

**MOTIVASI SISWA DALAM PEMBELAJARAN PENJASOKES DI
SEKOLAH DASAR NEGERI 16 AIR TAWAR TIMUR
KECAMATAN PADANG UTARA
KOTA PADANG**

SKRIPSI

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



Oleh

**RAMADANIL
NIM. 53387**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2014**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

MOTIVASI SISWA DALAM PEMBELAJARAN PENJASORKES DI SEKOLAH DASAR NEGERI 16 AIR TAWAR TIMUR KECAMATAN PADANG UTARA KOTA PADANG

Nama : Ramadani

NIM : 53387

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Januari 2014

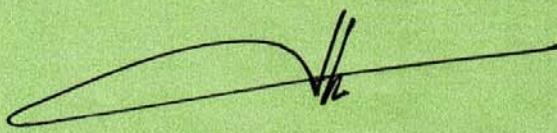
Disetujui oleh

Pembimbing I



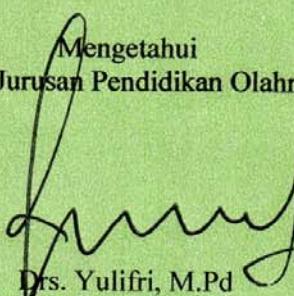
Drs. H. Nirwandi, M. Pd
NIP. 19580914 198102 1 001

Pembimbing II



Drs. Edwarsyah, M. Kes
NIP. 19593112198803019

Mengetahui
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Yulifri, M.Pd
NIP. 195907051985031002

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

**Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di depan Tim Pengaji Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Jurusan
Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang**

Judul : Motivasi siswa Dalam Pembelajaran Penjasorkes di Sekolah Dasar Negeri 16 Air Tawar Timur Kecamatan Padang Utara Kota Padang

Nama : Ramadani

NIM : 53387

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Januari 2014

Tim Pengaji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Drs. H. Nirwandi, M. Pd	
2. Sekretaris	: Drs. Edwarsyah, M. Kes	
3. Anggota	: Drs. Yulifri, M. Pd	
4. Anggota	: Drs. Willadi Rasyid, M. Pd	
5. Anggota	: Drs. Ali Asmi, M. Pd	

ABSTRAK

Ramadanil : Motivasi Siswa Dalam Pembelajaran Penjasorkes di Sekolah Dasar Negeri 16 Air Tawar Timur Kecamatan Padang Utara Kota Padang

Masalah dalam penelitian ini berawal dari kurang terlaksananya pembelajaran Penjasorkes dengan baik sehingga siswa kurang bersemangat dalam pembelajaran Penjasorkes. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui motivasi intrinsik dan ekstrinsik siswa terhadap Pembelajaran Penjasorkes di SD Negeri 16 Air Tawar Timur Kecamatan Padang Utara Kota Padang.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini siswa Sekolah Dasar Negeri 16 Air Tawar Timur Kecamatan Padang Utara Kota Padang yang berjumlah 200 orang siswa. Sampel diambil dengan teknik purposive *sampling*, yaitu siswa kelas V dengan jumlah 39 orang siswa. Alat pengumpul data adalah angket dengan skala Guttman. Data di analisis dengan statistik deskriptif persentase.

Dari analisis data diperoleh hasil penelitian sebagai berikut: 1) Tingkat capaian motivasi intrinsik siswa dalam Pembelajaran Penjasorkes di Sekolah Dasar Negeri 16 Air Tawar Timur Kecamatan Padang Utara Kota Padang sebesar 56.58%, berada pada klasifikasi cukup, 2) Tingkat capaian motivasi ekstrinsik siswa dalam Pembelajaran Penjasorkes di Sekolah Dasar Negeri 16 Air Tawar Timur Kecamatan Padang Utara Kota Padang sebesar 58.63%, berada pada klasifikasi cukup. Berdasarkan temuan ini dapat disimpulkan bahwa motivasi siswa dalam pembelajaran Penjasorkes di SD Negeri 16 Air Tawar Timur Kecamatan Padang Utara Kota Padang termasuk kategori cukup, dan perlu ditingkatkan lagi.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Motivasi Siswa dalam Pembelajaran Penjasorkes di Sekolah Dasar Negeri 16 Air Tawar Timur Kecamatan Padang Utara Kota Padang”**. Salawat beriring salam penulis ucapkan kepada junjungan nabi besar Muhammad SAW yang telah bersusah payah membimbing umatnya dari zaman kebodohan hingga berilmu pengetahuan seperti yang kita rasakan pada saat ini.

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

1. Drs. H. Arsil, M. Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan peluang bagi penulis untuk melanjutkan studi di Fakultas Ilmu Keolahragaan
2. Drs. Yulifri, M.Pd, selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga, yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.

3. Drs. H. Nirwandi, M. Pd selaku pembimbing I dan Drs. Edwarsyah, M. Kes. selaku pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan, pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti dalam penulisan skripsi ini.
4. Drs. Yulifri, M. Pd, Drs. Willadi Rasyid, M. Pd, Drs. Ali Asmi, M. Pd, selaku tim penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Seluruh staf pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
6. Kepala SD Negeri 16 Air Tawar Timur Kecamatan Padang Utara Kota Padang, yang telah memberikan izin penelitian
7. Siswa SD Negeri 16 Air Tawar Timur Kecamatan Padang Utara Kota Padang, yang telah membantu dalam penelitian.
8. Kedua orang tua ku tercinta yang telah memberikan bantuan secara moril yaitu bimbingan, dorongan, motivasi serta do'a dan bantuan secara materil, sehingga skripsi ini dapat di selesaikan
9. Buat teman-teman yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah memberikan dorongan moril dalam menyelesaikan skripsi ini.

Akhir kata penulis mendo'akan semoga segala bantuan yang telah diberikan mendapat pahala dari Allah SWT. Amin Ya Robal Alamin.

Padang, Januari 2014

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	5
C. Pembatasan Masalah	6
D. Perumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Kegunaan Penelitian	7
BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN	
A. Kajian Teori	8
1. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.....	8
2. Motivasi	11
a. Pengertian Motivasi.....	11
b. Macam-Macam Motivasi	14
c. Motivasi Belajar	22
d. Cara Menggerakan Motivasi Belajar Siswa.....	25
e. Fungsi Motivasi dalam Belajar.....	31
B. Kerangka Konseptual	34

C. Pertanyaan Penelitian	34
--------------------------------	----

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	36
B. Tempat dan Waktu Penelitian	36
C. Populasi dan Sampel	36
D. Jenis dan Sumber Data	38
E. Teknik dan Alat Pengumpul Data	38
F. Teknik Analisis Data	39

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data Penelitian	41
B. Pembahasan.....	46

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	53
B. Saran	53

DAFTAR PUSTAKA..... **55**

LAMPIRAN..... **57**

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian	37
2. Sampel Penelitian	38
3. Kriteria Penilaian	40
4. Frekuensi Jawaban Motivasi Instrinsik	42
5. Distribusi Hasil Data Penelitian	43
6. Frekuensi Jawaban Motivasi Ekstrinsik	44
7. Distribusi Hasil Data Penelitian	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konseptual	34
2. Histogram Motivasi Intrinsik	43
3. Histogram Motivasi Ekstrinsik	46

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Kisi-kisi Penelitian	57
2. Instrumen Penelitian	58
3. Deskripsi Data Motivasi Instrinsik	61
4. Deskripsi Data Motivasi Ekstrinsik	62
5. Dokumentasi Penelitian.....	63
6. Surat Izin Penelitian.....	66

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah salah satu bidang yang memegang peran penting untuk membangun manusia Indonesia seutuhnya. Tujuan pendidikan itu sendiri adalah mengembangkan sumber daya manusia sedini mungkin secara terarah, menyeluruh dan optimal serta sehat jasmani dan rohani berlandaskan Pancasila. Hal ini sesuai dengan undang-undang Sistem Pendidikan nasional pada bab II pasal 3 Undang-Undang Republik Indonesia No. 20 Tahun 2003, dijelaskan bahwa fungsi pendidikan nasional yaitu:

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

Dari penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa pendidikan merupakan suatu upaya dan usaha yang dilakukan pemerintah untuk mengembangkan potensi peserta didik, sehingga mereka menjadi manusia-mansia yang terampil, berilmu, kreatif, sehat dan mandiri. Selanjutnya melalui pendidikan dapat membentuk watak dan kepribadian peserta didik menjadi lebih baik dan bermartabat serta bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Kuasa, serta bertanggung jawab pada diri sendiri, keluarga dan orang lain serta bangsa dan negara.

Berdasarkan kutipan di atas, jelaslah bahwa tujuan pendidikan nasional adalah untuk mengembangkan potensi peserta didik. Untuk mencapai tujuan

pendidikan nasional tersebut salah satunya adalah melalui pendidikan di Sekolah Dasar dengan mengikuti proses belajar selama enam tahun. Diantara pendidikan yang harus diajarkan pada peserta didik adalah mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Pembelajaran pendidikan jasmani di tingkat pendidikan Dasar dan Menengah kurikulum 2006 antara lain difokuskan pada, “Pengembangan aspek kebugaran dan kesegaran jasmani dan keterampilan gerak”.

Dalam pembelajaran pendidikan Jasmani olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) di atas dapat dikatakan bahwa pengembangan aspek kebugaran dan keterampilan gerak merupakan komponen utama dalam pelaksanaan pembelajaran. Dengan adanya ke dua aspek ini (aspek kebugaran dan keterampilan gerak), maka siswa akan bersemangat dalam melaksanakan aktifitas olahraga di sekolah. Selanjutnya menurut Depdiknas (2010:10) Pendidikan jasmani, olahraga bertujuan untuk :

Mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengelaman lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan Pendidikan Nasional.

Berpedoman pada kutipan di atas, maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa betapa pentingnya pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tersebut bagi peserta didik, terutama sekali adalah untuk mengembangkan potensi peserta didik dalam berbagai keterampilan olahraga yang digemarinya dan mampu memelihara kesegaran jasmani dan menanamkan pola hidup sehat serta nilai-nilai seperti sportifitas, dan

kerjasama. Di samping itu juga untuk meningkatkan aktivitas gerak dan pertumbuhan fisik.

Di samping itu tujuan pendidikan jasmani juga memberikan kesempatan kepada siswa untuk mempelajari berbagai kegiatan yang membina sekaligus mengembangkan potensi siswa, baik dalam aspek fisik, mental, sosial, emosional dan moral. Untuk mencapai tujuan pendidikan Jasmani tersebut di atas, guru merupakan unsur pelaksana teknis utama yang betugas dan bertanggung jawab menjalankan kegiatan proses pembelajaran di Sekolah. Agar kegiatan pembelajaran berjalan sebagaimana mestinya guru dituntut dan diharapkan untuk berusaha semaksimal mungkin mengembangkan strategi pembelajaran meningkatkan kemampuan cara memotivasi siswa sehingga tertarik untuk mengikuti pembelajaran Penjaskes dengan serius.

Menurut Graham dkk dalam Gusril (2008:33) Mengatakan “guru Penjasorkes yang sukses adalah guru yang mempunyai kemampuan profesional, kepuasan kerja dan mempunyai variasi mengakar serta mampu menciptakan interaksi yang efektif”. Bila guru Penjasorkes sudah profesional tentu dia dapat membantu siswanya dalam memahami Penjasorkes secara maksimal sesuai dengan tujuan pendidikan Penjasorkes serta dapat meningkatkan motivasi siswa.

Motivasi merupakan salah satu aspek psikis yang mendorong seseorang untuk mengekspresikan kemampuan suatu tindakan dalam mencapai tujuan yang dikehendakinya. Dalam proses belajar mengajar motivasi siswa merupakan hal yang sangat penting dalam mendorong

aktivitas-aktivitas dalam proses pembelajaran untuk mencapai tujuan pengajaran, guna mendapatkan hasil belajar sesuai dengan yang diinginkan. Siswa yang memiliki motivasi belajar yang baik cenderung akan mengikuti proses belajar mengajar di kelas dengan baik. Begitu juga sebaliknya, siswa yang kurang memiliki motivasi belajar kurang baik maka cenderung malas dan mengikuti proses belajar dengan baik sehingga hasil belajar yang didapatkan cenderung tidak baik pula.

Berdasarkan pengamatan yang penulis lakukan di Sekolah Dasar Negeri 16 Air Tawar Timur Kecamatan Padang Utara Kota Padang, terlihat kurang disiplinnya siswa dalam mengikuti pembelajaran Penjasorkes, tidak serius, tidak bersemangat, kurang tekun, serta siswa lebih banyak duduk dan tidak mengikuti proses pembelajaran menurut semestinya. Rendahnya keinginan anak dalam melaksanakan kegiatan Penjasorkes di SD Negeri 16 Air Tawar Timur Kecamatan Padang Utara Kota Padang kemungkinan disebabkan oleh kurangnya motivasi siswa, baik yang datang dari dalam diri (intrinsik) maupun dari luar (ekstrinsik), metoda dan mendia pembelajaran, modifikasi pembelajaran, sarana dan prarasana, perhatian dan pengawasan kepala sekolah terhadap pembelajaran penjasorkes, strategi pembelajaran, pengetahuan dan kemampuan guru dalam mengajar serta lingkungan belajar yang kondusif, tenang dan nyaman.

Mencermati realita yang terjadi di SD Negeri 16 Air Tawar Timur Kecamatan Padang Utara Kota Padang di atas, rendahnya keinginan anak melaksanakan kegiatan pembelajaran Penjasorkes diyakini banyak faktor yang

mempengaruhinya yang satu sama lain saling berkaitan. Namun demikian, penyebab kurang disiplinnya siswa dalam mengikuti pembelajaran Penjasorkes, tidak serius, tidak bersemangat, kurang tekun, serta siswa lebih banyak duduk dan tidak mengikuti proses pembelajaran menurut semestinya dikarenakan pembelajaran yang diberikan tidak dapat memotivasi anak belajar. Motivasi sangat penting untuk mendorong seseorang berprilaku dalam mencapai sesuatu yang diinginkan. Motivasi dapat mendorong motif-motif dalam diri seseorang untuk berbuat dengan penuh semangat.

Dengan demikian, untuk mendapatkan data dan informasi yang mendekati kebenaran ilmiah mengenai motivasi siswa dalam pembelajaran Penjasorkes di Sekolah Dasar Negeri 16 Air Tawar Timur Kecamatan Padang Utara Kota Padang, maka peneliti tertarik melakukan penelitian yang berjudul Motivasi Siswa Dalam Pembelajaran Penjasorkes di Sekolah Dasar Negeri 16 Air Tawar Timur Kecamatan Padang Utara Kota Padang.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka variabel yang di dapat di identifikasi dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Motivasi Intrinsik
2. Motivasi Ekstrinsik
3. Metoda dan media pembelajaran
4. Modifikasi pembelajaran
5. Sarana dan prasarana
6. Pengawasan kepala sekolah

7. Pengetahuan dan kemampuan guru penjasorkes
8. Lingkungan belajar yang kondusif

C. Pembatasan Masalah

Dari latar belakang masalah dan identifikasi masalah, maka perlu adanya batasan dan mengingat keterbatasan waktu, tenaga, biaya, dan juga keterbatasan ilmu dari penulis, maka penulis membatasi masalah pada :

1. Motivasi Intrinsik
2. Motivasi Ekstrinsik

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi dan pembatasan masalah, maka perumusan masalah penelitian ini adalah:

1. Bagaimanakah motivasi Intrinsik siswa dalam pembelajaran Penjasorkes di Sekolah Dasar Negeri 16 Air Tawar Timur Kecamatan Padang Utara Kota Padang ?
2. Bagaimanakah motivasi Ekstrinsik siswa dalam pembelajaran Penjasorkes di Sekolah Dasar Negeri 16 Air Tawar Timur Kecamatan Padang Utara Kota Padang ?

E. Tujuan Penelitian

Dari hasil perumusan masalah di atas tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Motivasi Intrinsik siswa dalam pembelajaran Penjasorkes di Sekolah Dasar Negeri 16 Air Tawar Timur Kecamatan Padang Utara Kota Padang.

2. Motivasi Ekstrinsik siswa dalam pembelajaran Penjasorkes di Sekolah Dasar Negeri 16 Air Tawar Timur Kecamatan Padang Utara Kota Padang.

F. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk:

1. Penulis, sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Sekolah, sebagai bahan masukan atau evaluasi bagi kepala sekolah dalam melaksanakan mata pelajaran Penjasorkes.
3. Guru Penjasorkes, memberikan gambaran tentang motivasi Intrinsik dan Ekstrinsik siswa Sekolah Dasar Negeri 16 Air Tawar Timur Kecamatan Padang Utara Kota Padang dalam mengikuti mata pelajaran Penjasorkes.
4. Fakultas Ilmu Keolahragaan sebagai bahan untuk literatur hasil-hasil penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa.
5. Peneliti selanjutnya sebagai referensi dalam meneliti dengan kajian yang sama secara lebih mendalam

BAB II

TINJAUAN KEPUSTAKAAN

A. Kajian Teori

1. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan yang diajarkan disekolah memiliki peranan sangat penting, yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang terpilih yang dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman psikis yang baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat.

Depdiknas (2006:195) mengemukakan bahwa :

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

Pendidikan memiliki sasaran pedagogis, oleh karena itu pendidikan jasmani kurang lengkap tanpa adanya pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, karena gerak sebagai aktivitas jasmani adalah dasar bagi manusia untuk mengenal dunia dan dirinya yang secara alami berkembang serah dengan perkembangan zaman.

Selama ini telah terjadi kecendrungan dalam memberikan makna mutu pendidikan yang hanya dikaitkan dengan aspek kemampuan kognitif.

Pandangan ini telah membawa akibat terbaikannya aspek-aspek moral, akhlak budi pekerti, seni psikomotor, serta *life skill*. dengan diterbitkannya Undang-undang No 20 Tahun tentang sistem Pendidikan Nasional dan peraturan pemerintah Nomor 19 tahun 2005 tentang standar Nasional pendidikan akan memberikan peluang untuk menyempurnakan kurikulum yang komprehensif dalam rangka mencapai tujuan nasional.

Pendidikan Jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap - mental - emosional – spiritual – sosial), serta kebiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang. Selanjutnya Depdiknas (2003:1) mengemukakan bahwa :

Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neoromuskular, kognitif dan emosional, dalam kerangka sistem pendidikan Nasional.

Berdasarkan kutipan di atas dapat dijelaskan bahwa pendidikan jasmani adalah pendidikan yang dilakukan secara sistematis melalui aktivitas tubuh. Ruang lingkup mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dikemukakan oleh Depdiknas (2006:69) meliputi Aspek-aspek :

- a) Permainan dan olahraga, meliputi : Olahraga tradisional, permainan, eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor non-lokomotor, manipulatif, atlet, kasti, rounders, kippers, sepak bola, bola basket, bola voli, tenis meja, tenis lapangan, bulu Tangkis, dan bela diri, serta aktivitas lainnya.
- b) Aktivitas pengembangan meliputi : Mekanika sikap tubuh, komponen kebugaran jasmani, dan bentuk postur tubuh serta aktivitas lainnya,
- c) Aktifitas senam meliputi : ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan

alat, dan senam lantai, serta aktivitas lainnya, d) Aktivitas ritmik meliputi : gerak bebas, senam pagi, SKJ, senam aerobik, e) Aktivitas air meliputi : permainan di air, keselamatan di air, keterampilan bergerak di air, dan renang serta aktifitas lainnya, f) Pendidikan luar kelas, meliputi : piknik/ karya wisata, pengenalan lingkungan, berkemah, menjelajah dan mendaki gunung, g) Kesehatan, meliputi : Penanaman budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari, khususnya yang terkait dengan perawatan tubuh agar tetap sehat, memilih makanan dan minuman yang sehat, mencegah dan merawat cidera, mengatur waktu istirahat yang tepat dan berperan aktif dalam kegiatan P3K dan UKS. Aspek kesehatan merupakan aspek tersendiri, dan secara implikasi masuk kedalam semua aspek.

Berdasarkan kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa pada hakikatnya Penjasorkes adalah suatu proses pendidikan yang dilakukan secara sadar melalui kegiatan jasmani yang intensif dan pembinaan berlangsung seumur hidup yang memiliki peran yang sangat penting, dimana siswa diberi kesempatan untuk terlibat secara langsung dalam pengalaman belajar melalui aktifitas jasmani, bemain dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar diarahkan untuk membina dan membentuk gaya hidup sehat dan mandiri.

Dalam KTSP di jelaskan bahwa mata pelajaran jasmani, olahraga dan kesehatan bertujuan agar peserta didik memiliki kemampuan sebagai berikut :

- a). Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih,
- b). Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik.
- c). Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar,
- d). Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung dalam pendidikan, olahraga dan kesehatan,
- e). Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis,
- f). Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan,
- g). Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat

dan kebugaran, terampil serta memiliki sikap yang positif. (Depdiknas, 2008:8)

Berdasarkan uraian di atas dapat di simpulkan bahwa tujuan pendidikan jasmani adalah untuk membantu siswa menuju kearah kedewasaan baik dalam aspek fisiologis, neuromuskuler, intelektual, maupun secara emosional dan mengajarkan anak berpola hidup sehat. Namun jika di tinjau dari tujuan jangka panjang pendidikan jasmani bermuara pada tujuan pendidikan nasional, sementara itu, tujuan yang bersifat jangka menengah adalah membentuk kebugaran jasmani, peningkatan keterampilan, perkembangan penalaran dan membentuk kepribadian anak yang lebih baik. Kemudian tujuan jangka pendek bersifat seketika karena serta merta mengalami perubahan tatkala pendidikan jasmani berlangsung, misalnya peningkatan frekuensi denyut jantung setelah anak berlatih 10-15 menit.

2. Motivasi

a. Pengertian Motivasi

Motivasi berasal dari bahasa latin “*movere*” yang berarti mengerakkan atau mendorong untuk bergerak. Selain ini motivasi berawal dari kata motif yang berarti sebagai daya yang mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu. Motif dapat dikatakan sebagai daya penggerak dari dalam dan luar subjek untuk melakukan aktivitas-aktivitas tertentu demi mencapai suatu tujuan. Sementara itu motif juga dapat diartikan sebagai suatu kondisi internal (kesiapan siagaan) sebagai daya penggerak yang telah menjadi aktif

Menurut Hamalik (2001:158) motivasi adalah : “perubahan energi dari dalam diri (pribadi) seseorang yang ditandai dengan timbulnya perasaan

dan reaksi untuk memcapai tujuan”. Sedangkan menurut Syafruddin (2012:142) motivasi dapat diartikan sebagai doongan atau semangat yang ada dalam diri seseorang untuk sukses melakukan suatu pekerjaan”. Motivasi ini disebut motivasi yang bersifat positif. Seorang yang memiliki motivasi yang tinggi dalam belajar suatu keterampilan tertentu akan lebih cepat mendapatkan dan menguasai suatu keterampilan teknik suatu cabang olahraga dari pada orang yang rendah atau kurang motivasinya. Sedangkan Menurut Asrori (2007:183) motivasi adalah : “1) Dorongan yang timbul pada diri seseorang, secara disadari atau tidak disadari, untuk melakukan suatu tindakan dengan tujuan tertentu, 2) usaha-usaha yang dapat menyebabkan seseorang atau kelompok orang tertentu tergerak melakukan sesuatu karena ingin mencapai tujuan yang ingin dicapai”. Amti (2002:78) menjelaskan bahwa “motivasi yaitu usaha yang disadari untuk menggerakkan, mengarahkan dan menjaga tingkah laku seseorang agar ia terdorong untuk bertindak melakukan sesuatu, sehingga mencapai tujuan tertentu”. Selanjutnya Mc. Donald dalam Sardiman (2012:73) menjelaskan bahwa “motivasi adalah perubahan energi dalam diri seseorang yang ditandai dengan munculnya *feeling* dan didahului dengan tanggapan terhadap adanya tujuan yang dicapai”. Dari pengertian yang dikemukakan di atas ini mengandung tiga elemen penting yaitu : 1) motivasi dimulai dari adanya perubahan energy dalam pribadi, 2) motivasi ditandai dengan timbulnya perasaan *affective arousal* yang berasal dari ketengangan spikologis kemudian berubah menjadi suasana emosi, 3) motivasi ditandai

dengan reaksi-reaksi untuk mencapai tujuan. Untuk jelasnya dapat diuraikan dibawah ini :

1. Bahwa motivasi itu mengawali terjadinya perubahan energi pada diri setiap individu manusia. Perkembangan motivasi akan membawa beberapa perubahan energi didalam sistem "*neurophysiological*" yang ada pada organisme manusia karena menyakut perubahan energi manusia (walaupun motivasi itu muncul dari dalam diri manusia), penampakkannya akan menyakut kegiatan fisik manusia.
2. Motivasi ditandai dengan munculnya, rasa "*feeling*", afeksi seseorang. Dalam hal ini motivasi relevan dengan persoalan kejiwaan, afeksi dan emosi yang dapat menetukan tingkah laku manusia.
3. Motivasi akan dirasang karena adanya tujuan. Jadi motivasi dalam hal ini sebenarnya merupakan respons dari suatu aksi, yakni tujuan. Motivasi memang muncul dari dalam diri manusia, tetapi kemunculannya karena terangsang / ter dorong oleh adanya unsur lain, dalam hal ini adalah tujuan. Tujuan ini akan menyakut soal kebutuhan.

Dengan ketiga elemen di atas, maka dapat dikatakan bahwa motivasi itu sebagai sesuatu yang kompleks. Motivasi akan menyebabkan terjadinya suatu perubahan energi yang ada pada diri manusia, sehingga akan bergayut dengan persoalan gejala kejiwaan, perasaan dan juga emosi, untuk kemudian bertindak atau melakukan sesuatu. Semua ini didorong karena adanya tujuan kebutuhan atau keinginan.

Berdasarkan pendapat yang dikemukakan para ahli di atas, dapat diambil suatu kesimpulan bahwa, motivasi merupakan dorongan kepada seseorang untuk bertingkah laku dan usaha yang disadari untuk menggerakkan, mengarahkan dan menjaga tingkah laku yang di tandai dengan munculnya feeling, sehingga mencapai tujuan tertentu.

b. Macam – Macam Motivasi

Bila disadari bahwa motivasi merupakan sesuatu yang penting oleh pelakunya, maka sesuatu perkerjaan atau tugas belajar akan dapat diselesaikan dengan baik. Klasifikasi motivasi juga dikemukakan oleh Hamalik (2001:162) yaitu terdiri dari: “motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik”. Untuk jelasnya akan diuraikan dibawah ini.

1. Motivasi Instrinsik

Menurut Setyobroto (2002:24) motivasi intrinsik Adalah: “Motivasi intrinsik dan motivasi ektrinsik”. Motivasi intrinsik yaitu motivasi yang munculnya dalam diri sendiri atau dapat juga dikatakan seorang siswa terlibat dalam suatu kegiatan bila menurutnya bermanfaat dan atas keinginan sendiri dia mengikuti kegiatan tersebut.

Menurut Asrori (2007:183) motivasi intrinsik yaitu “motivasi yang timbul dalam diri sendiri yang semata-mata demi berlangsungnya tindakan yang sebaik-baiknya dengan hasil yang maksimal”. Sementara Sardiman (2012:89) mengungkapkan bahwa motivasi intrinsik adalah “motif-motif yang menjadi aktif atau berfungsinya tidak perlu dirangsang dari luar, karena dalam diri setiap individu sudah ada dorongan untuk

melakukan sesuatu". Dengan demikian motivasi intrinsik dapat dicontohkan misalnya seorang siswa itu melakukan belajar ataupun latihan, karena ingin betul-betul mendapatkan pengetahuan, nilai ataupun keterampilan agar dapat berubah tingkah lakunya secara konstruktif, tidak karena tujuan lain.

Seorang individu dalam memperlihatkan tingkah lakunya tidak hanya dipengaruhi oleh faktor lingkungan. Tapi karena adanya energi yang berasal dari dalam diri individu itu sendiri. Kegiatan-kegiatan yang ditunjukkan oleh tingkah lakunya merupakan kehendaknya sendiri untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

Timbulnya motivasi instrinsik dalam proses belajar pada seorang peserta didik dapat diperhatikan dari sikap dan tingkah lakunya dalam mengikuti suatu kegiatan atau proses. Misalnya memperlihatkan tingkah laku yang tekun dalam mengikuti dan mengerjakan segala tugas-tugas yang dibebankan kepadanya.

Dengan termotivasinya siswa dalam proses belajar mengajar, bila dilaksanakan secara kontinu akan menumbuhkan kemauan dan kerja keras pada diri peserta didik. Sehingga apabila disalurkan secara baik dapat dihubungkan dengan tujuannya untuk berprestasi. Memperhatikan pengaruh yang diakibatkan dengan adanya motivasi intrinsik menimbulkan kesan kiranya faktor ini dapat terus dikembangkan dalam usaha menumbuh dan mengembangkan motif peserta didik sesuai dengan potensi yang dimilikinya. Dengan memperhatikan beberapa pendapat tersebut di atas, maka dapatlah

disimpulkan bahwa indikator motivasi instrinsik adalah : sikap, perasaan, minat, bakat, kebutuhan. Untuk selanjutnya dapat diuraikan dibawah ini.

a. Sikap

Segala sesuatu yang harus kita lakukan sebelum melakukan aktivitas. Hal ini seiring dengan yang dikemukakan oleh Slameto (2010:59) bahwa “Kesiapan adalah kesediaan untuk memberikan response atau bereaksi. Kesediaan itu timbul dari dalam diri seseorang dan juga berhubungan dengan kemantangan, karena kematangan berarti kesiapan untuk melaksanakan kecakapan”.

Menurut strickland dalam Hanurawan (2010:64) menjelaskan bahwa sikap adalah “Predisposisi atau kecenderungan untuk memberikan respon secara kognitif, emosi, dan perilaku yang diarah pada suatu objek, pribadi, dan situasi khusus dalam cara-cara tertentu”. Sikap kesiapan ini perlu diperhatikan dalam proses belajar.

b. Perasaan

Soemanto (2006:37) mendefenisikan perasaan sebagai “Suasana psikis yang mengambil sebagian dari pribadi dalam situasi, dalam jalan membuka diri terhadap sesuatu hal berbeda dengan keadaan atau nilai dalam situasi, dengan jalan membuka diri terhadap sesuatu hal berbeda dengan keadaan atau nilai dalam diri”.

c. Minat

Minat adalah seorang anak yang tidak memiliki minat terhadap suatu pelajaran akan menimbulkan suatu kesulitan untuk belajar, minat

yang timbul dari kebutuhan belajar siswa. Hal ini seiring dengan yang dikemukakan oleh Slameto (2010:57) bahwa “Minat adalah kecenderungan yang tetap untuk memperhatikan dan mengenang beberapa kegiatan. Kegiatan yang diminati seseorang, diperhatikan terus menerus yang disertai dengan rasa senang”.

Menurut Sadirman (2007:95) bahwa “Motivasi muncul karena ada kebutuhan, begitu juga minat sehingga tepatlah kalau minat merupakan alat motivasi yang pokok. Proses belajar itu akan berjalan lancar kalau disertai dengan minat.

d. Bakat

Setiap individu memiliki bakat yang berbeda-beda dan seseorang akan mempelajari sesuatu sesuai dengan bakat yang dimiliki hal ini seiring dengan yang dikemukakan oleh Slameto (2010:57) bahwa “Bakat adalah kemampuan untuk belajar kemampuan itu baru akan terealisasi menjadi kecakapan yang nyata sesudah belajar atau berlatih”. Orang yang berbakat mengetik misalnya akan lebih cepat dapat mengetik dengan lancar dibandingkan dengan orang lain yang kurang atau tidak berbakat dibidang itu. Dari uraian di atas jelaslah bahwa bakat itu mempengaruhi belajar. Jika bahan pelajaran yang dipelajari siswa sesuai dengan bakatnya.

e. Kebutuhan

Menurut Maslow dalam Slameto (2010:171), mengemukakan kebutuhan akan motivasi berdasarkan 7 tingkatan penting yaitu:

- 1) Kebutuhan fisiologis adalah berkenaan dengan kebutuhan pokok manusia yaitu sandang, papan atau perumahan, pangan.
- 2) Kebutuhan akan perasaan aman adalah berhubungan dengan keamanan yang terkait fisik maupun psikis, bebas dari rasa takut dan cemas,
- 3) Kebutuhan sosial adalah diterima dalam lingkungan orang lain yaitu pemilikan harga diri, kesempatan untuk maju,
- 4) Kebutuhan akan penghargaan usaha menumbuhkan jati diri,
- 5) Kebutuhan untuk aktualisasi diri adalah kebutuhan individu menjadi sesuatu yang sesuai kemampuannya,
- 6) kebutuhan untuk mengetahui dan mengerti, ini merupakan kebutuhan manusia untuk memuaskan rasa ingin tahuanya, untuk mendapatkan pengetahuan, untuk mendapatkan keterangan-keterangan, dan untuk mengerti sesuatu,
- 7) kebutuhan estetik, ini merupakan kebutuhan akan keteraturan, keseimbangan dan kelengkapan dari suatu tindakan.

Kebutuhan-kebutuhan ini hendaknya dapat dipenuhi siswa. Siswa yang memiliki kebutuhan akan motivasi, akan merasa nyaman dalam belajar, dapat giat dan tekun karena berbagai kebutuhannya dapat terpenuh, Karena itu kewajiban seseorang pedidik yang utama adalah motivasi peserta didik dengan menanamkan konsep kebutuhan akan belajar demi tujuan yang diharapkan.

2. Motivasi Ekstrinsik

Menurut Setyobroto (2002:24) motivasi ekstriksik adalah: “Motivasi ekstrinsik adalah motivasi yang disebabkan oleh faktor-faktor dari luar situasi belajar, seperti angka kredit, ijazah, tingkatan hadiah, dan persaingan yang bersifat negatif”.

Menurut Asrori (2007:183) mengatakan bahwa pengertian motivasi ekstrinsik yaitu “motivasi dari luar yang berupa usaha pembentukan dari orang lain. Selanjutnya Hamalik (2001:163) mengungkapkan bahwa motivasi ekstrinsik adalah “dorongan yang berasal dari luar individu yang

menyebabkan individu tersebut berpartisipasi dalam suatu kegiatan". Dengan demikian dapat dicontohkan bahwa seseorang itu mau belajar karena besok akan ada ujian dengan harapan mendapatkan nilai yang baik, sehingga dapat puji dari orang lain.

Dengan demikian timbulnya motivasi ekstrinsik tidak dilandasi oleh kondisi yang ada didalam diri siswa, melainkan keberadaannya akibat rangsangan dari faktor luar, sehingga tujuan yang hendak dicapai dari aktivitas tersebut berada diluar proses. Dengan adanya motivasi ekstrinsik akan menggerakkan dan mendorong peserta didik dalam mencari tujuan yang telah ditetapkan. Semakin tinggi makna yang hendak dicapainya, akan berpengaruh terhadap kuatnya tingkat motivasi yang akan ditimbulkan.

Seorang pendidik dalam usaha membangun tingkat motivasi peserta didiknya secara efektif, yang dilakukan adalah dengan mempelajari kebutuhannya secara individual sehingga dapat menggunakan strategi pengajaran yang sesuai dengan kebutuhan peserta didiknya. Dengan demikian seorang pendidik dapat mempergunakan suatu strategi pengajaran yang sesuai dengan kebutuhan peserta didiknya.

Bertitik tolak dari pendapat beberapa ahli tersebut ternyata banyak memiliki kesamaan. Karena itu penulis disimpulkan indikator motivator ekstrinsik atas puji, pemberitahuan kemajuan belajar, hadiah, hukuman, penghargaan dan persaingan. Untuk jelasnya akan diuraikan masing-masingnya dibawah ini.

a. Pujiān

Apabila ada siswa yang sukses yang berhasil menyelesaikan tugas dengan baik, perlu diberikan pujiān. Pujiān ini adalah bentuk *reinforcement* yang positif dan sekaligus merupakan motivasi yang baik. Oleh karena itu, supaya pujiān ini merupakan motivasi, pemberiannya harus tepat. Dengan pujiān yang tepat akan memupuk suasana yang menyenangkan dan mempertinggi gairah belajar serta sekaligus akan membangkitkan harga diri yang dikemukakan oleh Sadirman (2007:94). Guru bisa memanfaatkan pujiān untuk memuji keberhasilan siswa dalam mengerjakan pekerjaan sekolah. Dengan pujiān yang tepat akan memupuk suasana menyenangkan, mempertinggi gairah belajar”.

b. Pemberitahuan Kemajuan Belajar

Adanya sistem penilaian yang bersifat terbuka dari seseorang pendidik memberitahuan presetasi belajar yang dicapai peserta didiknya, akan menimbulkan suatu motif untuk meningkatkan hasil tersebut. Hal ini seiring dengan yang dikemukakan oleh Sadirman (2007:94) bahwa “Dengan mengetahui hasil belajarnya, akan mendorong siswa untuk giat belajar. Dengan mengetahui hasil belajar yang meningkat, siswa termotivasi untuk belajar dengan harapan hasilnya akan terus meningkat”.

Dengan mengetahui kemajuan dan peningkatan hasil belajar seorang peserta didik akan mempengaruhi daya rangsangannya pada materi-materi pelajaran yang berikutnya.

c. Hadiah

Hadiah dapat juga dikatakan sebagai motivasi, tentang tidaklah selalu demikian. Karena hadiah untuk suatu pekerjaan, mungkin tidak akan menarik bagi seseorang yang tidak senang dan tidak berbakat untuk sesuatu pekerjaan tersebut yang dikemukakan oleh Sadirman (2007:90). Pemberian hadiah kepada peserta didik yang berhasil dalam mengikuti suatu materi tertentu yang berhasil dalam mengikuti suatu materi tertentu akan dapat menimbulkan dan mendorong serta memperkuat tingkah laku positif yang telah dilakukannya sehingga memiliki kecendurungan untuk mengulanginya kembali.

d. Hukuman

Hukuman adalah bentuk *reinforcement* yang negatif, tetapi jika diberikan secara tepat dan bijaksana menjadi alat motivasi. Oleh karena itu guru harus memahami prinsip-prinsip pemberian hukuman yang dikemukakan oleh Sadirman (2007:94).

e. Penghargaan

Pengembangan motivasi menuntut kemampuan pendidik untuk membentuk kebiasaan peserta setelah mengikuti proses belajar mengajar. Menurut Slameto (2010:171) penghargaan merupakan kebutuhan rasa berguna, penting, dihargai, dikagumi, dihormati oleh orang lain”. Secara tidak langsung ini merupakan kebutuhan perhatian, ketenaran, status, martabat dan lain sebagainya.

f. Persaingan

Saingan atau kompetisi dapat digunakan sebagai alat motivasi untuk mendorong belajar siswa. Persaingan, baik persaingan individual maupun persaingan kelompok dapat meningkatkan prestasi belajar siswa. Menurut Hamalik (2012:176) “persaingan individual akan menimbulkan pengaruh yang tidak baik, seperti : rusaknya hubungan persahatan, perkelahian, pertantangan, persaingan antar kelompok belajar”.

c. Motivasi Belajar

Motivasi belajar merupakan faktor psikis yang ada dalam diri individu. Peranannya yang khas ialah dalam hal gairah atau semangat belajar. Peserta didik termotivasi akan mempunyai kemauan dalam melakukan kegiatan belajar. Menurut Hamalik (2001:27) mengemukakan pengertian motivasi belajar adalah “Belajar bukan suatu tujuan tetapi merupakan suatu proses untuk mencapai tujuan , jadi merupakan langkah-langkah atau prosedur yang ditempuh. Dalam pengertian luas, belajar dapat diartikan sebagai kegiatan psiko-fisik menuju ke perkembangan pribadi seutuhnya. Kemudian dalam arti sempit, belajar dimaksudkan sebagai usaha penguasaan materi ilmu pengetahuan yang merupakan sebagian kegiatan menuju terbentuknya kepribadian seutuhnya”.Dengan demikian motivasi belajar Penjasorkes dapat diartikan sebagai faktor psikis yang bersifat non intelektual, perannya dalam menumbuhkan rasa senang, bersemangat dalam belajar penjasorkes tersebut.

Salah satu faktor yang berperan dalam proses belajar mengajar adalah guru atau pendidik, karena pendidik sebagai manager yang mengelola

kelas diharapkan mampu untuk dapat membangun motivasi peserta didik terhadap materi yang diajarkannya. Dengan terciptanya situasi kelas yang termotivasi akan dapat mempengaruhi proses belajar serta tingkah laku peserta didik. Hal ini seiring dengan pendapat Yelon dan Grace seperti yang dikutip oleh Prayitno (1989:4) bahwa : "Peningkatan motivasi siswa dalam belajar merupakan suatu acara yang baik dalam menghindari tingkah laku siswa yang menyimpang, yaitu dengan cara melibatkan mereka dalam belajar dan merangsang mereka untuk belajar".

Dalam membangkitkan motivasi peserta didik untuk belajar merupakan masalah yang cukup kompleks. Dengan demikian pendidik sebagai manager yang berperan utama dalam pelaksanaan proses belajar mengajar hendaknya mengetahui prinsip-prinsip motivasi yang dapat membantu pelaksanaan tugas pengajaran. Penetapan dan pemilihan prinsip tersebut dapat berdasarkan tingkah laku yang dinampakkan para peserta didik pada waktu mengikuti proses pengajaran.

Hakikat motivasi belajar adalah dorongan internal dan dorongan eksternal pada siswa-siswa yang sedang belajar untuk mengadakan perubahan tingkah laku . pada umumnya dengan beberapa indikator atau unsur yang mendukung. Hal ini mempunyai peranan besar dalam keberhasilan seseorang dalam belajar. Indikator motivasi belajar dapat diklasifikasikan sebagai berikut, (Uno, 2010 :23) :

- 1) Adanya hasrat dan keinginan berhasil, 2) adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar, 3) adanya harapan dan cita-cita masa depan, 4) adanya penghargaan dalam belajar, 5) adanya kegiatan yang

menarik dalam belajar, 6) adanya lingkungan belajar yang kondusif, sehingga memungkinkan seseorang siswa dapat belajar dengan baik.

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

Prinsip motivasi telah banyak dilakukan penelitian dalam rangka mendorong motivasi belajar siswa agar bisa menciptakan self motivasi dan self discipline. Menurut Kenneth Hover dalam Hamalik (2001:163) mengatakan ada sepuluh prinsip-prinsip motivasi yaitu:

- 1) Pujian lebih efektif dari pada hukuman, 2) semua siswa mempunyai kebutuhan spikologis yang harus mendapatkan kepuasan, 3) motivasi yang berasal dari dalam individu lebih efektif dari pada motivasi dari luar, 4) dalam perbutan yang serasi perlu dilakukan usaha pemantuan agar hasilnya lebih baik, 5) motivasi itu mudah menular kepada orang lain, 6) pemahaman yang jelas dalam tujuan akan merangsang motivasi, 7) tugas-tugas yang dibebankan oleh diri akan menimbulkan minat yang besar untuk mengerjakannya dari pada tugas dari guru, 8) pujian-pujian datangnya dari luar, 9) teknik dan proses mengajar yang bermacam adalah efektif untuk memelihara minat murid, 10) manfaat minat yang telah dimiliki murid adalah bersifat ekonomis.

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa motivasi merupakan hal yang sangat penting dalam meningkatkan sebuah proses belajar

ke arah yang lebih baik. Semakin tinggi motivasi siswa dalam belajar tentunya akan meningkatkan prestasi belajar siswa itu sendiri. Hanya yang penting bagi guru adanya bermacam-macam prinsip-prinsip motivasi itu dapat dikembangkan dan diarahkan untuk dapat melahirkan hasil belajar yang bermakna. Mungkin pada mulanya, karena ada sesuatu (bentuk motivasi) siswa itu rajin belajar, tetapi guru harus mampu melanjutkan dari tahap rajin belajar itu bisa diarahkan menjadi kegiatan belajar yang bermakna, sehingga hasilnya pun akan bermakna bagi kehidupan subjek belajar.

d. Cara Menggerakan Motivasi Belajar Siswa

Di dalam kegiatan belajar mengajar peranan motivasi baik intrinsik maupun ekstrinsik sangat diperlukan. Dengan motivasi, pelajar dapat mengembangkan aktivitas dan inisiatif, dapat mengarahkan dan memelihara ketekunan dalam melakukan kegiatan belajar.

Dalam kaitan itu perlu diketahui bahwa cara dan jenis menumbuhkan motivasi adalah bermacam-macam. Tetapi untuk memotivasi ekstrinsik kadang-kadang tepat, dan kadang-kadang juga bisa kurang sesuai. Hal itu guru harus hati-hati dalam menumbuhkan dan memberi motivasi bagi kegiatan belajar para anak didik. Sebab mungkin maksudnya memberikan motivasi tetapi justru tidak menguntungkan perkembangan belajar siswa.

Menurut Sardiman (2012:92) ada beberapa bentuk cara untuk menumbuhkan motivasi dalam kegiatan belajar di sekolah yaitu : 1) Memberikan angka 2) Hadiah, 3) Saingan/kompetisi, 4) Ego-Involemen, 5) Memberikan ulangan, 6) Mengetahui hasil, 7) Pujian, 8) Hukuman, 9) Hasrat

untuk belajar, 10) Minat, 11) tujuan yang diakui. Untuk lebih jelasnya akan diuarikan dibawah ini.

1) Memberi Angka

Angka dalam hal ini sebagai simbol dari nilai kegiatan belajarnya.

Banyak siswa belajar, yang utama justru untuk mencapai nilai/ angka yang baik. Sehingga siswa biasanya yang dikehjara adalah nilai ulangan atau nilai-nilai pada raport angkanya baik-baik. Menurut Hamalik (2001:166) “murid yang mendapatkan angka baik, akan mendorong motivasi belajarnya menjadi lebih besar, sebaliknya murid yang mendapat angka kurang, mungkin menimbulkan frustasi atau dapat juga menjadi pendorong belajar lebih baik”.

2) Hadiah

Hadiah dapat juga dikatakan sebagai motivasi, tetapi tidaklah selalu demikian. Karena hadiah untuk suatu pekerjaan, mungkin tidak akan menarik bagi seseorang yang tidak senang dan tidak berbakat untuk sesuatu pekerjaan tersebut yang dikemukakan oleh Sadirman (2007:90).

Menurut Djamarah (2002:125) bahwa “Hadiah dapat membuat siswa termotivasi untuk memperoleh nilai yang baik. Hadiah tersebut dapat digunakan orang tua atau guru untuk memacu belajar siswa”.

Pemberian hadiah kepada peserta didik yang berhasil dalam mengikuti suatu materi tertentu yang berhasil dalam mengikuti suatu materi tertentu akan dapat menimbulkan dan mendorong serta memperkuat

tingkah laku positif yang telah dilakukannya sehingga memiliki kecendurangan untuk mengulanginya kembali.

3) Saingan/ Kompetisi

Saingan atau kompetisi dapat digunakan sebagai alat motivasi untuk mendorong belajar siswa. Persaingan, baik persaingan individual maupun persaingan kelompok dapat meningkatkan prestasi belajar siswa. Menurut Hamalik (2012:176) “persaingan individual akan menimbulkan pengaruh yang tidak baik, seperti : rusaknya hubungan persahatan, perkelahian, pertentangan, persaingan antar kelompok belajar”.

Menurut Suryabrata (1984:76) “Persaingan yang sehat baik antara individu maupun antara kelompok, dapat meningkatkan motivasi untuk belajar”. Peningkatan motivasi dari rasa persaingan menurut pandangan beberapa ahli dapat berakibatkan negatif terhadap kepribadian peserta didik yang terlibat dalam proses tersebut, karena adanya forum yang kompetitif menimbulkan pertentangan antara peserta didik, rasa iri, perasaan ingin mengalah konflik yang terjadi dalam peserta didik itu sendiri, peserta didik akan merasa dihantui oleh ketegangan-ketegangan dalam rangka mengalahkan persaingan.

Berdasarkan pendapat tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa menimbulkan persaingan akan berakibat buruk terhadap diri peserta didik jika dibandingkan dengan pengaruh dari pelaksanaan metoda tersebut. Selain itu motivasi belajar juga didukung oleh beberapa indikator yang mempengaruhi hasil belajar siswa dalam pembelajaran yaitu ketekunan,

disiplin, kemauan atau inisiatif belajar, dan rasa senang siswa mengikuti pelajaran penjas orkes.

4) *Ego- Involvement*

Menumbuhkan kesadaran kepada siswa agar merasakan pentingnya tugas dan menerimanya sebagai tantangan sehingga bekerja keras dengan mempertaruhkan harga diri, adalah sebagai salah satu bentuk motivasi yang cukup penting. Seseorang akan berusaha dengan segenap tenaga untuk mencapai prestasi yang baik dengan menjaga harga dirinya. Penyelesaian tugas dengan baik adalah simbol kebanggaan dan harga diri, begitu juga untuk siswa di subjek belajar. Para siswa akan belajar dengan keras bisa jadi karena harga dirinya.

5) Memberi Ulangan

Para siswa akan menjadi giat belajar kalau mengetahui akan ada ulangan. Oleh karena itu, memberi ulangan ini juga merupakan sarana memotivasi.

6) Mengetahui Hasil

Dengan mengetahui hasil pekerjaan, apabila kalau terjadi kemajuan, akan mendorong siswa untuk lebih giat belajar. Semangkin mengetahui bahwa grafik hasil belajar meningkat, maka ada motivasi pada diri siswa untuk terus belajar, dengan suatu harapan hasilnya terus meningkat.

7) Pujian

Apabila ada siswa yang sukses yang berhasil menyelesaikan tugas dengan baik, perlu diberikan pujian. Pujian ini adalah bentuk *reinforcement* yang positif dan sekaligus merupakan motivasi yang baik. Oleh karena itu, supaya pujian ini merupakan motivasi, pemberiannya harus tepat. Menurut Sadirman (2007:94). Dengan pujian yang tepat akan memupuk suasana yang menyenangkan dan mempertinggi gairah belajar serta sekaligus akan membangkitkan harga diri”. Guru bisa memanfaatkan pujian untuk memuji keberhasilan siswa dalam mengerjakan pekerjaan sekolah Dengan pujian yang tepat akan memupuk suasana menyenangkan, mempertinggi gairah belajar”.

8) Hukuman

Menurut Sadirman (2007:94) hukuman adalah “bentuk *reinforcement* yang negatif, tetapi jika diberikan secara tepat dan bijaksana menjadi alat motivasi”. Oleh karena itu guru harus memahami prinsip-prinsip pemberian hukuman.

9) Hasrat untuk belajar

Hasrat untuk belajar, berarti ada unsur kesengajaan, ada maksud untuk belajar. Hal ini akan lebih baik, bila dibandingkan segala sesuatu kegiatan yang dimaksud. Menurut Sadirman (2007:94) Hasrat untuk belajar berarti pada diri anak didik itu memang ada motivasi untuk belajar, sehingga sudah barang tentu hasilnya akan lebih baik.

10) Minat

Minat adalah seorang anak yang tidak memiliki minat terhadap suatu pelajaran akan menimbulkan suatu kesulitan untuk belajar, minat yang timbul dari kebutuhan belajar siswa. Menurut Sadirman (2007:95) bahwa “Motivasi muncul karena ada kebutuhan, begitu juga minat sehingga tepatlah kalau minat merupakan alat motivasi yang pokok. Proses belajar itu akan berjalan lancar kalau disertai dengan minat. Mengenaik minat ini antara lain dapat dibangkitkan dengan cara-cara sebagai berikut: a) Membangkitkan adanya suatu kebutuhan, b) menghubung dengan persoalan pengalaman yang lampau, c) memberi kesempatan untuk mendapatkan hasil yang baik, d) menggunakan berbagai macam bentuk mengajar”.

11) Tujuan yang diakui

Rumusan tujuan yang diakui dan diterima baik oleh siswa, akan merupakan alat motivais yang sangat penting. Sebab dengan memahami tujuan yang harus dicapai, karena dirasa sangat berguna dan menguntungkan, maka akan timbul gairah untuk terus belajar.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa banyak upaya dan usaha yang dapat dilakukan oleh guru dalam proses pembelajaran untuk mencapai suatu tujuan. Begitu juga di dalam pelaksanaan kegiatan pembelajaran Penjasorkes olahraga siswa di SD Negeri

e. Fungsi Motivasi Dalam Belajar

Secara alami, motivasi siswa sesungguhnya berkaitan erat dengan keinginnya siswa untuk terlibat dalam proses pembelajaran. Motivasi sangat diperlukan bagi terciptanya proses pembelajaran dikelas secara efektif. Motivasi memiliki peranan yang sangat penting dalam pembelajaran, baik dalam proses maupun pencapaian hasil. Seorang siswa yang memiliki motivasi tinggi, pada umumnya mampu meraih keberhasilan dalam proses maupun output pembelajaran.

Ketika anak-anak memasuki SD, mereka sudah mulai digerakan oleh rasa ingin tahu, berkembagnya keinginan menjelajah lingkungan, dan berinteraksi dengan orang lain. Dalam proses pembelajaran dkleas, bisa berkembangn dua situasi yang berbeda berkaitan dengan motivasi siswa. Seorang guru merasa bersemangat ketika siswa yang dihadapi memiliki motivasi yang tinggi dalam belajar. Sebaliknya, guru bisa merasa kecewa ketika melihat siswanya tidak termotivais terhadap pelajaran yang diajarkan atau terhadap cara dia mengajar. Oleh karena itu, seorang guru dituntut mampu mengkreasi berbagai cara agar motivais siswa dapat meuncul dan berkembang dengan baik.

Menurut Asrori (2007:184) ciri-ciri siswa yang memiliki motivasi dalam proses pembelajaran, diantaranya adalah :

- 1) Memiliki gairah yang tinggi, 2) penuh semangat, 3) memiliki rasa penasaran atau rasa ingin tahu yang tinggi, 4) mampu jalan sendiri, ketika guru meminta siswa mengajarkan sesuatu, 5) memiliki rasa percaya diri, 6) memiliki daya kosentrasi yang lebih tinggi, 7) kesulitan dianggap sebagai tantangan yang harus diatasi, 8) memiliki kesabaran dan daya juang yang tinggi.

Berdasarkan kutipan di atas, jika ciri-ciri ini yang muncul dan berkembang dalam proses pembelajaran di kelas, maka guru akan merasa enak dan antusia dalam menyelenggarakan proses pembejarannya. Namun demikian, keadaan yang sebaliknya juga sangat boleh jadi kita temukan. Artinya, ada sejumlah siswa bermotivasi rendah. Menurut Asrori (2007:184) ada sejumlah indikator siswa yang memiliki motivasi rendah ini, yaitu :

- 1) Perhatian terhadap pelajaran kurang, 2) semangat juangnya rendah, 3) mengerjakan sesuatu merasa seperti diminta membawa beban berat, 4) sulit untuk bisa jalan sendiri ketika diberikan tugas, 5) memiliki ketergantungan kepada orang lain, 6) merasa bisa jalan kalau dipaksa, 7) daya konsentrasi kurang. Secara fisik mereka berada dalam kelas. Tapi fikirannya mungkin berada diluar kelas, 8) mereka cenderung menjadi pembuat kegaduhan, 9) mudah berkeluh kesah dan pesimis ketika menghadapi kesulitan.

Berdasarkan Kutipan di atas, menunjukkan bahwa didalam proses pembelajaran ada siswa yang memiliki motivasi tinggi dan motivasi itu berkembangan dari dalam diri mereka sendiri. Sebaliknya, tidak sedikit siswa yang memotivasi belajarnya rendah sehingga harus ada upaya serius dari guru untuk mengembangkannya. Namun bukan berarti upaya pengembangan motivasi dalam pembelajaran hanya diberikan kepada siswa yang motivasi belajarnya rendah saja. Kepada siswa yang memiliki motivasi belajar tinggi pun harus tetap dilakukan pembinaan karena ada kemungkinan motivasi belajar mereka itu mengalami grafik yang naik turun.

Menurut Sardiman (2012:85) fungsi motivasi adalah :

- 1) Mendorong manusia untuk berbuat, jadi sebagai penggerak atau motor yang melepaskan energi. Motivasi dalam hal ini merupakan motor penggerak dari setiap kegiatan yang akan dikerjakan, 2) menentukan arah perbuatan, yakni kearah tujuan yang hendak dicapai. Dengan demikian motivasi dapat memberikan arah dan

kegiatan yang harus dikerjakan sesuai dengan rumusan tujuannya, 3) menyeleksi perbuatan, yakni menentukan perbuatan-perbuatan apa yang harus dikerjakan yang serasi guna mencapai tujuan, dengan menyisihkan perbuatan-perbuatan yang tidak bermanfaat bagi tujuan tersebut. Seseorang siswa yang akan menghadapi ujian dengan harapan dapat lulus, tentu akan melakukan kegiatan belajar dan tidak akan menghabiskan waktunya untuk bermain kartu atau membaca komik, sebab tidak serasi dengan tujuan.

Berdasarkan uraian di atas motivasi bertalian dengan suatu tujuan.

Motivasi dapat berfungsi sebagai pendorong usaha dan pencapaian prestasi.

Sebagai seorang melakukan suatu usaha karena adanya motivasi. Adanya motivasi yang baik dalam belajar akan menunjukkan hasil yang baik. Dengan kata lain, dengan adanya usaha yang tekun dan terutama didasari adanya motivasi, maka seseorang yang belajar itu akan dapat melahirkan prestasi yang baik. Intensitas motivasi seorang siswa akan sangat menentukan tingkat pencapaian prestasi belajarnya.

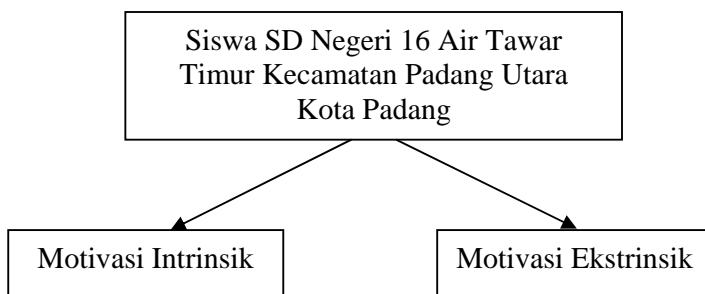
Sedangkan menurut Hamalik (2001:161) Fungsi motivasi adalah :

1) Mendorong timbulnya kelakuan atau suatu perbuatan. Tanpa motivasi maka tidak akan timbul sesuatu perbuatan seperti belajar, 2) sebagai pengarah, artinya mengarahkan perbuatan kepencapaian tujuan yang diinginkan, 3) sebagai penggerak, ia berfungsi sebagai mesin bagi mobil. Besar klecilnya motivasi akan menentukan cepat atau lambatnya suatu pekerjaan.

Dengan demikian dapat dikatakan peranan motivasi dalam belajar adalah sebagai penggerak kegiatan belajar, memperluas tujuan belajar dan menentukan ketekunan belajar. Sehingga terlihatlah ciri-ciri seseorang yang memiliki motivasi antara lain: tekun dalam menyelesaikan tugas, ulet menghadapi kesulitan, menunjukan semangat dan berminat terhadap bermacam-macam masalah dan lain-lain.

B. Kerangka Konseptual

Berdasarkan kajian teori yang telah diuraikan di atas, maka dapatlah dikemukakan bahwa prestasi belajar yang dihasilkan siswa dapat dipengaruhi oleh motivasi, baik itu yang berasal dari dalam diri (intrinsik) maupun yang timbul dari luar diri siswa (ekstrinsik) yang mengikuti proses belajar tersebut. Siswa yang memiliki motivasi belajar yang baik cenderung akan mengikuti proses belajar mengajar di kelas dengan baik. Begitu juga sebaliknya, siswa yang kurang memiliki motivasi belajar kurang baik maka cenderung malas dan mengikuti proses belajar dengan baik sehingga hasil belajar yang di dapatkan cenderung tidak baik pula. Untuk lebih memperjelas variabel-variabel yang diteliti serta keterkaitan antar variabel tersebut dapatlah penulis gambarkan sebagai berikut:



Gambar 1. Kerangka Konseptual Penelitian

C. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan kerangka konseptual yang dikemukakan di atas maka pertanyaan penelitian ini adalah :

1. Seberapa besar motivasi intrinsik siswa dalam pembelajaran Penjasorkes di Sekolah Dasar Negeri 16 Air Tawar Timur Kecamatan Padang Utara Kota Padang ?

2. Seberapa besar motivasi ekstrinsik siswa dalam pembelajaran Penjasorkes di Sekolah Dasar Negeri 16 Air Tawar Timur Kecamatan Padang Utara Kota Padang?

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang motivasi belajar siswa tehadap pembelajaran Penjasorkes di SD Negeri 16 Air Tawar Timur Kecamatan Padang Utara Kota Padang, maka dapat diambil kesimpulan :

1. Tingkat capaian motivasi intrinsik siswa dalam Pembelajaran Penjasorkes di SD Negeri 16 Air Tawar Timur Kecamatan Padang Utara Kota Padang sebesar 56.58%, berada pada klasifikasi cukup
2. Tingkat capaian motivasi ekstrinsik siswa dalam Pembelajaran Penjasorkes di SD Negeri 16 Air Tawar Timur Kecamatan Padang Utara Kota Padang sebesar 58.63%, berada pada klasifikasi cukup.

B. Saran

Berdasarkan temuan penelitian ini, maka peneliti mengemukakan beberapa saran sebagai berikut :

1. Guru Penjasorkes yang mengajar Penjasorkes, agar dapat meningkatkan motivasi dalam proses pembelajar, dengan cara memberikan materi pembelajaran yang menarik, memberikan pujian, hadiah, penghargaan dan pemberitahuan kemampuan belajar
2. Kepala Sekolah untuk dapat melengkapi sarana prasarana yang diperlukan khususnya dalam pelajaran Penjasorkes agar siswa termotivasi untuk dapat mengikuti pembelajaran Penjasorkes.

3. Siswa SD Negeri 16 Air Tawar Timur Kecamatan Padang Utara Kota Padang, agar lebih meningkatkan motivasinya dalam pembelajaran Penjasorkes, sehingga tujuan pembelajaran yang di harapkan oleh guru dan siswa itu sendiri bisa tercapai dengan baik.
4. Orang tua/ wali murid agar memberikan perhatian dan pengawasan terhadap kegiatan belajar anak, agar hasil belajar dapat ditingkatkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 1998. Prosedur Penelitian. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Abdurrahman, Maman, dkk, 2011. Manajemen Penelitian. CV Pustaka Setia
- Amtri, Erman, dkk. 2002. Bimbingan dan Konseling. Jakarta: Depdikbud.
- Asrori, Mohammad. 2007. Psikologi Pembelajaran. Bandung: CV. Wacana Prima
- Buku Panduan Penulisan Tugas Akhir/Skripsi Universitas Negeri Padang. 2010. Padang UNP
- Depdiknas. 2003. Kurikulum 2004 Standar Kompetensi Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani. Jakarta : Depdiknas
- Depdiknas. 2006. Model Silabus dan Rencana Pembelajaran Penjasorkes. Jakarta :Direktorat Jenderal pendidikan dasar dan Menegah
- Dimyati. 2006. Belajar dan Pembelajaran. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Depdiknas. 2008. Kurikulum Tingkat Satuan Pembelajaran (KTSP). Jakarta : Depdiknas
- 2010. Tes Kesegaran Jasmani Indonesia. Jakarta: Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani.
- Gusril 2008. Model Pengembangan Motorik Siswa Sekolah Dasar. Padang: UNP Press Padang
- Hamalik Oemar. 2001. Proses Belajar Mengajar. Jakarta : Bumi Aksara
- Hanurawan, Fattah. 2010. *Psikologi Sosial*. Badung: PT Remaja Roedakarya
- Prayitno, Elida. 1989. Motivasi Belajar. Jakarta : P2LPTK.
- Suryabrata, Sumadi. 1984. Psikologi Pendidikan. Jakarta : CV. Rajawali.
- Setyobroto. 2002. *Psikologi Olahraga*. Jakarta: Percetakan Universitas Negeri Jakarta.
- Suwirman. 2004. Buku Ajar Penelitian Dasar. Padang : Fakultas Ilmu Keolahragaan
- Soemanto, Wasty. 2006. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta : PT Rineka Cipta