

**HUBUNGAN MOTIVASI BELAJAR DAN STATUS GIZI DENGAN
HASIL BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA KESEHATAN
DAN REKREASI SISWA PUTRA KELAS VIII SMP NEGERI 4 SUTERA
KECAMATAN SUTERA KABUPATEN PESISIR SELATAN**

SKRIPSI

**Diajukan kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga
sebagai salah satu persyaratan Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan**



Oleh:

**BOBY IRAWAN
NIM. 17086370**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2022**

PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Hubungan motivasi belajar dan status gizi dengan
hasil belajar pendidikan jasmani Olahraga Kesehatan
dan Rekreasi Siswa Putra Kelas VIII SMP Negeri 4
Sutera Kecamatan Sutera Kabupaten Pesisir Selatan

Nama : Bobby Irawan

Nim : 17086370

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

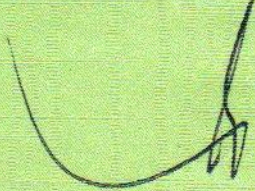
Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, 25 Januari 2022

Disetujui oleh :

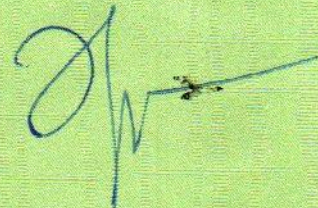
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Zarwan, M.kes

NIP. 196112301988031003

Pembimbing



Dr. Hendri Neldi M.Kes, AIFO

NIP. 196205201987031002

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

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

Judul : Hubungan motivasi belajar dan status gizi dengan hasil
belajar pendidikan jasmani olahraga kesehatan dan
rekreasi siswa putra kelas VIII SMP Negeri 4 Sutera
Kecamatan Sutera Kabupaten Pesisir Selatan

Nama : Bobby Irawan

Nim : 17086370

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

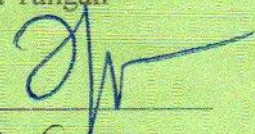
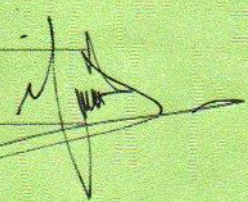
Padang, 25 Januari 2022

Tim Penguji

Nama

1. Ketua : Dr. Hendri Neldi, M.Kes.AIFO
2. Sekretaris : Drs. Zulman M.Pd
3. Anggota : Zulbahri S.Pd,M.Pd

Tanda Tangan

1. 
2. 
3. 

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan:

1. Karya tulis saya, skripsi dengan judul **“Hubungan Motivasi Belajar dan Status Gizi Dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan dan Rekreasi Siswa Putra Kelas VIII SMP Negeri 4 Sutera Kecamatan Sutera Kabupaten Pesisir Selatan”** adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di Universitas Negeri Padang maupun di perguruan tinggi lainnya
2. Karya tulis ini murni gagasan, penilaian dan rumusan saya sendiri, tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan Tim Pembimbing
3. Didalam karya tulis ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasi orang lain, kecuali dikutip secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam salah satu naskah saya dengan menyebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan pada daftar rujukan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Desember 2021
Saya yang Menyatakan



BOBY IRAWAN
NIM. 17086370

ABSTRAK

Boby Irawan (2021): Hubungan Hubungan Motivasi Belajar dan Status Gizi Dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan dan Rekreasi Siswa Putra Kelas VIII SMP Negeri 4 Sutera Kecamatan Sutera Kabupaten Pesisir Selatan. Skripsi: Prodi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Masalah dalam penelitian adalah rendahnya hasil belajar PJOK Siswa SMP Negeri 4 Sutera Kecamatan Sutera. Variable dalam penelitian ini yaitu motivasi belajar, kstatus gizi dan hasil belajar penjasorkes. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan motivasi belajar dan status gizi dengan hasil belajar PJOK Siswa SMP Negeri 4 Sutera Kecamatan Sutera.

Jenis penelitian adalah *korelasional*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 371 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Dengan demikian jumlah sampel di dalam penelitian ini adalah 40 orang. Data dikumpulkan dengan menggunakan pengukuran terhadap ketiga variabel. Untuk status giz di tes dengan BB/TB, motivasi menggunakan kuesioner. Sedangkan hasil belajar diambil dari nilai lapor. Data dianalisis dengan korelasi *product moment* dan dilanjutkan dengan korelasi ganda.

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa; (1) Motivasi belajar memiliki hubungan dengan hasil belajar hasil belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Siswa SMP Negeri 4 Sutera Kecamatan Sutera Kabupaten Pesisir Selatan, (2) Status gizi memiliki hubungan dengan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Siswa SMP Negeri 4 Sutera Kecamatan Sutera Kabupaten Pesisir Selatan, (3) Motivasi belajar dan status gizi memiliki hubungan dengan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Siswa SMP Negeri 4 Sutera Kecamatan Sutera Kabupaten Pesisir Selatan.

Kata Kunci: Motivasi Belajar dan Status Gizi, Belajar PJOK

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ungkapkan kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan karunia serta hidayah-Nya yang telah memberikan kekuatan kepada penulis. Sehingga telah dapat menyelesaikan Proposal ini yang berjudul “Hubungan Motivasi Belajar Dan Status Gizi dan Dengan Hasil Belajar PJOK Siswa SMP Negeri 4 Sutra Kecamatan Sutra” Shalawat beserta salam teruntuk Nabi besar Muhammad SAW yang telah bersusah payah merubah perdapan manusia dari zaman Jahiliah kepada zaman yang berilmu pengetahuan pada saat sekarang ini. Proposal ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan strata satu pada program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Dalam pelaksanaan penulisan skripsi ini peneliti banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, baik secara moril maupun materil, sehingga peneliti bisa menyelesaikan skripsi ini. Sebagai tanda hormat peneliti pada kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang tidak terhingga kepada:

1. Bapak Prof. Genefri, P.Hd selaku Rektor Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Prof. Dr. Alnetral, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Drs. Zarwan, M.Kes selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

4. Bapak Dr. Hendri Neldi, M.Kes., AIFO, Penasehat Akademik sekaligus pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, pikiran dan kesabaran untuk membimbing penulis selama dalam menyelesaikan proposal ini.
5. Bapak Drs. Zulman, M.Pd dan Zulbahri, S.Pd., M.Pd selaku penguji yang sudah memberikan kontributornya untuk perbaikanskripsi ini.
6. Yang tercinta Ayahanda; dan; dan kakak-kakak da adik-adik ku yang telah mencurahkan kasih sayang dan dorongan kepadaku, serta keluarga besar yang selalu berdoa memberikan bantuan moril dan materil selama penulis dalam pendidikan.

Pada kesempatan ini peneliti mengharapkan saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan penyusunan Skripsi ini. Akhir kata peneliti ucapkan terima kasih untuk semua pihak yang telah memberikan bantuan.

Padang, Oktober 2021

Boby Irawan
NIM. 17086370

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. Manfaat Penelitian.....	6
 BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	8
1. Hasil Belajar PJOK	8
2. Motivasi Belajar	11
3. Status Gizi	21
B. Kerangka Konseptual	30
C. Hipotesis Penelitian	32
 BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	33
B. Tempat dan Waktu Penelitian	33

C. Populasi dan Sampel Penelitian	33
D. Jenis dan Sumber Data	35
E. Teknik Alat dan Pengumpulan Data	35
F. Instrumen Penelitian.....	36
G. Teknik Analisis Data.....	38
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Analisis Data	39
B. Pengujian Persyaratan Analisis	43
C. Pengujian Hipotesis	44
D. Pembahasan.....	46
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	50
B. Saran.....	50
DAFTAR PUSTAKA	52
DAFTAR LAMPIRAN	57

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Status Gizi	30
Tabel 2. Penilaian Status Gizi berasal BBTB	30
Tabel 3. Populasi Penelitian.....	34
Tabel 4. Sampel Penelitian.....	35

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Konseptual	33

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Rekap Data Mentah Penelitian	69
Lampiran 2 Rekap Data Penelitian	62
Lampiran 3 Uji Validitas dan Reliabilitas	65
Lampiran 4 Uji Hipotesis	71
Lampiran 5 Dokumentasi Penelitian	73

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Salah satu usaha untuk meningkatkan mutu sumber daya manusia Indonesia yang berkualitas adalah, melalui pendidikan olahraga. Terutama untuk mencerdaskan kehidupan bangsa yang berlandaskan pada pendidikan nasional, yang mampu menggali potensi diri anak didik dalam bentuk pemerataan kesempatan pendidikan dalam program wajib belajar 9 tahun. Yang bertujuan untuk meningkatkan mutu pendidikan yang diarahkan dengan cara meningkatkan kualitas manusia seutuhnya. Hal ini sesuai dengan tujuan Undang-Undang RI Nomor 20 Tahun 2003 Pasal 1 tentang Sistem Pendidikan Nasional (SPN) menegaskan bahwa 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, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan Negara.

Berdasarkan kutipan di atas, maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa pendidikan merupakan usaha sadar dan terencana dalam rangka untuk mencerdaskan, kepribadian dan kerampilan yang berlandaskan pada kekuatan spiritual keagamaan, yang mencakup didalamnya akhlak yang mulia. Hal ini dapat diwujudkan melalui proses pembelajaran disekolah pada peserta didik dalam upaya pengembangan potensi dirinya, sehingga mereka menjadi manusia trampil, mandiri dan berguna bagi kehidupan pribadinya, orang lain, bangsa dan negara. Pendidikan pada dasarnya merupakan interaksi antara

pendidik dengan peserta didik untuk mencapai tujuan pendidikan, yang berlangsung dalam lingkungan tertentu”. Artinya pendidikan tersebut didapatkan seseorang dari hasil interaksi antara guru sebagai pendidik dan siswa sebagai peserta didik.

Sekolah Menengah Pertama (SMP) adalah suatu lembaga Pendidikan yang memberi bekal kepada siswa untuk dapat melanjutkan pendidikannya kejenjang yang lebih tinggi, bila ditinjau dalam pelajaran yang ada dalam kurikulum (SMP) dapat dikelompokkan kedalam pendidikan umum, program pendidikan akademis dan program pendidikan keterampilan. Salah satu mata pelajaran yang terdapat dalam mata pelajaran yang ada dalam program pendidikan umum adalah mata pelajaran Pendidikan Jasmani (PJOK).

Salah satu mata pelajaran yang wajib diajarkan kepada peserta didik adalah mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Pada hakekatnya merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas Jasmani yang direncanakan secara sistematis, bertujuan untuk meningkatkan individu secara organic, neomuskuler, perceptual, kognitif, sosial dan emosional.

Pembelajaran PJOK di SMP Negeri 4 Sutera Kecamatan Sutera, diharapkan sesuai dengan tujuan PJOK, dimana kita sebagai kaum pendidikan profesional, dapat merincikan kegiatan-kegiatan yang akan dilakukan dalam pembelajaran PJOK, seperti a) melaksanakan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai dalam PJOK, b) membangun landasan kepribadian, yang kuat, sikap cinta damai, sikap social dan toleransi dalam

konteks kemajemukan budaya, etnis dan agama, c) menumbuhkan kemampuan berfikir kritis melalui pelaksanaan tugas-tugas ajar PJOK, d) mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis melalui afektifitas Jasmani, e) mengembangkan kemampuan gerak (motorik) dan keterampilan berbagai macam permainan dan olahraga, f) mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain, h) mengetahui dan memahami konsep aktifitas Jasmani sebagai informasi untuk mencapai kesehatan, kebugaran, dan pola hidup sehat, i) mampu mengisi waktu luang dengan aktivitas jasmani sebagai informasi untuk mencapai kesehatan, kebugaran, dan pola hidup sehat, i) mampu mengisi waktu luang dengan aktivitas Jasmani yang bersifat rekreatif. Semuanya itu, siswa diharapkan dapat memperoleh hasil belajar yang baik, yaitu berada diatas KKM 80.

Berdasarkan data observasi Penulis mendapatkan data teoritis di SMP Negeri 4 Sutera Kecamatan Sutera Rabu Maret 2021 dan senin 14 September 2020 tentang hasil belajar tengah semester PJOK. Penulis mendapatkan informasi bahwa ketuntasan belajar peserta didik belum memenuhi harapan, artinya, hasil ujian tengah semester PJOK untuk semester 1 ajaran 2021 – 2022 sebagian belum mencapai kriteria ketuntasan maksimal (KKM). KKM untuk pembelajaran PJOK tahun ajaran 2021 adalah 81 masih memakai bentuk KKM kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan 2004. Hasil belajar yang diperoleh berupa pengalaman dan kompetensi dasar yang dimiliki oleh peserta didik setelah melewati proses pembelajaran PJOK selama tengah semester,

yang berupa pengetahuan, keterampilan dan sikap. Hasil belajar ini dapat terlihat bahwa sebagian kelas, peserta didik yang mencapai ketuntasan belajar terlihat cukup sedikit. Hal ini terlihat bahwa rata-rata nilai hasil belajar kelas VII A 52, B 56, C 70, dan D72 ke empat kelas ini belum masuk kriteria ketuntasan maksimal yaitu 80. Jadi terlihat bahwa rata-rata nilai PJOK Siswa Kelas VII di bawah KKM.

Berdasarkan fakta di atas jelas masalah dalam penelitian ini belum tercapainya nilai PJOK siswa pada KKM yang sudah ditetapkan sekolah tersebut. Dimana sebagian siswa masih banyak nilainya di bawah KKM secara murni, tanpa adanya penambahan nilai dari guru. Hal ini diduga disebabkan oleh beberapa faktor yaitu, Status gizi, Tingkat Motivasi belajar, Sarana dan Prasarana kurang memadai, Kurangnya motivasi belajar siswa, Metode mengajar kurang tepat, Sosial ekonomi.

Melihat kenyataan di atas penulis berkeinginan untuk melakukan suatu penelitian tentang hubungan antara status gizi dan tingkat motivasi belajar siswa terhadap hasil belajar PJOK siswa SMP Negeri 4 Sutera Kecamatan Sutera. Dengan harapan terpenuhinya keinginan penulis untuk melihat gambaran nyata tentang hasil belajar PJOK di sekolah yang sudah penulis tetapkan.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah di uraikan di atas, maka masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Status gizi diduga dapat menghubungkan hasil belajar PJOK Siswa SMP Negeri 4 Sutera Kecamatan Sutera.
2. Motivasi belajar diduga dapat menghubungkan hasil belajar PJOK Siswa SMP Negeri 4 Sutera Kecamatan Sutera.
3. Motivasi Belajar diduga dapat menghubungkan hasil belajar PJOK Siswa SMP Negeri 4 Sutera Kecamatan Sutera.
4. Metode Pembelajaran diduga dapat menghubungkan hasil belajar PJOK Siswa SMP Negeri 4 Sutera Kecamatan Sutera.
5. Sosial ekonomi diduga dapat menghubungkan hasil belajar PJOK Siswa SMP Negeri 4 Sutera Kecamatan Sutera.
6. Lingkungan yang kondusif diduga dapat menghubungkan hasil belajar PJOK Siswa SMP Negeri 4 Sutera Kecamatan Sutera.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas ditemukan banyak masalah yang muncul dalam penelitian ini. Untuk lebih menfokuskan penelitian maka penelitian ini dibatasi yaitu:

1. Motivasi belajar Siswa SMP Negeri 4 Sutera Kecamatan Sutera.
2. Status gizi Siswa SMP Negeri 4 Sutera Kecamatan Sutera.

D. Perumusan Masalah

Sesuai pembatasan masalah, maka masalah penelitian ini dapat dirumuskan yaitu:

1. Apakah terdapat hubungan motivasi belajar dengan hasil belajar PJOK Siswa SMP Negeri 4 Sutera Kecamatan Sutera ?

2. Apakah terdapat hubungan status gizi dengan hasil belajar PJOK Siswa SMP Negeri 4 Sutera Kecamatan Sutera ?
3. Apakah terdapat hubungan motivasi belajar dan status gizi secara bersama-sama dengan hasil belajar Siswa SMP Negeri 4 Sutera Kecamatan Sutera ?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Hubungan motivasi belajar dengan hasil belajar PJOK Siswa SMP Negeri 4 Sutera Kecamatan Sutera.
2. Hubungan status gizi dengan hasil belajar PJOK Siswa SMP Negeri 4 Sutera Kecamatan Sutera.
3. Hubungan motivasi belajar dan status gizi secara bersama-sama dengan hasil belajar Siswa SMP Negeri 4 Sutera Kecamatan Sutera.

F. Manfaat Penelitian

Sesuai dengan tujuan penelitian seperti yang dikemukakan terlebih dahulu dan memperhatikan masalah penelitian, maka diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat :

1. Bagi penulis sendiri untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar sarjana Pendidikan Olahraga S1 pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Guru olahraga sebagai bahan masukan dan pertimbangan dalam meningkatkan hasil belajar pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.
3. Siswa untuk bahan masukan dalam hasil belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang lebih baik.

4. Sebagai perbandingan untuk melakukan penelitian di masa yang akan datang bagi mahasiswa FIK UNP maupun pihak lain yang berkeinginan.
5. Jurusan Pendidikan Olahraga (PO) sebagai perbandingan untuk penelitian yang akan datang.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pengujian hipotesis dapat tarik simpulan sebagai berikut :

1. Terdapat hubungan motivasi belajar dengan hasil belajar hasil belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Siswa SMP Negeri 4 Sutera Kecamatan Sutera Kabupaten Pesisir Selatan $r_{\text{hitung}} = 0,316 > r_{\text{tabel}} = 0,312$.
2. Terdapat hubungan Status gizi dengan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Siswa SMP Negeri 4 Sutera Kecamatan Sutera Kabupaten Pesisir Selatan $r_{\text{hitung}} = 0,475 > r_{\text{tabel}} = 0,312$.
3. Terdapat hubungan motivasi belajar dan status gizi dengan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Siswa SMP Negeri 4 Sutera Kecamatan Sutera Kabupaten Pesisir Selatan $r_{\text{hitung}} = 0,568 > r_{\text{tabel}} = 0,312$.

B. Saran

Berdasarkan pada kesimpulan di atas, maka penulis dapat memberikan saran-saran yang dapat membantu mengatasi masalah yang ditemui dalam penelitian tentang hubungan motivasi belajar dan status gizi dengan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Siswa SMP Negeri 4 Sutera Kecamatan Sutera Kabupaten Pesisir Selatan:

1. Kepada pihak sekolah dan instansi terkait agar dapat meningkatkan kemampuan dan profesional guru untuk terangkatnya mutu pendidikan dimasa yang akan datang.

2. Kepada guru untuk dapat membina Siswa kearah yang lebih baik agar dimasa mendatang hasil belajar PJOK dapat ditingkatkan lagi.
3. Para Siswa agar memperhatikan faktor status gizi dan motivasi dalam belajar agar tidak mempengaruhi hasil belajar PJOK.
4. Bagi para peneliti lain disarankan untuk dapat mengkaji faktor-faktor lain yang berhubungan dengan hasil belajar PJOK.

DAFTAR PUSTAKA

- Anagnostaras, S. G., & Sage, J. R. (2010). Motivation. In *Encyclopedia of Behavioral Neuroscience*. <https://doi.org/10.1016/B978-0-08-045396-5.00018-X>
- Andrade, J., Huang, W. H. D., & Bohn, D. M. (2015). The impact of instructional design on college students' cognitive load and learning outcomes in a large food science and human nutrition course. *Journal of Food Science Education*, 14(4), 127-135.
- Aritonang, K. T. (2008). Minat dan Motivasi dalam Meningkatkan Hasil Belajar Siswa. *Jurnal Pendidikan Penabur*.
- Asmawi, M. (2006). Motivasi Berlatih dan Daya Ledak Otot Tungkai Pelari Gawang.
- Asnaldi, A., Zulman, F. U., & Madri, M. (2018). Hubungan Motivasi Olahraga dan Kemampuan Motorik dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Siswa Sekolah Dasar Negeri 16 Sintoga Kecamatan Sintuk Toboh Gadang Kabupaten Padang Pariaman. *Jurnal Menssana*, 3(2), 16-27.
- Bagoien, T. E., Halvari, H., & Nesheim, H. (2010). Self-Determined Motivation in Physical Education and Links to Motivation for Leisure-Time Physical Activity, Physical Activity, and Well-Being in General. Perceptual and Motor Skills, 111, 407-432. <http://dx.doi.org/10.2466/06.10.11.13.14.PMS.111.5.407-432>
- Barakatu, A. R. (2007). Membangun Motivasi Berprestasi: Pengembangan Self Efficacy dan Penerapannya dalam Dunia Pendidikan. *Lentera Pendidikan: Jurnal Ilmu Tarbiyah dan Keguruan*, 10(1), 34-5
- Buku Panduan Panduan Penulisan Skripsi (2015) Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
- Chambers, D. W. (2007). Motivation. *The Journal of the American College of Dentists*. <https://doi.org/10.7551/mitpress/9780262019569.003.0006>
- Cook, D. A., & Artino, A. R. (2016). Motivation to learn: an overview of contemporary theories. *Medical Education*. <https://doi.org/10.1111/medu.13074>