembelajaran yang dikemukakan oleh beberapa ahli. Dalam aplikasinya media tradisional maupun modern atau teknologi mutakhir sering dipergunakan selama proses belajar mengajar. Media-media tersebut memberikan manfaat yang besar bagi proses pembelajaran.

c. Fungsi /Manfaat Media Pembelajaran

Belajar merupakan rangkaian suatu proses yang dilakukan secara berkesinambungan dengan melibatkan seluruh komponen tubuh, sehingga menghasilkan suatu perubahan dalam diri sipembelajar.

Dalam hal ini De Potter (2010:6) mengemukakan bahwa:

Belajar melibatkan semua aspek kepribadian manusia, baik itu pikiran, perasaan, tubuh, di samping pengetahuan, sikap dari keyakinan sebelumnya serta persepsi masa datang. Dengan demikian, karena belajar berurusan dengan orang keseluruhan, hak untuk memudahkan belajar tersebut harus diberikan oleh pelajar dan diraih oleh guru.

Dalam belajar perlu situasi yang memudahkan proses pembelajaran.

Di sinilah letaknya fungsi media pembelajaran yaitu untuk memudahkan proses pembelajaran. Selain itu media sangat penting dalam meningkatkan kualitas proses pembelajaran. Media pembelajaran dapat membantu siswa meningkatkan pemahaman, menyajikan data dengan menarik dan terpercaya, memudahkan penafsiran data, dan memadatkan informasi.

Sebagaimana yang dikemukakan oleh Yunus dalam Arsyad (2011:16), bahwa "Media pembelajaran paling besar pengaruhnya bagi indera dan lebih dapat menjamin pemahaman. Orang yang mendengarkan saja tidaklah sama tingkat pemahamannya dan lamanya bertahan apa yang dipahami dibandingkan dengan mereka yang melihat, atau melihat dan mendengarnya". Hal yang senada mengenai kegunaan media, dijelaskan oleh Hamalik dalam Rusman, dkk (2011:172) antara lain:

- (1) Untuk mewujudkan situasi pembelajaran yang efektif, (2) penggunaan media merupakan bagian integral dalam sistem pembelajaran, (3) media pembelajaran penting dalam rangka mencapai tujuan pembelajaran, (4) penggunaan media dalam pembelajaran adalah untuk mempercepat proses pembelajaran dan membantu siswa dalam upaya memahami materi yang disajikan oleh guru dalam kelas, (5) penggunaan media di dalam pembelajaran dimaksudkan untuk mempertinggi mutu pendidikan.

Manfaat media pembelajaran dalam rangka pencapaian tujuan pembelajaran sangat nyata. Media pembelajaran tidak dapat dipisahkan dari proses pembelajaran. Menjadi satu kesatuan untuk menciptakan proses belajar mengajar yang bermutu. Penyampaian informasi lewat media dapat dilakukan lebih mudah dan menarik serta membantu siswa untuk dapat lebih memahami materi belajar. Tujuan pembelajaran dapat tercapai sebagaimana yang diharapkan.

Selain menarik perhatian, media dapat menimbulkan antusiasme

dan rasa senang. Penggunaan media dalam belajar dapat membangkitkan keinginan dan minat yang baru atas hal yang sedang dipelajari, meningkatkan motivasi, serta membawa pengaruh-pengaruh positif lainnya bagi psikologis siswa. Hal ini dijelaskan juga oleh Ibrahim dalam Arsyad (2011:16), yang menyatakan betapa pentingnya media pembelajaran karena "Media pembelajaran membawa dan membangkitkan rasa senang dan gembira bagi murid-murid dan memperbarui semangat mereka, membantu memantapkan pengetahuan pada benak para siswa, serta menghidupkan pelajaran".

Masih banyak manfaat yang bisa didapatkan dengan menggunakan media pembelajaran. Empat fungsi media pembelajaran, khususnya media visual, antara lain: 1) fungsi atensi, 2) fungsi afektif, 3) fungsi kognitif, dan 4) fungsi kompensatoris. Pada fungsi atensi, media pembelajaran dapat mengarahkan perhatian pembelajar sehingga pada akhirnya akan mampu memusatkan pikirannya dalam belajar. Fungsi afektif yakni fungsi media yang berkenaan dengan emosi peserta didik. Menggunakan media pembelajaran akan dapat menggugah emosi dan sikap peserta didik. Seperti yang diungkapkan oleh ahli-ahli sebelumnya, bahwa menggunakan media dapat menimbulkan rasa senang dan semangat yang tinggi (Levie dan Lentz dalam Arsyad, 2011:16).

Lambang visual atau gambar yang ada dalam media memperlancar pencapaian tujuan untuk memahami dan mengingat

informasi atau pesan yang terkandung dalam gambar, inilah fungsi kognitif dari media. Sedangkan fungsi kompensatoris pada media pembelajaran, adalah untuk mengakomodasikan siswa yang lemah dan lambat menerima dan memahami isi pembelajaran yang disajikan dengan teks atau disajikan secara verbal. Fungsi ini memenuhi kebutuhan peserta didik yang berbeda karakteristik, karena setiap orang memiliki perbedaan cara untuk bisa memahami materi belajar.

Jika diperhatikan dengan seksama, semua fungsi media pembelajaran yang dirumuskan oleh para ahli di atas selaras. Media menjadi suatu alat yang bermanfaat untuk memudahkan proses pembelajaran. Di samping itu, media menjadi alat yang mampu meningkatkan kualitas proses pembelajaran dan hasilnya.

Dalam menggunakan dan memilih media pembelajaran ada beberapa hal yang mesti dipertimbangkan. Beberapa jenis media cocok untuk pembelajaran tertentu. Mempelajari materi pembelajaran teori tentu berbeda media yang digunakan dengan belajar keterampilan gerak seperti olahraga, kesenian, tari-tarian. Menurut Sosiawan, ada beberapa pertimbangan untuk memilih media pembelajaran, yaitu: 1) pemilihan media bukan semata-mata didasarkan atas kesenangan pengajar, 2) pemilihan media atas dasar karakteristik pembelajaran, sehingga lebih efektif dan efisien, 3) biaya dan peralatan media yang digunakan, 4) waktu dan konteks penggunaan media, dipilih media yang cocok dengan waktu belajar

yang tersedia (<http://edwi.dosen.upynyk.ac.id>). Pada akhirnya, penggunaan media yang tepat dapat mengoptimalkan proses pembelajaran menjadi lebih jelas, menarik, interaktif, efisien.

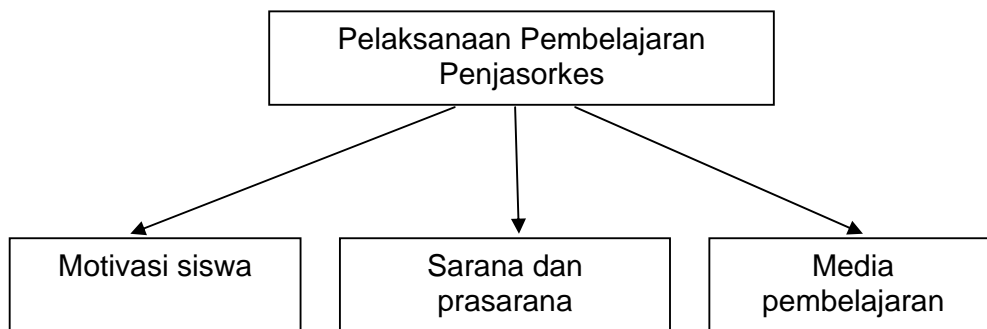
B. Kerangka Konseptual

Pelaksanaan pembelajaran penjasorkes di SMA Negeri 1 Ranah Pesisir Kabupaten Pesisir Selatan akan berhasil apabila dilaksanakan melalui program pelaksanaan pembelajaran yang terencana dan terarah. Dalam proses penjasorkes ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pelaksanaan pembelajaran penjasorkes tersebut. Di antaranya adalah motivasi siswa, sarana dan prasarana, serta media pembelajaran.

Motivasi siswa dalam pembelajaran penjasorkes penting artinya karena dengan motivasi adanya keinginan yang mengaktifkan, menggerakkan, menyalurkan, dan mengarahkan sikap, dan perilaku individu belajar. Artinya motivasi dapat mengarahkan siswa untuk berperilaku belajar, sehingga dalam dirinya ada dorongan, keinginan untuk mencapai suatu tujuan.

Sedangkan sarana dan prasarana merupakan wadah dari pesan yang oleh sumber atau penyalurnya ingin diteruskan kepada sasaran atau penerima pesan tersebut, materi yang ini disampaikan adalah pesan pembelajaran, dan tujuan yang ingin dicapai adalah tercapainya proses belajar. Selanjutnya yang dapat mempengaruhi pelaksanaan pembelajaran penjasorkes tersebut yaitu media pembelajaran.

Media pembelajaran merupakan salah satu fasilitas dalam belajar yang berperan penting dalam mendukung proses belajar. Media berasal dari bahasa Latin *medius* yang berarti tengah, perantara, atau pengantar. Dengan demikian tiga faktor atau variabel inilah yang diteliti di dalam pelaksanaan pembelajaran penjasorkes di SMA Negeri 1 Ranah Pesisir Kabupaten Pesisir Selatan. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar 1.



Gambar 1. Kerangka Konseptual

C. Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimanakah motivasi siswa dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SMA Negeri 1 Ranah Pesisir Kabupaten Pesisir Selatan.
2. Bagaimanakah sarana dan prasarana dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SMA

Negeri 1 Ranah Pesisir Kabupaten Pesisir Selatan.

3. Bagaimanakah media pembelajaran dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SMA Negeri 1 Ranah Pesisir Kabupaten Pesisir Selatan.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Berpedoman pada temuan hasil penelitian tentang pelaksanaan pembelajaran penjasorkes di SMA Negeri 1 Ranah Pesisir Kabupaten Pesisir Selatan. Maka dapat diberikan beberapa kesimpulan dan saran yakni sebagai berikut:

A. Kesimpulan

1. Variabel motivasi siswa diperoleh tingkat capaian sebesar 61,32%, berada pada kategori kurang. Artinya siswa kurang memiliki motivasi dalam pelaksanaan pembelajaran penjasorkes.
2. Variabel sarana dan prasarana diperoleh tingkat capaian sebesar 55,87%, berada pada kategori kurang. Artinya sarana dan prasarana dalam pembelajaran kurang tersedia dengan baik.
3. Variabel media pembelajaran diperoleh tingkat capaian sebesar 79%%, berada pada kategori cukup. Artinya media pembelajaran cukup tersedia dalam pelaksanaan penjasorkes.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah dikemukakan di atas , maka saran-saran yang dapat ditujukan kepada:

1. Guru penjasorkes agar:
 - a. Berusaha dan berupaya menumbuhkan dan meningkatkan motivasi siswa dalam pembelajaran penjasorkes dengan cara melakukan modifikasi, dan menjayajikan materi pembelajaran dengan menggunakan multimedia.

- b. Melibatkan secara keseluruhan siswa dalam proses pembelajaran, sehingga siswa menjadi aktif dan pelaksanaan pembelajaran penjasorkes dapat berjalan dengan baik.
 - c. Menciptakan suasana belajar yang kondusif, aman dan nyaman karena hal ini dapat menumbuhkan semangat siswa dalam belajar.
2. Siswa agar senantiasa mengikuti proses pembelajaran penjasorkes dengan baik, dalam arti serius, tekun dan menganggap hal tersebut sebagai suatu kebutuhan yang harus dipenuhi.
 3. Pihak sekolah agar menambah sarana dan prasarana, serta media pembelajaran, sehingga pelaksanaan pembelajaran penjasorkes dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Arsyad, Azhar. 2011. *Media Pembelajaran*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Depdiknas, 2006. *Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan*. Jakarta.
- Dimiyati, 2006. *Belajar dan Pembelajaran*, Jakarta : Rineke Cipta.
- Fitra, Alpa. 2012. *Graphics, Hypermedia dan Multimedia*. Jakarta.
- Heinich, dkk 1996. *Instructional Media and Technologies for Learning*. New Jersey: Prentice Hall Inc.
- Husdarta.2009. *Manajemen Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.
- Margono, S. 2005. *Metodologi Penelitian pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nirwana, dkk 2004. *Belajar dan Pembelajaran*. Tim MKDK FIP UNP Padang.
- Oemar Hamalik. 2008. *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Rusman, dkk. 2011. *Pembelajaran Berbasis Teknologi Informasi dan Komunikasi*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Sardiman, 2007. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*, Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Sardiman, S. Arief. dkk 2003. *Media pendidikan pustekom*. Dikbud. Jakarta.
- Setyobroto, 2002. *Psikologi Olahraga*. Jakarta: Percetakan Universitas Negeri Jakarta.
- Sudjana (1989). *Metode Statistika (Edisi Ke -5)*. Bandung : Tarsito.
- Sugiyono, 2006. *Metode Penelitian Administrasi*. Alfabeta. Bandung.
- Sugiyono, 2008. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung
- Undang-undang Republik Indonesia No. 20, Tahun 2003. Tentang Sistim Pendidikan Nasional. Jakarta: Depdikbud.