

**ANALISIS KEDISIPLINAN, MOTIVASI, DAN HASIL BELAJAR  
PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI  
SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 3 PAYAKUMBUH**

**SKRIPSI**

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Departemen Pendidikan Olahraga sebagai  
salah satu persyaratan guna memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



**Oleh :**

**IZRO MAYTA ANISA  
NIM : 18086281**

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

## HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

**Judul** : Analisis Kedisiplinan, Motivasi, dan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Payakumbuh

**Nama** : Izro Mayta Anisa

**NIM** : 18086281

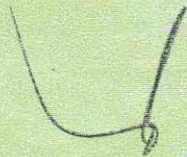
**Program Studi** : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

**Departemen** : Pendidikan Olahraga

**Fakultas** : Fakultas Ilmu Keolahragaan

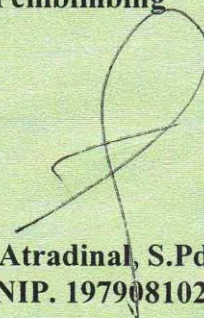
Padang, Mei 2022

Mengetahui,  
Ketua Departemen Pendidikan Olahraga



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

Disetujui Oleh:  
Pembimbing



**Atradinal, S.Pd, M.Pd**  
NIP. 197908102006041002

## HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI




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

**Judul** : Analisis Kedisiplinan, Motivasi, dan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Payakumbuh

**Nama** : Izro Mayta Anisa  
**NIM** : 18086281  
**Program Studi** : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
**Departemen** : Pendidikan Olahraga  
**Fakultas** : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Padang, Mei 2022

### Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Atradinal, S.Pd, M.Pd	1. .... 
2. Sekretaris	: Dr. Syahrastani, M.Kes.AIFO	2. .... 
3. Anggota	: Sepriadi, S.Si, M.Pd	3. .... 

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “**Analisis Kedisiplinan, Motivasi, dan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Olahraga di Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Payakumbuh**” adalah asli karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing dan kontributor.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan di cantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan didalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Juni 2022  
Yang membuat pernyataan



**Izro Mayta Anisa**  
**NIM. 18086281**

## ABSTRAK

### **Izro Mayta Anisa. 2022. Analisis Kedisiplinan, Motivasi, dan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Olahraga di Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Payakumbuh**

Permasalahan yang terjadi di Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Payakumbuh tentang kurang disiplinnya siswa, tidak serius, tidak bersemangat mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Olahraga. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana tingkat kedisiplinan, motivasi, dan hasil belajar siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Payakumbuh.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Payakumbuh yang berjumlah 969 orang. Penarikan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Simpel Random Sampling*, sehingga sampel dalam penelitian ini berjumlah 91 orang. Instrumen untuk pengumpulan data kedisiplinan dan motivasi belajar menggunakan angket sedangkan untuk hasil belajar menggunakan nilai rapor semester ganjil Juli-Desember. Teknik analisis data menggunakan teknik analisis deskriptif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa, tingkat kedisiplinan siswa diperoleh tingkat capaian sebesar 61,06 % berada pada klasifikasi “ Baik”. Tingkat motivasi belajar siswa diperoleh tingkat capaian sebesar 63,98 % berada klasifikasi “Baik”. Sedangkan untuk hasil belajar siswa diperoleh capaian sebesar 51.64 % berada pada klasifikasi “Baik”.

***Kata Kunci* : Kedisiplinan, Motivasi, Hasil Belajar**

## KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum warahmatullahi wa barakatuh,

Alhamdulillah, puji syukur penulis ucapkan ke hadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul : **“Analisis Kedisiplinan, Motivasi, dan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Olahraga di Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Payakumbuh ”**.

Skripsi ini dibuat melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP). Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moral maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof.Ganefri, M.Pd, Ph.D selaku Rektor Universitas Negeri Padang beserta staf yang telah memberikan izin dalam pemakaian atau fasilitas yang ada untuk menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Prof. Dr. Alnedral, M. Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Drs. Zarwan, M.Kes selaku Kepala Departemen Pendidikan Olahraga dan Bapak Sepriadi, S.Si, M.Pd selaku Sekretaris Departemen Pendidikan Olahraga yang telah memberikan bantuan administrasi dan konsultatif dalam perkuliahan sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.

4. Bapak Atradinal, S.Pd, M.Pd selaku Pembimbing yang telah banyak memberikan bimbingan, nasehat serta dukungan moral kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Dr. Syahrastani, M.Kes.AIFO dan Bapak Sepriadi, S.Si, M.Pd selaku Tim penguji yang telah memberikan masukan dan saran dalam skripsi ini.
6. Kedua orang tua saya, Ayahanda dan Ibunda yang sangat kucintai yang banyak memberikan dukungan moral dan materil serta bimbingan do'anya yang tulus dan tak kunjung henti kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.
7. Kepada seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan ilmu yang penulis peroleh selama perkuliahan.
8. Kepada teman-teman seperjuangan Rizki Azhar Ts, Dwi Septia Putri, Chusnul Mar'iyah, Monika Yulita, Rizki Aulia, Risma Febriani, Beni Gusti, Enrico Saputra, Muhammad Affan, Yoko Suprianto, Sarah Safitri, Helfira Zahara dan siswa SMA N 3 Payakumbuh yang telah membantu penulis baik secara langsung maupun tidak langsung.

Akhirnya penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Mei 2022

Izro Mayta Anisa

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>ii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>iv</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>vi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>viii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	6
C. Pembatasan Masalah .....	6
D. Rumusan Masalah .....	6
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Manfaat Penelitian.....	7
<b>BAB II PEMBAHASAN</b>	
A. Kajian Teori.....	9
1. Disiplin .....	9
a. Pengertian Disiplin Belajar .....	9
b. Fungsi Disiplin Belajar .....	10
c. Pentingnya Disiplin Belajar .....	12
d. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kedisiplinan Belajar .....	14
e. Macam-Macam Disiplin Belajar.....	16
f. Indikator Disiplin Belajar .....	18
2. Motivasi Belajar .....	18
a. Pengertian Motivasi Belajar.....	18
b. Fungsi Motivasi Belajar.....	20
c. Prinsip-Prinsip Motivasi Belajar.....	21
d. Indikator Motivasi Belajar .....	23

3. Hasil Belajar .....	26
a. Pengertian Hasil Belajar .....	26
b. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Hasil Belajar .....	28
B. Kerangka Berpikir .....	29
C. Hipotesis Penelitian .....	30
<b>BAB III METODOLOGI DAN PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian .....	31
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	31
C. Populasi dan Sampel .....	32
D. Definisi Operasional .....	35
E. Teknik Pengumpulan Data .....	36
F. Instrumen Pengumpulan Data .....	38
G. Teknik Analisis Data .....	40
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskriptif Data .....	41
B. Pembahasan .....	47
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan.....	55
B. Saran.....	55
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>57</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1. Populasi Penelitian.....	32
2. Sampel Penelitian.....	34
3. Alternatif Jawaban Menurut Skala Likert .....	37
4. Pencapaian Responden.....	37
5. Instrumen Kedisiplin.....	38
6. Instrumen Motivasi Belajar.....	39
7. Distribusi Frekuensi Data Kedisiplinan .....	42
8. Distribusi Frekuensi Data Motivasi Belajar.....	44
9. Data Hasil Belajar .....	45

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
1. Histogram Frekuensi Data Kedisiplinan .....	42
2. Histogram Frekuensi Data Motivasi Belajar .....	44
3. Histogram Frekuensi Data Hasil Belajar.....	45
4. Histogram Frekuensi Sikap Siswa .....	47
5. Proses Pembagian Angket (Kuesioner).....	69
6. Pengundian Nomor Lot yang Menjadi Sampel Penelitian.....	69
7. Penjelasan Cara Pengerjaan Angket (Kuesioner) .....	70
8. Siswa Memahami dan Mengerjakan Angket(Kuesioner) .....	70

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran</b>	<b>Halaman</b>
1. Angket Disiplin Belajar.....	61
2. Tabulasi Jawaban Responden Tentang Disiplin Belajar .....	65
3. Angket Motivasi Belajar .....	67
4. Tabulasi Jawaban Responden Tentang Motivasi Belajar.....	70
5. Data hasil belajar PJOK siswa di SMA N 3 Payakumbuh.....	72
6. Dokumentasi Penelitian .....	75
7. Surat Izin Penelitian dari Fakultas Ilmu Keolahragaan.....	77
8. Surat Izin Penelitian dari Dinas Pendidikan.....	78
9. Surat Izin Penelitian dari SMA N 3 Payakumbuh .....	79
10. Surat Izin Selesai Penelitian dari SMA N 3 Payakumbuh .....	80

## **BAB I PENDAHULUAN**

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

Olahraga merupakan suatu aktivitas yang melibatkan pengerahan tenaga fisik dan pikiran yang dilakukan untuk melatih tubuh manusia, baik secara jasmani maupun rohani. Secara fungsional olahraga berperan atau berfungsi menyehatkan tubuh, sementara ada dimensi sosial, olahraga berperan menanamkan nilai dan norma-norma kehidupan yang patut diamalkan dalam kehidupan.

Menurut UU SISDIKNAS No 20/2003 Pasal 1, 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, pengenalan diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Pendidikan pada dasarnya adalah suatu proses untuk membantu manusia dalam mengembangkan dirinya ( Atradinal, 2017)

Pendidikan olahraga adalah pendidikan jasmani dan olahraga yang dilaksanakan sebagai bagian proses pendidikan yang teratur dan berkelanjutan untuk memperoleh pengetahuan, kepribadian, keterampilan, kesehatan, dan kebugaran jasmani. Dalam dunia pendidikan, disiplin belajar sangat penting, karena sikap disiplin bertujuan agar dapat menjaga diri dari perilaku yang menyimpang dan hal-hal yang dapat mengganggu dalam proses pembelajaran. Tanpa disiplin yang baik, suasana sekolah bahkan kelas menjadi kurang kondusif

dalam kegiatan pembelajaran. Secara positif disiplin memberikan dukungan lingkungan yang tenang dan tertib dalam proses pembelajaran. Bahkan sikap disiplin dianggap merupakan jalan untuk sukses bagi siswa dalam belajar dan juga pada saat masuk dalam dunia kerja. Menurut Pamungkas dan Mustafidah (2016 : 73) disiplin adalah kepatuhan terhadap peraturan atau tunduk pada pengawasan atau pengendalian.

Salah satu permasalahan mutu pendidikan di Indonesia adalah rendahnya mutu proses pembelajaran seperti metode mengajar guru yang kurang tepat dan manajemen sekolah yang tidak efektif. Salah satunya tingkat kedisiplinan, Disiplin dalam belajar bagi siswa merupakan salah satu bentuk keharusan bagi siswa yang ingin memperoleh prestasi belajar yang memuaskan. Dalam mencapai suatu prestasi, siswa harus memiliki tingkat disiplin yang tinggi khususnya disiplin individu yang dimulai dari disiplin terhadap diri sendiri dan melebar kedisiplin lingkungan yang lebih besar seperti sekolah. Disiplin individu ini harus dilatih terus menerus yang pada akhirnya menjadi kebiasaan bukan suatu paksaan sehingga dapat memperlancar suatu prestasi belajar dan juga menuju kearah yang lebih baik.

Motivasi adalah suatu proses untuk menggiatkan motif/data menjadi perbuatan atau tingkah laku untuk memenuhi kebutuhan dan mencapai tujuan tertentu. Menurut sholekhah dan Hadi (2014:372) ”motivasi adalah suatu proses psikologi yang mencerminkan sikap, kebutuhan, persepsi, dan keputusan yang terjadi pada diri seseorang dimana ada suatu dorongan untuk melakukan sesuatu duna mencapai tujuan tertentu”. Sedangkan menurut Hartati (2015:2) “motivasi

merupakan suatu aspek psikis yang mendorong seseorang untuk mengepresikan kemampuan suatu tindakan untuk mencapai tujuan yang dikehendaki”. Faktanya yang sering terjadi selama ini menunjukkan bahwa ketika ada permasalahan tentang rendahnya motivasi belajar siswa, guru, dan orang tua terkesan tidak mau peduli terhadap itu, guru pun membiarkan siswa malas belajar dan orang tua pun tidak peduli dengan kondisi belajar anak. Maka untuk menumbuhkan motivasi belajar siswa orang tua dan guru berperan penting dalam mengetahui penyebab rendahnya motivasi belajar siswa dan faktor-faktor yang mempengaruhinya.

Motivasi berasal dari dalam diri siswa sendiri yang disebut dengan motivasi intrinsik dan motivasi yang berasal dari luar diri siswa disebut dengan motivasi ekstrinsik. Bagi siswa yang memiliki motivasi intrinsik tidak perlu adanya rangsangan dari luar. Sebagai contoh, siswa yang menyadari akan pentingnya manfaat berolahraga bagi tubuh dipastikan ia dapat mengikuti pembelajaran PJOK dengan penuh semangat. Pada umumnya siswa yang memiliki motivasi tentu memiliki pemahaman dan pengetahuan yang lebih mendalam tentang manfaat berolahraga. Sedangkan motivasi ekstrinsik yang dimiliki siswa akibat adanya rangsangan dari luar sehingga mendorong siswa tersebut untuk belajar. Secara umum ketekunan siswa yang memiliki motivasi ekstrinsik untuk mengikuti pembelajaran sangat tergantung kepada lingkungan belajarnya, misalnya : dari guru, teman sebaya, orang tua, dan figur yang dicintai. Contohnya seorang siswa dapat belajar dengan sungguh-sungguh karena sering di apresiasi, dipuji, disanjung oleh guru atau teman sebayanya.

Oleh karena itu, motivasi ekstrinsik belajar siswa dapat mempengaruhi pembelajaran PJOK di sekolah. Di samping persoalan kedisiplinan, motivasi dari siswa juga berpengaruh terhadap hasil belajar siswa, maka dalam proses belajar akan menjadi lancar dan tertib sehingga hasil yang diperoleh juga akan maksimal. Sikap disiplin dalam kegiatan belajar dapat melaksanakan tanggung jawab sesuai dengan yang telah ditentukan dalam hal ini belajar yang merupakan tanggung jawab dari seorang siswa sehingga tujuan pendidikan tercapai. Hasil belajar dalam hal ini adalah hasil yang diterima oleh peserta didik berupa keterampilan, pengetahuan, maupun sikap yang ditunjukkan dengan nilai atau angka yang diberikan.

Hal-hal yang diduga penyebab rendahnya motivasi belajar seperti : jam pembelajaran dikelas yang diteliti pada jam pembelajaran PJOK di akhir jam sekolah, metode mengajar guru yang kurang tepat, materi pembelajaran yang kurang menarik, kurang paham dan tidak jelasnya tujuan belajar siswa yang disampaikan guru. Kedisiplinan dan motivasi belajar, seperti yang telah dijelaskan di atas bahwa keduanya sangat penting dan berkaitan bagi siswa baik dalam kegiatan proses pembelajaran disekolah maupun dirumah.

Dari beberapa uraian di atas, faktor kedisiplinan dan motivasi belajar adalah faktor yang dianggap penting serta diduga berimplikasi terhadap hasil belajar peserta didik. Apabila peserta didik memiliki kedisiplinan dan motivasi belajar yang baik maka hasil belajar PJOK juga akan baik. Dan apabila peserta didik tidak memiliki kedisiplinan, motivasi belajar yang baik maka hasil belajar PJOK juga tidak akan baik. Sekarang ini masih dominan siswa yang memiliki motivasi

rendah yang ditandai oleh beberapa hal seperti : keterlibatan siswa dalam pembelajaran yang rendah baik,tidak ikut aktif dalam pembelajaran PJOK dan cenderung tidak semangat dalam pembelajaran, siswa yang rendah motivasinya cenderung tidak memperhatikan atau tidak merespon dan tidak melaksanakan perintah guru.

Alasan pemilihan nilai dalam hasil belajar PJOK karena adanya keterkaitan antara kedisiplinan dan motivasi belajar yang akan mempengaruhi hasil belajar PJOK terhadap siswa, sehingga materi yang diajarkan dapat mendasari materi pelajaran lain yang apabila mata pelajaran PJOK siswa memiliki hasil belajar yang kurang maksimal artinya kurangnya kemamuan dan pemahaman yang dapat membuat mata pelajaran yang lain juga menjadi tidak konduktif dan hasilnya kurang maksimal. Selain itu dengan dilakukan penelitian ini peneliti berharap dapat menemukan solusi untuk memperbaiki sikap dan perilaku siswa yang terkait kedisiplinan dan motivasi belajar agar hasil belajar yang dicapai siswa dapat maksimal. Salah satu Sekolah Menengah Atas yang turut berperan serta mengembangkan hasil PJOK yakni di SMA N 3 Payakumbuh.

Berdasarkan masalah-masalah diatas yang terjadi pada siswa SMA N 3 Payakumbuh. Peneliti menduga bahwa permasalahan hasil belajar PJOK siswa disebabkan oleh kedisiplinan dan motivasi belajar yang rendah. Dengan demikian maka peneliti tertarik untuk mengungkap dan mengetahui kedisiplinan, motivasi dan hasil belajar PJOK siswa SMA N 3 Payakumbuh secara ilmiah melalui sebuah penelitian.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Kedisiplinan siswa yang rendah terhadap diri sendiri dan lingkungan sekitarnya.
2. Siswa yang bersikap malas dalam melakukan gerakan-gerakan yang diberikan oleh guru PJOK
3. Motivasi belajar intrinsik dan ekstrinsik siswa yang mempengaruhi pembelajaran PJOK
4. Siswa mengalami kesulitan belajar teori pelajaran PJOK dari pada prakteknya
5. Hasil belajar yang dipengaruhi karena kedisiplinan dan motivasi belajar

## **C. Pembatasan Masalah**

Mengingat banyaknya permasalahan dan juga keterbatasan yang ada pada penulis, maka penulis memberikan pembatasan masalah yang akan diteliti berkaitan dengan kedisiplinan, motivasi belajar dan hasil belajar di SMA N 3 Payakumbuh.

## **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah dan batasan masalah yang telah ditulis maka rumusan masalahnya adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana kedisiplinan siswa terhadap pembelajaran PJOK di SMA N 3 Payakumbuh ?
2. Bagaimana motivasi belajar siswa terhadap pembelajaran PJOK SMA N 3 Payakumbuh ?

3. Bagaimana hasil belajar siswa terhadap pembelajaran PJOK SMA N 3 Payakumbuh ?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui kedisiplinan siswa terhadap pembelajaran PJOK di SMA N 3 Payakumbuh
2. Untuk mengetahui motivasi belajar siswa terhadap pembelajaran PJOK SMA N 3 Payakumbuh
3. Untuk mengetahui hasil belajar siswa terhadap pembelajaran PJOK SMA N 3 Payakumbuh

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

Sesuai dengan masalah dan tujuan penelitian yang telah dirumuskan maka penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi pihak-pihak sebagai berikut :

1. Bagi penulis, untuk memenuhi salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan S1 jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Bagi siswa, manfaat bagi siswa adalah dapat dijadikan refleksi diri dalam mengikuti kegiatan pembelajaran agar dapat meningkatkan disiplin dan motivasi belajar yang baik untuk mencapai hasil belajar yang maksimal.
3. Bagi guru, manfaat penelitian ini bagi guru adalah dapat dijadikan sebagai pedoman dalam mengajar dan mendidik perilaku siswa agar memiliki karakter yang baik untuk peningkatan kualitas hasil belajar dengan menumbuhkan disiplin dan motivasi belajar yang baik pada siswa

4. Bagi sekolah, manfaat penelitian ini bagi sekolah bisa dimanfaatkan untuk meningkatkan ketertiban siswa kaitanya dengan kedisiplin dan motivasi belajar yang baik bagi siswa.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka penulis dapat menarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Tingkat kedisiplinan belajar PJOK siswa SMA N 3 Payakumbuh diperoleh tingkat capaian sebesar 61,06 %. Yang berada pada klasifikasi “Baik”.
2. Tingkat motivasi belajar PJOK siswa SMA N 3 Payakumbuh diperoleh tingkat capaian 63,98 %. yang berada pada klasifikasi “Baik”.
3. Hasil belajar siswa SMA N 3 Payakumbuh secara keseluruhan telah memenuhi syarat KKM dan dinyatakan tuntas, sedangkan untuk sikap dikategorikan “Baik”.

#### **B. Saran**

Berdasarkan pada kesimpulan di atas, maka penulis dapat memberikan saran-saran yang dapat membantu mengatasi masalah yang ditemui dalam upaya meningkatkan hasil belajar PJOK siswa SMA Negeri 3 Payakumbuh yaitu:

1. Para guru PJOK disarankan untuk menerapkan dan memperhatikan tentang aspek kedisiplinan siswa diantaranya yaitu kedisiplinan belajar dan motivasi dalam proses pembelajaran PJOK, disamping faktor-faktor lain yang ikut menunjang keberhasilan dalam usaha meningkatkan hasil belajar PJOK siswa SMA Negeri 3 Payakumbuh.

2. Pihak sekolah dan guru agar dapat memberikan dukungan dalam hal meningkatkan kedisiplinan dan motivasi terhadap hasil belajar dalam pembelajaran PJOK, baik dari hal penyediaan sarana dan prasarana maupun dari dukungan moril.
3. Bagi para peneliti disarankan agar dapat melihat kedisiplinan dan motivasi siswa terhadap hasil belajar PJOK dari aspek lain.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ali Imran. 2011. *Manajemen Peserta Didik Berbasis Sekolah*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Alnedral, A. Motivasi Member Senam Aerobik pada G-Sport Center Kota Padang. *Jurnal Patriot*, 1(2), 589-597)
- Anggraini, Dewi. 2010. “*Peran Disiplin Belajar Terhadap Prestasi Belajar*”. Skripsi. Pekanbaru : Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau
- Arikunto, Suharsimi. (2010:271). *Prosedur Penelitian Pendidikan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- \_\_\_\_\_. 2019. *Prosedur Penelitian Pendidikan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- 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.
- Atradinal, A. A. (2017). Hubungan Motivasi Kerja dengan Kinerja Guru Penjasorkes Padang Utara Kota Padang. *Jurnal Performa Olahraga*, 2(02), 112-119
- Atwi, Zery, and Kamal Firdaus. “Hubungan Tingkat Kebugaran Jasmani dan Motivasi Belajar Siswa Kelas XI SMA Negeri 2 Bengkulu Selatan. *Jurnal JPDO*, 3(1), 24-29
- Darni, F. U., & Edwardsyah, F. U. (2018). Hubungan Motivasi Belajar dengan Hasil Belajar Massase Dasar Mahasiswa Fik Unp. *Jurnal Menssana*, 3(1), 10-18.
- Dimiyati dan Mudjiono. 1999. *Belajar dan Pembelajaran*, Jakarta : Rineka Cipta.
- Djamarah, Syaiful Bahri. 2008. *Psikologi Belajar*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Dyastuti, Catur Wahyu. 2016, “*Hubungan Anatara Kedisiplinan Dengan Hasil Belajar Siswa SDN Wonosari 02 Kota Semarang*”. Skripsi. Semarang : Universitas Negeri Semarang.
- Ekosowono dan Rachman. 2000. *Manajemen Kelas*. Semarang : IKIP.
- Elly, Rosma. 2016. Hubungan Kedisiplinan terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas V di SD Negeri 10 Banda Aceh. *Jurnal Pesona Dasar* Vol. 3 No. 4 Hal. 43-53. Tersedia pada <http://www.jurnal.unsyiah.ac.id/PEAR/article/download/7540/6207>.