

**KONTRIBUSI MOTIVASI INSTRINSIK DAN MOTIVASI EKSTRINSIK  
DENGAN HASIL BELAJAR PENJASORKES PESERTA DIDIK  
SMP NEGERI 9 PADANG**

**SKRIPSI**

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan  
Rekreasi Jurusan Pendidikan Olahraga Sebagai Salah Satu Persyaratan Guna  
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



**OLEH:**

**YOZI OKTA SAPUTRA**

**NIM. 15086255**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLARAHAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2019**

**HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI**

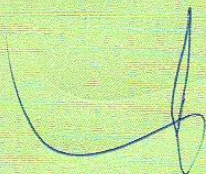
**KONTRIBUSI MOTIVASI INTRINSIK DAN MOTIVASI EKSTRINSIK  
DENGAN HASIL BELAJAR PENJASORKES PESERTA DIDIK  
SMP NEGERI 9 PADANG**

Nama : Yozi Okta Saputra  
NIM : 15086255  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Januari 2019

**Disetujui Oleh:**

**Mengetahui:  
Ketua Jurusan**



**Drs. Zarwan, M.Kes**  
NIP. 196112301988031003

**Pembimbing I**



**Drs. Edwarsyah, M.Kes**  
NIP. 19591231198803 1019

## 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** : Kontribusi Motivasi Intrinsik dan Motivasi Ekstrinsik  
Dengan Hasil Belajar Penjasorkes Peserta Didik SMP  
Negeri 9 Padang.

**Nama** : Yozi Okta Saputra

**NIM** : 15086255

**Program Studi** : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

**Fakultas** : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Januari 2019

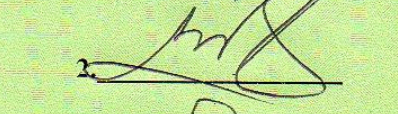
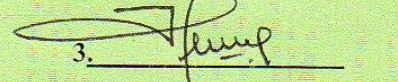
### Tim Penguji

### Tanda Tangan

1. Ketua : Drs. Edwarsyah, M.Kes

2. Sekretaris : Drs. Deswandi, M.Kes AIFO

3. Anggota : Sefri Hardiansyah, S.Pd, M.Pd

1.   
2.   
3. 

## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, Skripsi dengan judul: **“Kontribusi Motivasi Instrinsik dan Motivasi Ekstrinsik dengan Hasil Belajar Penjasorkes di SMP Negeri 9 Padang”** adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di Universitas Negeri Padang maupun Universitas lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, penilaian, dan rumusan saya sendiri tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dari tim Pembimbing.
3. Di dalam karya tulis saya ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali dikutip secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah saya dengan disebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan pada daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Januari 2019  
Saya yang menyatakan



**YOZI OKTA SAPUTRA**  
NIM. 15086255

## ABSTRAK

**Yozi Okta Saputra (2019) : Kontribusi Motivasi Instrinsik dan Motivasi Ekstrinsik dengan Hasil Belajar Penjasorkes di SMP Negeri 9 Padang - Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang**

Masalah dalam penelitian ini adalah masih ada peserta didik di SMP Negeri 9 Padang yang mendapatkan hasil belajar rendah. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap hubungan antara motivasi instrinsik dan motivasi ekstrinsik dengan hasil belajar Penjasorkes di SMP Negeri 9 Padang.

Jenis penelitian ini adalah korelasional dengan populasi sebanyak 61 orang peserta didik. Sampel diambil dengan sampel *random sampling* pengambilan sampel dengan pertimbangan tertentu. Jadi sampel dalam penelitian ini adalah peserta didik dari kelas VII sampai kelas IX yang berjumlah 61 orang. Data dikumpulkan dengan melakukan tes terhadap sampel. Hasil pengumpulan data dianalisis dengan teknik korelasional dengan taraf signifikan  $\alpha = 0,05$ .

Berdasarkan hasil analisa: 1) Motivasi instrinsik memberikan kontribusi 27,8% terhadap hasil belajar Penjasorkes peserta didik di SMP Negeri 9 Padang. 2) Motivasi ekstrinsik memberikan kontribusi 15,91% terhadap hasil belajar Penjasorkes peserta didik di SMP Negeri 9 Padang. 3) Motivasi instrinsik dan ekstrinsik memberikan kontribusi 36,2% terhadap hasil belajar Penjasorkes peserta didik di SMP Negeri 9 Padang dengan  $F_{hitung} 10,79 > F_{tabel} 3,49$ .

**Kata kunci: motivasi instrinsik, motivasi ekstrinsik, hasil belajar Penjasorkes**

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena anugerah dan kasihNya penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul: **”Hubungan Motivasi Instrinsik dan Motivasi Ekstrinsik dengan Hasil Belajar Penjasorkes di SMP Negeri 9 Padang”** dengan baik. Tujuan penulisan Tesis ini adalah sebagai salah satu persyaratan bagi penulis dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Program Studi Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Dalam menyelesaikan penelitian ini Penulis banyak menerima bantuan, bimbingan, arahan, dan masukan dari berbagai pihak. Untuk itu penulis menyampaikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada :

1. Rektor Universitas Negeri Padang Prof. Ganefri, Ph.D
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Dr. Zalfendil, M.Kes
3. Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Drs. Zarwan, M.Kes
4. Drs. Edwarsyah, M.Kes selaku pembimbing I yang telah memberikan masukan serta arahan dalam penulisan skripsi ini.
5. Drs. Deswandi, M.Kes.AIFO, Sefri Hardiansyah, S.Pd. M.Pd selaku penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam penulisan skripsi ini.
6. Dosen staf pengajar pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan masukan dan motivasi dalam penulisan skripsi ini.

7. Karyawan tata usaha yang telah memberikan kemudahan, pelayanan dan memfasilitasi peneliti sehingga Penelitian ini selesai dilaksanakan.
8. Seluruh pihak di SMP Negeri 9 Padang yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melibatkan siswanya dalam pengambilan data penelitian.
9. Kedua orang tua serta saudara tercinta atas segala kasih sayang dan do'a yang selalu tercurah kepada peneliti dan memberikan dorongan moril maupun materil sepanjang waktu.

Terima kasih yang begitu khusus pada keluarga dan para sahabat yang selalu mendo'akan dan memberikan bantuan moral, moril dan materi sehingga Penelitian ini dapat diselesaikan. Atas segala bantuan, bimbingan dan pengorbanan tersebut diatas, semoga mendapat berkah dari Allah SWT. Amin-amin ya rabbal'alamin

Padang, Januari 2019

Penulis

## DAFTAR ISI

### *Halaman*

|                                      |     |
|--------------------------------------|-----|
| HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING ..... | i   |
| SURAT PERNYATAAN .....               | ii  |
| ABSTRAK .....                        | iii |
| KATA PENGANTAR .....                 | iv  |
| DAFTAR ISI.....                      | vi  |
| DAFTAR GAMBAR .....                  | ix  |
| DAFTAR TABEL.....                    | x   |
| DAFTAR LAMPIRAN .....                | xi  |

### **BAB I. PENDAHULUAN**

|                                 |   |
|---------------------------------|---|
| A. Latar Belakang Masalah ..... | 1 |
| B. Identifikasi Masalah.....    | 4 |
| C. Pembatasan Masalah.....      | 5 |
| D. Perumusan Masalah .....      | 5 |
| E. Tujuan Penelitian .....      | 5 |
| F. Manfaat Penelitian .....     | 6 |

### **BAB II. TINJAUAN KEPUSTAKAAN**

|                                                         |    |
|---------------------------------------------------------|----|
| A. Hakikat Teoretik .....                               | 7  |
| 1. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.....       | 7  |
| 2. Motivasi Siswa dalam Belajar.....                    | 9  |
| 3. Jenis-jenis Motivasi dalam Belajar .....             | 14 |
| 4. Faktor yang Mempengaruhi Motivasi dalam Belajar..... | 16 |
| 5. Hasil Belajar Penjas .....                           | 17 |
| B. Kerangka Konseptual.....                             | 21 |
| C. Hipotesis Penelitian .....                           | 22 |

### **BAB III. METODOLOGI PENELITIAN**

|                                     |    |
|-------------------------------------|----|
| A. Jenis Penelitian.....            | 24 |
| B. Tempat dan waktu Penelitian..... | 24 |
| C. Populasi dan Sampel .....        | 24 |
| D. Jenis dan Sumber Data.....       | 26 |
| E. Teknik Pengumpulan Data.....     | 27 |
| F. Instrumen Penelitian .....       | 27 |
| G. Teknik Analisis Data .....       | 28 |

### **BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

|                           |    |
|---------------------------|----|
| A. Hasil Penelitian ..... | 31 |
|---------------------------|----|

|                                        |           |
|----------------------------------------|-----------|
| 1. Deskripsi Data Penelitian.....      | 31        |
| 2. Uji Normalitas Data Penelitian..... | 36        |
| 3. Uji Hipotesis .....                 | 37        |
| B. Pembahasan .....                    | 40        |
| <b>BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN</b>     |           |
| A. Kesimpulan .....                    | 47        |
| B. Saran .....                         | 47        |
| <b>DAFTAR RUJUKAN.....</b>             | <b>49</b> |
| <b>LAMPIRAN.....</b>                   | <b>51</b> |

## **Daftar Gambar**

| <b>Gambar</b>                          | <b>Halaman</b> |
|----------------------------------------|----------------|
| 1. Kerangka Konseptual .....           | 22             |
| 2. Histogram Motivasi Instrinsik ..... | 32             |
| 3. Histogram Motivasi Ekstrinsik.....  | 34             |
| 4. Histogram Hasil Belajar .....       | 35             |

## Daftar Tabel

| Tabel                                                                                                                                                     | Halaman |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| 1. Populasi Penelitian .....                                                                                                                              | 24      |
| 2. Sampel Penelitian .....                                                                                                                                | 25      |
| 3. Kisi-kisi Instrumen .....                                                                                                                              | 28      |
| 4. Distribusi Frekuensi Motivasi Instrinsik .....                                                                                                         | 31      |
| 5. Distribusi Frekuensi Motivasi Ekstrinsik.....                                                                                                          | 33      |
| 6. Distribusi Frekuensi Hasil Belajar .....                                                                                                               | 34      |
| 7. Rangkuman Uji Normalitas Data Penelitian .....                                                                                                         | 36      |
| 8. Rangkuman Uji Hipotesis Pertama antara Motivasi Instrinsik ( $X_1$ ) dan<br>Hasil Belajar (Y) .....                                                    | 37      |
| 9. Rangkuman Uji Hipotesis Pertama antara Motivasi Ekstrinsik ( $X_2$ ) dan<br>Hasil Belajar (Y) .....                                                    | 38      |
| 10. Rangkuman Uji Hipotesis Pertama antara Motivasi Instrinsik ( $X_1$ ) dan<br>Motivasi Ekstrinsik ( $X_2$ ) secara Bersama-sama Hasil Belajar (Y) ..... | 39      |

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

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

Pendidikan merupakan interaksi antara pendidikan dengan peserta didik, untuk mencapai tujuan pendidikan yang berlangsung dalam lingkungan pendidikan. Pendidikan tersebut bisa berlangsung di lingkungan sekolah dalam lingkungan keluarga dan lingkungan masyarakat. Salah satu pendidikan yang berlangsung di lingkungan sekolah yakni di lingkungan sekolah dasar. Dalam Undang-undang RI No. 20 Tahun 2003 fungsi dan tujuan Pendidikan Nasional yakni 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, berwatak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab”.

Berdasarkan kutipan di atas jelaslah bahwa pendidikan berfungsi membantu peserta didik dalam pengembangan semua potensi, kecakapan, dan karakteristik pribadinya ke arah yang positif, baik bagi dirinya maupun lingkungannya. Sehingga menjadi manusia yang beriman dan berwatak mulia serta bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, di samping itu juga diharapkan peserta didik menjadi kreatif, mandiri, sehat serta bertanggung jawab pada bangsa dan negara.

Dalam kurikulum Sekolah Menengah Pertama (SMP) berbagai macam mata pelajaran yang diwajibkan kepada peserta didik untuk dipelajari dan hal ini merupakan tanggung jawab kita bersama. Di sekolah dalam proses

pembelajaran menjadi tanggung jawab sekolah, guru dan peserta didik itu sendiri. Diantara mata pelajaran tersebut adalah mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, yang wajib diajarkan mulai dari kelas VII sampai kelas IX Kegiatan belajar yang dilaksanakan di sekolah benar-benar disengaja dan direncanakan. Artinya kegiatan belajar tersebut sudah dinyatakan dalam kurikulum di Sekolah Menengah Pertama.

Menurut Depdiknas (2006:513) menjelaskan tujuan mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan yakni untuk:

“1) Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktifitas jasmani dan olahraga, 2) meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, 3) meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar, 4) meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, 5) mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri, demokratis, 6) mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri, orang lain dan lingkungan, 7) memahami konsep aktivitas jasmani an olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil serta memiliki sikap yang positif”.

Untuk mengetahui keberhasilan siswa dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan, maka evaluasi hasil belajar memiliki sasaran berupa ranah-ranah yang terkandung dalam tujuan pembelajaran. Ranah tujuan pendidikan berdasarkan hasil belajar siswa secara umum dapat diklasifikasikan atas tiga seperti yang dikemukakan oleh Dimiyati dan Mudjiono (2006:201) yaitu “ranah kognitif, ranah afektif, dan ranah psikomotorik”. Tujuan pembelajaran dapat dicapai dengan baik dapat dilihat dari hasil belajar yang diperoleh siswa dan tertera dalam lapornya, setelah mereka mengikuti proses belajar semua mata

pelajaran yang wajib mereka ikuti sesuai dengan kurikulum yang berlaku. Menurut Depdikbud (1993:5) seseorang untuk memperoleh hasil belajar dengan baik sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik yang bersifat eksternal, maupun yang bersifat internal.

Berdasarkan observasi dan informasi dari guru penjasorkes, ternyata di Sekolah Menengah Pertama Negeri 9 Kota Padang hasil belajar siswa mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan masih banyak yang rendah. Hal ini dapat dilihat dari hasil ulangan harian semester ganjil (1) pada tahun ajaran 2017/2018

Rendahnya hasil belajar penjasorkes siswa tersebut mungkin dipengaruhi oleh banyak faktor diantaranya adalah seperti yang dikemukakan oleh Slameto (1993:54) adalah intelegensi, perhatian, minat, bakat, motif kematangan dan kesegaran jasmani. Di samping itu faktor lain yang dapat mempengaruhi hasil belajar penjasorkes tersebut juga seperti sosial budaya, kurikulum, metoda dan media pembelajaran, sarana dan prasarana yang dibutuhkan dalam proses pembelajaran, kemampuan dan kreaktivitas guru dalam mengajar, lingkungan belajar, kebugaran jasmani, status gizi, perhatian dan pengawasan orang tua.

Melihat kenyataan ini penulis ingin melakukan suatu penelitian tentang hasil belajar siswa di Sekolah Menengah Pertama Negeri 9 Kota Padang tersebut dalam hal ini penulis beranggapan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi hasil belajar penjasorkes siswa adalah motivasi, baik motivasi yang muncul dalam diri siswa sendiri maupun motivasi yang muncul karena

dipengaruhi oleh faktor luar dari diri siswa itu sendiri. Dengan demikian judul penelitian ini adalah ”Kontribusi motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik terhadap hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan siswa di Sekolah Menengah Pertama Negeri 9 Kota Padang”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Bertitik tolak dari latar belakang diatas, maka dapat diidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar Penjasorkes siswa di Sekolah Menengah Pertama Negeri 9 Kota Padang antara lain:

1. Kemampuan dan kreaktivitasan guru
2. Metoda pembelajaran
3. Motivasi intrinsik siswa
4. Motivasi ekstrinsik siswa
5. Intelegensi
6. Sarana dan prasaran pembelajaran
7. Media pembelajaran
8. Bakat dan minat
9. Lingkungan belajar
10. Perhatian dan pengawasan orang tua
11. Status gizi siswa
12. Kesegaran jasmani siswa

### **C. Pembatasan Masalah**

Mengingat berbagai keterbatasan yang ada pada penulis, maka tidak semua masalah yang diidentifikasi di atas dapat diteliti secara menyeluruh, maka peneliti hanya membatasi pada:

1. Motivasi intrinsik siswa
2. Motivasi ekstrinsik siswa.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana kontribusi motivasi intrinsik terhadap hasil belajar penjasorkes siswa di Sekolah Menengah Pertama Negeri 9 Kota Padang?
2. Bagaimana kontribusi motivasi ekstrinsik terhadap hasil belajar penjasorkes siswa di Sekolah Menengah Pertama Negeri 9 Kota Padang?
3. Bagaimana kontribusi motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik secara bersama-sama terhadap hasil belajar penjasorkes siswa di Sekolah Menengah Pertama Negeri 9 Kota Padang?

### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan perumusan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Seberapa besar kontribusi motivasi intrinsik terhadap hasil belajar penjasorkes siswa di Sekolah Menengah Pertama Negeri 9 Kota Padang.
2. Seberapa besar kontribusi motivasi ekstrinsik terhadap hasil belajar penjasorkes siswa di Sekolah Menengah Pertama Negeri 9 Kota Padang.

3. Seberapa besar kontribusi motivasi intrinsik dan ekstrinsik secara bersama sama terhadap hasil belajar penjasorkes siswa di Sekolah Menengah Pertama Negeri 9 Kota Padang.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi:

1. Penulis sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan Strata Satu pada jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Guru Penjas, sebagai bahan masukan bahwa motivasi perlu ditingkatkan dalam mencapai tujuan pembelajaran, khususnya dalam meningkatkan hasil belajar siswa.
3. Kepala Sekolah di Sekolah Menengah Pertama Negeri 9 Kota Padang, Sebagai bahan pertimbangan dalam upaya dan usaha meningkatkan motivasi belajar dengan jalan menambah buku-buku bacaan di perpustakaan dan melengkapi sarana dan prasarana pembelajaran.
4. Peneliti lainnya yang ingin meneliti lebih lanjut terhadap motivasi dalam meningkatkan hasil belajar.
5. Mahasiswa sebagai bahan bacaan di perpustakaan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dapat dikemukakan kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan yang signifikan motivasi intrinsik terhadap hasil belajar Penjasorkes peserta didik di SMP Negeri 9 Padang yang memberikan kontribusi sebesar 27,8%.
2. Terdapat hubungan yang signifikan motivasi ekstrinsik terhadap hasil belajar Penjasorkes peserta didik di SMP Negeri 9 Padang yang memberikan kontribusi sebesar 15,91%.
3. Terdapat hubungan signifikansi secara bersama-sama antara motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik terhadap hasil belajar Penjasorkes peserta didik di SMP Negeri 9 Padang, dengan  $F_{hitung} 10,79 > F_{tabel} 3,49$  yang memberikan kontribusi sebesar 36,2%.. Artinya hasil belajar Penjasorkes peserta didik sangat ditentukan oleh motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Semakin baik motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik semakin baik hasil belajar Penjasorkes yang akan dicapai.

#### **B. Saran**

Berdasarkan pada kesimpulan di atas, maka penulis dapat memberikan saran-saran yang dapat membantu mengatasi masalah yang ditemui dalam menghasilkan saran, yaitu:

1. Peserta didik, agar dapat memotivasi diri sendiri dalam melakukan semua aktivitas yang bermanfaat baik itu bagi diri sendiri maupun lingkungan

sekitar, khususnya dalam hal belajar. Motivasi diri yang kuat akan membantu dalam pencapaian hasil belajar yang maksimal.

2. Orang tua, agar selalu memperhatikan semua aktivitas anak-anaknya dalam belajar dan selalu memberikan sugesti dan motivasi yang baik agar anak tersebut dapat termotivasi dan dapat meraih hasil belajar yang memuaskan.
3. Guru Penjasorkes, agar selalu memberikan dorongan-dorongan yang positif bagi kelancaran proses pembelajaran di sekolah. Guru juga diharapkan agar mampu melakukan inovasi-inovasi dalam proses pembelajaran agar dapat menumbuhkan motivasi dalam diri peserta didik untuk mengikuti kelas Penjasorkes.
4. Pihak sekolah, agar menyediakan segala sarana dan prasarana yang dibutuhkan oleh peserta didik selama proses pembelajaran berlangsung.

### DAFTAR PUSTAKA

- Adnan, 2005. Hand Out Mata-Kuliah Statistik Lanjutan. Padang: FIK UNP.
- Amti, Erman, dkk. 1992. Bimbingan dan Konseling. Jakarta: Depdikbud.
- Buku panduan penulisan tugas akhir/ skripsi Universitas Negeri Padang 2007. Padang UNP.
- Depdikbud. 1993. Bahan Penataran P4 Bagi Siswa. Jakarta : Depdikbud.
- Depdiknas, 2004. Kurikulum Berbasis Kompetensi Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar. Jakarta.
- Depdiknas, 2006. Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan. Jakarta.
- Depdiknas, 2007. Pedoman Lomba/Pertandingan Olahraga Siswa Sekolah Dasar Tingkat Nasional. Dirjen Dikdasmen. Jakarta.
- Dimiyati, 2006. Belajar dan Pembelajaran, Jakarta : Rineke Cipta.
- Dinata. 2003. Landasan Psikologi Proses Pendidikan. Bandung: PT Remaja Rusda Karya.
- Katin, Kahar, 1988. Kumpulan Kuliah Manajemen. Padang: UNAND.
- Kurnia, Leni, 2004. Motif Peserta Kegiatan Senam Pagi di Universitas Negeri Padang. Skripsi. Padang : FIK UNP.
- Luthan, Rusli, 2001. Mengajar Untuk Belajar Dalam Pendidikan Jasmani. Bandung: FPOK Universitas Pendidikan Indonesia.
- Mudjiono, 2006. Belajar dan Pembelajaran, Jakarta : Rineke Cipta.
- Peraturan Menteri Pendidikan Nasional. 2006. Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan. Garis-garis Besar Program Pengajaran Sekolah Menengah Pertama (SMP) Pendidikan Jasmani dan Kesehatan. Jakarta : Depdiknas RI.
- Prayitno, 1973. Motivasi Belajar. Jakarta P2LPTK
- Prayitno, 1989. Motivasi Belajar. Jakarta P2LPTK.
- Sardiman, 2007. Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar, Jakarta: Raja Grafindo Persada.