

**MOTIVASI SISWA DALAM AKTIFITAS SENAM KESEHATAN
JASMANI 2012 DI SEKOLAH DASAR NEGERI 27 GAUANG
KECAMATAN KUBUNG KABUPATEN SOLOK**

SKRIPSI

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



**ALVIANA WULANDARI
NIM. 53468**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2014**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

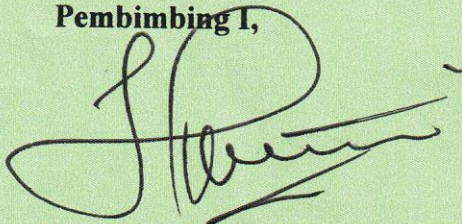
MOTIVASI SISWA DALAM AKTIFITAS SENAM KESEGERAN JASMANI 2012 DI SEKOLAH DASAR NEGERI 27 GAUANG KECAMATAN KUBUNG KABUPATEN SOLOK

Nama : Alviana Wulandari
NIM : 53468
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Juli 2014

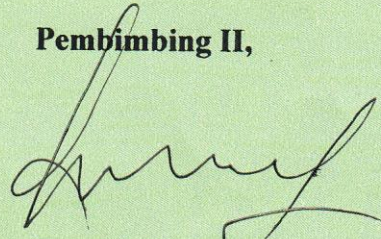
Disetujui Oleh :

Pembimbing I,



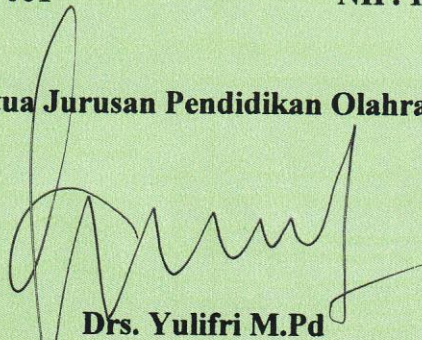
Drs. Jonni, M.Pd.
NIP.19600604 198602 1 001

Pembimbing II,



Drs. Yulifri, M.Pd.
NIP. 19590705 198503 1 002

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Yulifri M.Pd
NIP. 19590705 198503 1 002

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 Skripsi : “Motivasi Siswa Dalam Aktifitas Senam Kesegaran Jasmani
2012 Di Sekolah Dasar Negeri 27 Gauang Kecamatan
Kubung Kabupaten Solok.”**

Nama : Alviana Wulandari
NIM/TM : 53468/2010
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Juli 2014

Tim Penguji

- 1. Ketua : Drs. Jonni, M.pd**
- 2. Sekretaris : Drs. Yulifri, M.Pd**
- 3. Anggota : Drs. H. Nirwandi, M.Pd**
- 4. Anggota : Drs. Willadi Rasyid, M.Pd**
- 5. Anggota : Drs. Edwarsyah M. Kes**

Tanda Tangan

1.

2.

3.

4.

5.

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang di tulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Padang, September 2014
Yang menyatakan



ALVIANA WULANDARI
NIM. 53468/2010

ABSTRAK

ALVIANA WULANDARI. (2014): Motivasi Siswa Dalam Aktifitas Senam Kesegaran Jasmani 2012 Di Sekolah Dasar Negeri 27 Gauang Kecamatan Kubung Kabupaten Solok

Masalah dalam penelitian ini adalah proses pelaksanaan SKJ 2012 yang belum berjalan dengan baik salah satu faktor penyebab nya adalah kurangnya motivasi siswa. Tujuan dalam penelitian ini untuk mengetahui motivasi siswa SDN 27 Gauang Kecamatan Kubung Kabupaten Solok terhadap Senam Kesegaran Jasmani 2012 .

Jenis penelitian ini deskriptif yaitu mengungkap tentang motivasi siswa SDN 27 Gauang Kecamatan Kubung Kabupaten Solok terhadap senam kesegaran jasmani 2012. Waktu penelitian telah dilaksanakan pada bulan Maret 2014 yang bertempat adalah SDN 27 Gauang Kecamatan Kubung Kabupaten Solok. Populasi penelitian adalah siswa SDN 27 Gauang Kecamatan Kubung Kabupaten Solok. Tehnik pengambilan sampel penelitian ini adalah *Purposive Sampling* yaitu sebanyak 30 orang. Alat yang digunakan dalam mengumpulkan data adalah angket yang di sebarakan pada responden. Data di olah dengan tehnik distribusi frekuensi persentase.

Hasil yang di peroleh dari penelitian ini diklarifikasikan sebagai berikut : Pada distribusi persentase motivasi siswa terhadap senam kesegaran jasmani 2012 yang dilihat dari indikator kedisiplinan didapat data yang berjumlah 181 dengan tingkat capaian responden sebesar 60,33% termasuk pada klasifikasi cukup. Pada indikator kemauan didapat data dengan jumlah 176 dengan capaian responden sebesar 58,67% termasuk pada klasifikasi cukup. Dari segi indikator kreatifitas siswa didapat data berjumlah 182 dengan capaian responden sebesar 60,67% termasuk pada klasifikasi cukup. Hasil analisis deskriptif secara keseluruhan motivasi siswa SDN 27 Gauang Kecamatan Kubung Kabupaten Solok terhadap senam kesegaran jasmani 2012 diperoleh data yang berjumlah 539 dengan capaian sebesar 59,88% berada pada klasifikasi cukup.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis aturkan kehadirat Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya yang diberikan kepada penulis, sehingga penulis telah dapat menyelesaikan Skripsi ini dengan judul “**Motivasi Siswa Dalam Aktifitas Senam Kesegaran Jasmani 2012 Di Sekolah Dasar Negeri 27 Gauang Kecamatan Kubung Kabupaten Solok**”. Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana pada jurusan Pendidikan Kesehatan Jasmani dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP).

Dalam penyusunan ini penulis banyak mendapat bantuan dari berbagai pihak, untuk itu penulis ingin mengucapkan terima kasih sedalam-dalamnya kepada :

1. Prof. Dr. Phil Yanuar Kiram sebagai Rektor Universitas Negeri Padang.
2. Drs. Asril, M.Pd sebagai Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Drs. Yulifri, M.Pd sebagai Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga sekaligus sebagai pembimbing II, yang telah memberikan arahan pada penulis dalam menyelesaikan skripsi.
4. Drs. Jonni, M.Pd sebagai pembimbing I, yang telah memberikan bimbingan dan masukan pada penulis dalam penyelesaian skripsi.
5. Drs. Willadi Rasyid, M.Pd, Drs. Edwarsyah, M.Kes, dan Drs. Nirwandi, M.Pd selaku tim penguji yang telah memberikan saran dan arahan pada penulis demi kesempurnaan penulisan skripsi .

6. Bapak dan ibu staf pengajar beserta administrasi di perpustakaan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat dan pelayanan yang maksimal.
7. Teristimewa untuk Papa dan Mama tercinta beserta nenek, paman dan kakak ku tersayang yang telah memberikan kasih sayang serta dukungan moril dan materil.
8. Kepala Kantor Dinas Pendidikan Kabupaten Solok yang telah memberikan izin untuk penelitian di daerah Kabupaten Solok.
9. Kepala Sekolah SDN 27 Gauang Kecamatan Kubung Kabupaten Solok yang telah memberi izin penelitian di sekolah tersebut.
10. Bapak dan ibu staf pengajar beserta siswa-siswi SDN 27 Gauang
11. Buat sahabat dan rekan FIK-UNP BP 2010 yang tidak bisa disebutkan nama satu persatu yang telah memberi dorongan kepada penulis.

Dengan segala bantuan dan saran yang telah diberikan pada penulis agar mendapatkan amal pahala dari Allah SWT. Akhir kata segala kekurangan dan kesalahan dari tulisan ini agar menjadi perhatian bagi penulis pada masa yang akan datang.

Padang, Mei 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	4
C. Pembatasan Masalah	4
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN	
A. Kajian Teoritis	7
1. Pengertian Senam	7
2. Pengertian Senam Kesegaran Jasmani (SKJ)	8
3. Pengertian Motivasi.....	10
4. Tingkat Kemampuan Guru dalam Pelaksanaan SKJ.....	13
B. Kerangka Konseptual	14
C. Pertanyaan Penelitian	15
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis, Waktu, dan Tempat Penelitian	16
B. Populasi dan Sampel	16
C. Jenis dan Sumber Data	18
D. Teknik Alat Pengumpulan Data	19
E. Teknik Analisa Data	21

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	23
B. Pembahasan	32

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	35
B. Saran	35

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian	17
2. Sampel Penelitian	18
3. Kisi-kisi Angket Penelitian	20
4. Daftar Klasifikasi Skor.....	20
5. Daftar Presebtase Skor	22
6. Distribusi Frekuensi Persentase Indikator Kedisiplinan	24
7. Distribusi Persentase Kedisiplinan	25
8. Distribusi Frekuensi Persentase Indikator Kemauan	26
9. Distribusi Persentase Kemauan	27
10. Distribusi Frekuensi Persentase Indikator Kreatifitas	28
11. Distribusi Persentase Kreatifitas	29
12. Distribusi Klasifikasi Motivasi Siswa secara Keseluruhan	30

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konseptual.....	15
2. Histogram Distribusi Presentase Klasifikasi.....	25
3. Histogram Distribusi Presentase Klasifikasi.....	27
4. Histogram Motivasi Keseluruhan	29

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Kisi-kisi angket	39
2. Petunjuk pengisian angket	40
3. Angket.....	41
4. Data Mentah Penelitian	43
5. Dokumentasi	44

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan mempunyai peranan penting dalam upaya mencerdaskan kehidupan bangsa dan mengembangkan kualitas manusia seutuhnya. Dalam Undang-Undang Pendidikan Nasional (UUSPN) No. 20/2003 dinyatakan dengan jelas fungsi pendidikan 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”.

Berpedoman pada kutipan di atas, maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa untuk mengembangkan kemampuan peserta didik menjadi manusia yang bermartabat, sehat dan berilmu dapat dicapai melalui pendidikan. Di samping itu pendidikan juga dapat membentuk manusia-manusia yang mandiri, kreatif, cakap dan mempunyai watak dan berakhlak mulia yang taat dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Kuasa, serta bertanggung jawab pada diri sendiri, keluarga, orang lain bangsa dan negara.

Salah satu lembaga resmi yang bergerak di bidang pendidikan adalah sekolah. Sekolah mempunyai jalur pendidikan yang terstruktur dan berjenjang yang terdiri atas pendidikan dasar seperti Sekolah Dasar (SD), Ibtidaiyah, dan MI. Pendidikan menengah pertama seperti SMP dan MTsN. Dan pendidikan menengah sakit seperti SMA, MAN, dan SMK. dari ketiga jenjang itu,

Sekolah Dasar (SD) merupakan lembaga pendidikan resmi paling dasar yang diberikan kepada anak.

Sekolah Dasar (SD) sangat berperan penting dalam mencapai tujuan dari pendidikan. Sekolah Dasar (SD) merupakan pondasi awal pendidikan resmi yang diberikan kepada anak. Jika pondasinya kuat maka anak akan mampu melewati masa depannya dengan baik seperti kecerdasan secara rohani maupun kecerdasan jasmani. Oleh sebab itu, Sekolah Dasar harus berupaya memberdayakan semua komponen yang ada di sekolah terutama siswa. Siswa adalah salah satu komponen penting yang dapat dijadikan tolak ukur untuk mengukur keberhasilan suatu sekolah. Salah satu hal yang dapat diukur dari siswa adalah kemampuannya dalam mengikuti pembelajaran yang diajarkan oleh guru. Dan untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam belajar, siswa perlu diberikan motivasi.

Motivasi atau dorongan merupakan salah satu aspek psikis yang mendorong seseorang untuk berprestasi membuat tindakan untuk mencapai suatu tujuan yang dikehendaki. Siswa yang memiliki motivasi yang baik, cenderung memiliki prestasi yang baik pula dan sebaliknya siswa yang kurang motivasi untuk belajar akan kurang pulalah hasil belajar yang diperolehnya. Menurut Ahmad dan Zainal (2003:68) motivasi adalah salah satu proses membangkitkan, mengarah dan mengekalkan tingkah laku ke arah tujuan tertentu yang sebelumnya tidak ada gerakan ke arah tujuan tersebut. Maksudnya, motivasi merupakan pendorong bagi seseorang untuk melakukan sesuatu.

Senam Kesegaran Jasmani (SKJ 2012) adalah salah satu aktivitas wajib yang ada di setiap Sekolah Dasar. Tujuan dari Senam Kesegaran Jasmani adalah untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa. Dalam pelaksanaannya, telah diprogramkan setiap hari atau sebelum masuk ke ruang kelas siswa SD melakukan SKJ dan setelah itu baru memulai pelajaran dengan tujuan pada saat proses belajar mengajar siswa bisa mengikuti dengan semangat. Dan kegiatan ini dilakukan oleh seluruh Sekolah Dasar yang ada di Indonesia baik itu di daerah maupun di kota termasuk di Sekolah Dasar N 27 Gauang Kecamatan Kubung Kabupaten Solok.

Berdasarkan observasi yang dilakukan penulis di lapangan, dalam kegiatan belajar mengajar ternyata beberapa siswa terlihat murung, kurang semangat dan mengantuk. Hal ini dapat diartikan bahwa tingkat kebugaran jasmani siswa masih rendah. Begitu juga dalam pelaksanaan SKJ 2012, banyak siswa yang juga terlihat cepat merasa lelah dan bahkan ada yang tidak mampu menyelesaikan kegiatan SKJ 2012 sampai akhir. Hal ini disebabkan beberapa faktor seperti kualitas atau potensi guru dalam memberikan pelajaran termasuk guru penjasorkes. Rata-rata guru yang mengajar sering melakukan metode pembelajaran yang monoton. Hal ini membuat siswa malas dalam mengikuti senam kesegaran jasmani, Sarana dan prasarana yang disediakan oleh sekolah terkadang kurang memadai. Permasalahan juga datang dari dukungan pihak sekolah ini dibuktikan dengan tidak maunya pihak sekolah menyediakan sarana yang cukup. Seperti dalam kegiatan SKJ 2012 yang terkadang sekolah tidak menggunakan elektronik yang bagus sehingga siswa

malas untuk mengikuti kegiatan senam. Permasalahan juga datang dari siswa dimana siswa tidak memiliki motivasi tinggi dalam melakukan kegiatan senam kesegaran jasmani. Dan dalam persoalan ini yang menjadi permasalahan utama siswa adalah kemauan, kreatifitas dan disiplin dari siswa itu sendiri.

Berdasarkan uraian di atas, penulis ingin melakukan penelitian terhadap motivasi siswa dalam pelaksanaan SKJ 2012 untuk mendapatkan gambaran data dan informasi yang akurat,serta untuk dapat dibedakan hipotesis dan jawaban pemecahan masalahnya.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, motivasi siswa dalam aktifitas Senam Kesegaran Jasmani (SKJ) di Sekolah Dasar N 27 Gauang Kecamatan Kubung Kabupaten Solok dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Disiplin siswa
2. Kemauan siswa
3. Kreatifitas siswa
4. Dorongan dari Orang tua
5. Pengaruh Teman sebaya
6. Dorongan Guru

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas, ternyata banyak variabel-variabel yang berpengaruh terhadap permasalahan yang akan diteliti, namun karena keterbatasan waktu, tenaga, dan biaya maka penelitian ini dibatasi pada:

1. Disiplin siswa
2. Kemauan siswa
3. Kreatifitas siswa

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan penelitian yaitu:

Berdasarkan pembatasan masalah di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Bagaimana motivasi yang dimiliki oleh siswa SD Negeri 27 Gauang Kecamatan Kubung Kabupaten Solok dalam mengikuti senam kesegaran jasmani (SKJ 2012)?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui motivasi siswa dalam pelaksanaan senam kesegaran jasmani 2012 ditinjau dari kedisiplinan siswa.
2. Untuk mengetahui motivasi siswa dalam pelaksanaan senam kesegaran jasmani 2012 ditinjau dari kemauan siswa.
3. Untuk mengetahui motivasi siswa dalam pelaksanaan senam kesegaran jasmani 2012 ditinjau dari kreatifitas siswa.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi:

1. Bagi penulis, sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan pada Jurusan Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

2. Guru penjasorkes, dapat meningkatkan kualitas pengajaran sehingga siswa lebih termotivasi dalam pembelajaran.
3. Siswa, sebagai pengetahuan tentang pentingnya meningkatkan motivasi mereka dalam belajar terutama dalam kegiatan senam kesegaran jasmani.
4. Sekolah dapat dijadikan sebagai gambaran mengenai penyelenggaraan dalam upaya meningkatkan motivasi belajar siswa terutama dalam kegiatan Senam Kesehatan Jasmani.
5. Dinas Pendidikan, sebagai pedoman dalam menerapkan kebijakan untuk meningkat kualitas guru dan siswa di sekolah.

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang motivasi siswa SD Negeri 27 Gauang Kecamatan Kubung Kabupaten Solok dalam mengikuti senam kesegaran jasmani 2012, maka dapat diambil kesimpulan :

1. Distribusi persentase motivasi siswa terhadap senam kesegaran jasmani 2012 dilihat dari segi kedisiplinan didapat data berjumlah 181 tingkat capaian responden sebesar 60,33% termasuk pada kategori cukup.
2. Distribusi persentase motivasi siswa terhadap senam kesegaran jasmani 2012 dilihat dari segi kemauan didapat data berjumlah 176 dengan tingkat capaian responden sebesar 58,67% termasuk pada kategori cukup.
3. Distribusi persentase motivasi siswa terhadap senam kesegaran jasmani 2012 dilihat dari segi kreatifitas didapat berjumlah 182 tingkat capaian responden sebesar 60,67% termasuk pada kategori cukup.

B. Saran

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

1. Kepada siswa agar dapat serius, semangat dalam melakukan kegiatan apapun, dan bisa mengembangkan kreatifitasnya saat proses belajar mengajar sehingga kegiatan pembelajaran yang diharapkan tersebut dapat tercapai terurama saat senam kesegaran jasmani 2012..

2. Kepada guru pembimbing yang ada di SDN 27 Gauang Kubung Kabupaten Solok diharapkan meningkatkan kinerja dan kualitasnya dalam melakukan proses mengajar serta selalu memberikan motivasi pada siswa dan menyuguhkan materi yang menarik yang diterapkan kepada siswa agar mereka tidak bosan dalam kegiatan senam kesegaran jasmani 2012.
3. Kepada kepala sekolah untuk turut serta menyerukan pada siswa agar dapat melakukan senam kesegaran jasmani dimana hal tersebut dapat memberikan suatu manfaat pada tubuh yakni senam dapat menyehatkan badan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, MS, Zainal. 2003. *Tips Pandai Belajar*. Kuala Lumpur: PTS Millenia.
- Arikunto, Suharsimi /. *Metode Penelitian*. Jakarta, Rineka Grup
- Danim, Sudarman. 2003. *Riset Keperawatan: Sejarah dan Metodologi*. Jakarta: Kedokteran EGC
- Gilang, M. 2007. *Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Olahraga Untuk SMA*. Jakarta: Ganeca Exact.
- Harinaldi. 2005. *Prinsip-Prinsip Statistik Untuk Teknik dan Sains*. Jakarta: Erlangga.
- Habsari, S, M Yusuf Ridlwan. 2005. *Bimbingan Konseling SMA*. Jakarta: Grasindo.
- Herijulianti, E dkk. 2001. *Pendidikan Kesehatan Gigi*. Jakarta: Kedokteran EGC.
- Irianto, Anton. 2005. *Born to win: Kunci Sukses yang Pernah Gagal*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka umum.
- Kristo, Thomas. 2010. *Andalan Para Orang Tua Motivator Terbaik Bagi Remaja*. Jakarta: PT Gramedia.
- Notoadmadjo, Soekidjo. 2005. *Metodologi Penelitian, Kesehatan*. Jakarta. Rineka grup
- Muhajir. 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Ghalia Indonesia Printing.
- Mujtabah, S, M Yusuf Ridlwan. 2010. *Nikmatnya Seks Islami*. Yogyakarta: PT Suka Buku.
- Sapa'at, Asep. 2012. *Stop Menjadi Guru*. Jakarta: PT Tangga Pustaka.
- Satrosupadi, A. 2000. *Rancangan Percobaan Praktis Bidang Pertanian*. Yogyakarta: Konisius.
- Sudarno. Paulus. 2009. *Manajemen Terapi Motivasi: Sehat Tanpa Obat*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Tim Penjas SD. 2006. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Yogyakarta: Yudistira.