

**MOTIVASI BELAJAR SISWA DALAM PEMBELAJARAN SENAM DASAR  
DAN AKTIVITAS RITMIK DI SMA N 1 2X11 ENAM LINGKUNG  
KABUPATEN PADANG PARIAMAN**

**SKRIPSI**

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



Oleh

**LUCY PRATAMA PUTRI**

**NIM. 53369**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI**

**JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**

**UNIVERSITAS NEGERI PADANG**

**2014**

## PERSETUJUAN SKRIPSI

### MOTIVASI BELAJAR SISWA DALAM PEMBELAJARAN SENAM DASAR DAN AKTIVITAS RITMIK DI SMA N 1 2X11 ENAM LINGKUNG KABUPATEN PADANG PARIAMAN

Nama : Lucy Pratama Putri  
NIM : 53369  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Januari 2014

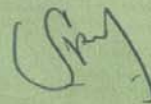
Disetujui Oleh:

Pembimbing I



Drs. Jonni, M.Pd  
NIP.196006041986021001

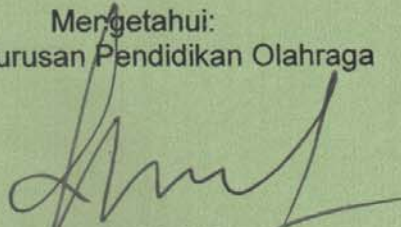
Pembimbing II



Dra. Erianti, M.Pd  
NIP.196207051987112001

Mengetahui:

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Yulifri, M.Pd  
NIP. 195907051985031002

## PENGESAHAN

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 : **Motivasi Belajar Siswa Dalam Pembelajaran  
Senam Dasar dan Aktivitas Ritmik di SMA N 1 2x11  
Enam Lingkung Kabupaten Padang Pariaman**

Nama : Lucy Pratama Putri

NIM : 53369

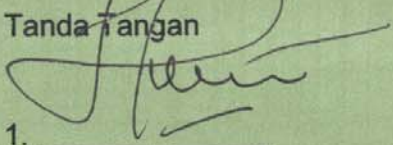
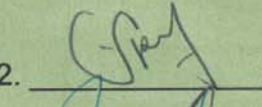
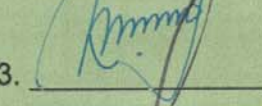
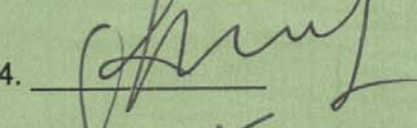
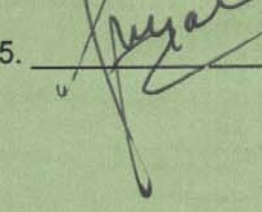
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Januari 2014

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Drs. Jonni, M.Pd	1. 
2. Sekretaris	: Dra. Erianti, M.Pd	2. 
3. Anggota	: Dr. Khairuddin, M.Kes AIFO	3. 
4. Anggota	: Drs. Yulifri, M.Pd	4. 
5. Anggota	: Drs. Qalbi Amra, M.Pd	5. 

## ABSTRAK

### **Lucy Pratama Putri (53369) : Motivasi Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Senam Dasar dan Aktivitas Ritmik di SMA N 1 2 x 11 Enam Lingkung Kabupaten Padang Pariaman**

Berdasarkan observasi yang penulis lakukan di lapangan, bahwa dalam pembelajaran senam dasar dan aktivitas ritmik siswa di SMA N 1 2X11 Enam Lingkung Kabupaten Padang Pariaman didapati mendapatkan hasil pembelajaran yang rendah. Hal ini diduga karena rendahnya motivasi siswa pada mata pelajaran senam dasar dan akyivitas ritmik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui motivasi belajar siswa dalam pembelajaran senam dasar dan aktivitas ritmik di SMA N 1 2x11 Enam Lingkung Kabupaten Padang Pariaman.

Jenis penelitian adalah *deskriptive*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa dari kelas XI SMA N 1 2X11 Enam Lingkung Kabupaten Padang Pariaman yang berjumlah sebanyak 217 orang. Sampel diambil dengan *purposive sampling*, dengan demikian jumlah sampel adalah sebanyak 40 orang. Jenis data dalam penelitian yaitu data primer, data yang dikumpulkan langsung oleh peneliti dengan menyebarkan angket kepada siswa yang terpilih menjadi sampel. Data motivasi siswa dianalisis dengan tingkat capaian responden dengan menggunakan analisis skor ideal.

Hasil penelitian menyatakan bahwa motivasi intrinsik siswa diperoleh tingkat capaian sebesar 82,07%, dan berada pada interpretasi yaitu "Sangat Kuat". Artinya motivasi intrinsik siswa, sangat kuat dalam mengikuti proses pembelajaran senam dasar dan aktivitas ritmik. Sedangkan motivasi ekstrinsik siswa diperoleh tingkat capaian sebesar 77,12%, dan berada pada kategori "Cukup". Artinya siswa cukup memiliki motivasi ekstrinsik dalam pembelajaran senam dasar dan aktivitas ritmik.

## KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Studi Motivasi Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Senam Dasar dan Aktivitas Ritmik di SMA N 1 2 x 11 Enam Lingsung Kabupaten Padang Pariaman”.

Penulisan skripsi ini adalah sebagai salah satu syarat untuk melengkapi tugas-tugas dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan di 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.
2. Drs. Yulifri, M.Pd selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Drs. Jonni, M.Pd selaku pembimbing I dan Dra. Erianti, M.Pd sebagai pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan, pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti dalam penulisan skripsi ini.
4. Dr. Khairuddin, M.Kes AIFO, Drs. Yulifri, M.Pd dan Drs. Qalbi Amra, M.Pd selaku tim penguji yang telah memberikan saran dan masukan

dalam penyusunan skripsi ini.

5. Seluruh pihak di SMA N 1 2 x 11 Enam Lingkung Kabupaten Padang Pariaman yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melibatkan siswanya dalam pengambilan data penelitian.
6. Seluruh staf pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
7. Kedua orang tuaku yang telah memberikan bantuan secara moril maupun materil kepada penulis di dalam penyelesaian skripsi ini.
8. Buat teman-teman yang senasib seperjuangan yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah memberikan dorongan moril dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu diharapkan saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan skripsi ini. Akhir kata penulis do'akan semoga semua amal yang diberikan mendapat imbalan yang setimpal dan bermanfaat bagi kita semua. Amin Ya Robal Alamin.

Padang, Januari 2014

**Penulis**

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	iv
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	vii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	viii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	5
C. Pembatasan Masalah .....	7
D. Rumusan Masalah .....	7
E. Tujuan Penelitian .....	8
F. Manfaat Penelitian .....	8
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Landasan Teori	
1. Pembelajaran Penjasorkes .....	10
2. Senam Dasar dan Aktivitas Ritmik .....	16
3. Motivasi .....	30
B. Kerangka Konseptual .....	43
C. Pertanyaan Penelitian .....	44
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Jenis dan Metode Penelitian .....	45
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	45
C. Populasi dan Sampel .....	46
D. Defenisi Operasional .....	47
E. Jenis dan Sumber Data .....	48
F. Teknik Alat Pengumpulan Data .....	49
G. Instrumen Penelitian .....	49
H. Teknik Analisis Data .....	51
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi	

1. Motivasi Intrinsik.....	53
2. Motivasi Ektrinsik.....	57
B. Pembahasan.....	61
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan.....	67
B. Saran .....	67

**DAFTAR PUSTAKA**

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian.....	46
2. Sampel Penelitian .....	47
3. Kisi-kisi Angket Penelitian .....	50
4. Alternatif Jawaban.....	50
5. Interpretasi Skor Untuk Menyimpulkan Hasil Penelitian .....	52
6. Distribusi Hasil Data Variabel Motivasi Intrinsik Siswa Dalam Pembelajaran Senam Dasar Dan Aktivitas Ritmik .....	54
7. Frekuensi Jawaban Motivasi Intrinsik Siswa Dalam Pembelajaran Senam Dasar Dan Aktivitas Ritmik .....	55
8. Distribusi Hasil Data Variabel Motivasi Ekstrinsik Siswa Dalam Pembelajaran Senam Dasar Dan Aktivitas Ritmik .....	58
9. Frekuensi Jawaban Motivasi Ekstrinsik Siswa Dalam Pembelajaran Senam Dasar Dan Aktivitas Ritmik .....	60

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Histogram Variabel Motivasi Instrinsik .....	55
2. Histogram Variabel Motivasi Ekstrinsik.....	58

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Kisi-kisi Uji Coba Penelitian .....	71
2. Format Pengisian Uji Coba Angket.....	72
3. Uji Coba Angket .....	73
4. Data Hasil Uji Coba Angket.....	77
5. Data Hasil Uji Validitas dan Reabilitas Uji Coba Angket.....	78
6. Kisi-kisi Angket Penelitian .....	82
7. Format Pengisian Angket.....	83
8. Angket Penelitian .....	84
9. Rekap dan Pengolahan Data Motivasi Instrinski .....	87
10. Rekap dan Pengolahan Data Motivasi Ekstrinski .....	88
11. Surat Izin Penelitian Dari Fakultas .....	89
12. Surat Izin Penelitian Dari Kesbangpol Kab. Padang Pariaman .....	90
13. Surat Izin Penelitian Dari Dinas Pendidikan Kab. Padang Pariaman .....	91
14. Surat Pemberitahuan Penelitian Dari Kecamatan 2x11Enam Lingkung .....	92
15. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitan .....	93
16. Dokumentasi Penelitian .....	94

## **BAB I PENDAHULUAN**

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

Pendidikan nasional merupakan suatu usaha yang strategis untuk mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban sumber daya manusia, sebagaimana dinyatakan dalam UU RI No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pada Bab II pasal 3 dijelaskan bahwa: "Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa".

Salah satu upaya untuk mencapai fungsi pendidikan nasional adalah melalui pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes). Menurut Kementerian Pendidikan Nasional Nomor 22 tahun 2006, tanggal 23 Mei 2006 dalam kurikulum 2006 (2006:48) bahwa:

"Penjasorkes merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, yang 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 jasmani merupakan bagian pendidikan keseluruhan di sekolah yang mengutamakan pertumbuhan dan pengembangan tiga ranah yaitu ranah kognitif, afektif dan psikomotor siswa. Pembelajaran

pendidikan jasmani dan kesehatan juga mencakup keseluruhan kajian-kajian lainnya. Hasil belajar dalam pembelajaran senam dasar dan aktivitas ritmik merupakan sesuatu yang telah dicapai oleh siswa setelah mengikuti pelajaran Penjasorkes di sekolah. Hasil belajar yang baik adalah hasil belajar yang diperoleh siswa sesuai dengan KKM di sekolah tersebut. Siswa sangat mengharapkan mampu mencapai hasil belajar yang memuaskan.

Agar dapat mencapai hasil belajar yang memuaskan pada pembelajaran senam dasar dan aktivitas ritmik, setiap siswa harus memperhatikan hal-hal yang mempengaruhi proses pencapaian hasil belajar diantaranya motivasi intrinsik dan ekstrinsik, status gizi, minat, ekonomi dan sebagainya. Hal ini sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Djamarah (1994:32) juga menyatakan bahwa “hasil belajar siswa dipengaruhi oleh banyak faktor, diantaranya; kesehatan, motivasi (intrinsik dan ekstrinsik), status gizi, kebugaran jasmani, minat belajar, ekonomi, dukungan orang tua, dan lain sebagainya”. Senam dasar dan aktivitas ritmik merupakan bagian dari kurikulum Penjasorkes di sekolah. Hasil pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan pada materi senam dasar dan aktivitas ritmik ini diharapkan memberi kesempatan kepada siswa terlibat secara langsung dalam kegiatan belajar melalui aktivitas jasmani.

Berdasarkan definisi di atas jelas terlihat bahwa materi dalam pembelajaran senam dasar dan aktivitas ritmik juga ikut andil dalam

pembentukan watak dan pribadi seseorang melalui berbagai ketrampilan gerak yang diajarkan. Idealnya pelaksanaan pembelajaran senam dasar dan aktivitas ritmik ini dapat berhasil dan berjalan sesuai dengan tujuan. Oleh sebab itu dalam pelaksanaan pembelajaran senam dasar dan aktivitas ritmik siswa harus memiliki motivasi yang tinggi serta diiringi dengan perbuatan dan tindakan, salah satunya adalah dengan cara mengikuti proses pembelajaran senam dasar dan aktivitas ritmik secara berkesinambungan. Selain memiliki keinginan, harapan, ketekunan, minat serta manfaat peserta didik juga perlu mendapatkan dukungan dari pihak sekolah, orangtua, teman, masyarakat dan lingkungan.

Dari beberapa uraian di atas, motivasi merupakan faktor yang dianggap penting dan diduga mempengaruhi hasil belajar siswa, khususnya dalam pembelajaran senam dasar dan aktivitas ritmik. Karena, motivasi merupakan dorongan yang timbul dari dalam dan luar diri, yang akan dapat mempengaruhi tingkat keberhasilan siswa. Siswa akan berhasil apabila memiliki tingkat motivasi yang tinggi pada pembelajaran senam dasar dan aktivitas ritmik. Oleh sebab itu dalam melakukan aktivitas pembelajaran siswa sangat mengharapkan hasil belajar yang baik, khususnya siswa SMA Negeri 1 2X11 Enam Lingsung Kabupaten Padang Pariaman. SMA Negeri 1 2X11 Enam Lingsung Kabupaten Padang Pariaman merupakan salah satu SMA Negeri yang terletak di Kecamatan 2X11 Enam Lingsung Sicincin.

Berdasarkan data yang diperoleh penulis dari guru Penjasorkes yang bersangkutan, bahwa hasil belajar pembelajaran senam dasar dan aktivitas ritmik siswa SMA Negeri 1 2X11 Enam Lingkung Kabupaten Padang Pariaman tergolong kategori rendah. Dari jumlah total siswa kelas XI di SMA N 1 2x11 Enam Lingkung Kabupaten Padang Pariaman sebanyak 217 orang, hanya sebanyak 121 orang yang mampu melampaui batas KKM yang telah ditetapkan. Hal ini diduga karena kurangnya motivasi siswa dalam mengikuti dua materi pada pembelajaran tersebut. Karena berdasarkan observasi peneliti di lapangan, siswa lebih banyak duduk saat mengikuti proses pembelajaran senam dasar dan aktivitas ritmik, ini dimungkinkan karena siswa takut mengalami cedera saat mengikuti pembelajaran senam dasar dan senam ritmik.

Agar dapat lebih jauh mengetahui penyebab atas masalah yang terjadi di atas, maka diperlukan untuk melakukan suatu penelitian yang lebih lanjut terhadap masalah dalam pembelajaran senam dasar dan aktivitas ritmik siswa SMA Negeri 1 2X11 Enam Lingkung Kabupaten Padang Pariaman. Jika hal ini tidak segera dilakukan, maka hasil belajar di SMA tersebut tidak akan mengalami kemajuan. Oleh sebab itu penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran tentang bagaimana cara meningkatkan motivasi siswa sehingga membuahkan hasil yang memuaskan dalam proses pembelajaran Penjasorkes di SMA Negeri 1 2X11 Enam Lingkung khususnya pada materi senam dasar

dan aktivitas ritmik. Berdasarkan permasalahan yang terjadi di SMA Negeri 1 2X11 Enam Lingkung penulis merasa tertarik untuk mengungkapkan permasalahan ini ke dalam bentuk suatu penelitian.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat dikemukakan identifikasi masalah yaitu sebagai berikut:

1. Keinginan belajar, merupakan kemauan dan dorongan yang dimiliki siswa-siswi dalam mengikuti kegiatan belajar dan pembelajaran senam dasar dan aktifitas ritmik disekolah. Namun kenyataan yang ditemui di lapangan menunjukkan bahwa keinginan belajar siswa pada materi senam dasar dan aktivitas ritmik ini dinilai kurang.
2. Harapan belajar, merupakan hal yang ingin dicapai setelah melalui dan menempuh kegiatan pembelajaran senam dasar dan aktifitas ritmik disekolah. Rendahnya harapan belajar siswa diduga menjadi salah satu faktor kegagalan siswa dalam materi senam dasar dan aktivitas ritmik.
3. Disiplin belajar, dalam melalui kegiatan belajar pembelajaran senam dasar dan aktifitas ritmik disekolah siswa-siswi hendaknya memiliki disiplin tinggi agar dapat mencapai tujuan pembelajaran secara maksimal. Pada kenyataannya dilapangan tidak banyak siswa yang memiliki disiplin belajar sehingga menyebabkan kegagalan pada materi senam dasar dan aktivitas ritmik.

4. Minat belajar, suatu rasa suka dan rasa keterikatan pada kegiatan pembelajaran senam dasar dan aktifitas ritmik yang dilaksanakan. Namun tidak semua siswa memiliki minat belajar terhadap materi senam dasar dan aktivitas ritmik.
5. Percaya diri, dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran siswa-siswi dilatih agar mampu memiliki rasa percaya diri yang tinggi sehingga bisa digunakan sebagai modal menjadi atlit olahraga nantinya yang akan berguna. Dari hasil pengamatan di lapangan terlihat bahwa kurangnya percaya diri siswa dalam mempelajari materi senam dasar dan aktivitas ritmik.
6. Dukungan dari pihak sekolah, dapat dilihat dari seberapa jauh sekolah menyediakan sarana dan prasarana yang memadai untuk pelaksanaan kegiatan olahraga senam dasar dan aktifitas ritmik. Namun sayangnya pihak sekolah tidak memberikan dukungan yang berarti demi memotivasi siswanya agar belajar lebih giat lagi dalam pembelajaran senam dasar dan aktivitas ritmik.
7. Dukungan dari orang tua, dapat dilihat dari bagaimana orang tua dapat mendorong aktifitas yang dilakukan disekolah dalam pembelajaran senam dasar dan aktifitas ritmik. Permasalahannya disini adalah kurangnya dukungan yang diberikan oleh orang tua sehingga membuat siswa menjadi kurang termotivasi untuk mengikuti pembelajaran senam dasar dan aktivitas ritmik.

8. Pengaruh lingkungan masyarakat, pengaruh yang didapat dari lingkungan masyarakat baik dari segi budaya, ekonomi dan sosial dalam membentuk pola pikir anak dalam menjalani kegiatan pembelajaran disekolah. Hal ini sering kali menjadi hambatan siswa dalam mengikuti proses pembelajaran senam dasar dan aktivitas ritmik di sekolah.
9. Pengaruh dari teman sebaya, teman sebaya cenderung menjadi pertimbangan untuk memilih sesuatu yang akan ia jalani baik disekolah maupun diluar sekolah. Sehingga dalam hal ini kemungkinan anak menjadi berminat dalam olahraga karena dipengaruhi oleh teman sebaya yang mereka miliki.

### **C. Pembatasan Masalah**

Berpedoman pada identifikasi di atas, banyak faktor yang mempengaruhi pembelajaran senam dasar dan aktivitas ritmik di SMA Negeri 1 2X11 Enam Lingsung Kabupaten Padang Pariaman, dan karenakan keterbatasan yang penulis miliki maka penulis membatasi atas satu variabel saja yaitu: motivasi belajar dalam senam dasar dan aktivitas ritmik. Dimana motivasi belajar ini meliputi motivasi instrinsik dan motivasi ekstrinsik.

### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, identifikasi dan pembatasan masalah, maka dapat dirumuskan masalah yakni sebagai berikut :

1. Bagaimana motivasi intrinsik siswa dalam pembelajaran senam dasar dan aktivitas ritmik di SMA Negeri 1 2X11 Enam Lingsung Kabupaten Padang Pariaman?
2. Bagaimana motivasi ekstrinsik siswa dalam pembelajaran senam dasar dan aktivitas ritmik di SMA Negeri 1 2X11 Enam Lingsung Kabupaten Padang Pariaman?

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

Adapun yang menjadi tujuan dalam penelitian ini antara lain adalah untuk mengetahui tentang :

1. Motivasi instrinsik siswa dalam pembelajaran senam dasar dan aktivitas ritmik di SMA Negeri 1 2X11 Enam Lingsung Kabupaten Padang Pariaman.
2. Motivasi ekstrinsik siswa dalam pembelajaran senam dasar dan aktivitas ritmik di SMA Negeri 1 2X11 Enam Lingsung Kabupaten Padang Pariaman.

#### **F. Kegunaan Penelitian**

Hasil penelitian ini nantinya diharapkan dapat berguna bagi:

1. Penulis, salah satu syarat dalam memperoleh gelar sarjana pendidikan (S1) di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Siswa SMA Negeri 1 2X11 Enam Lingsung Kabupaten Padang Pariaman, sebagai sosialisasi dan informasi tentang motivasi belajar dalam pembelajaran senam dasar dan aktivitas ritmik.

3. Guru SMA Negeri 1 2X11 Enam Lingsung Kabupaten Padang Pariaman, salah satu bahan referensi untuk mengetahui tingkat motivasi siswa khususnya dalam pembelajaran senam dasar dan aktivitas ritmik.
4. Kepala sekolah SMA Negeri 1 2X11 Enam Lingsung Kabupaten Padang Pariaman, sebagai landasan dalam mengambil kebijakan dalam hal meningkatkan motivasi belajar siswa.
5. Dinas Pendidikan Kabupaten Padang Pariaman, agar dapat mengetahui tingkat motivasi siswa dalam belajar.
6. Orang tua siswa di SMA Negeri 1 2X11 Enam Lingsung Kabupaten Padang Pariaman, sebagai tambahan informasi mengenai motivasi belajar sekaligus acuan dalam pengawasan belajar.

## **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

Berpedoman pada temuan hasil penelitian tentang motivasi belajar siswa dalam pembelajaran senam dasar dan aktivitas ritmik di SMA Negeri 1 2x11 Enam Lingsung Kabupaten Padang Pariaman. Maka dapat diberikan beberapa kesimpulan dan saran yakni sebagai berikut:

### **A. Kesimpulan**

1. Motivasi intrinsik siswa diperoleh tingkat capaian sebesar 82,07%, dan berada pada interpretasi yaitu "Sangat Kuat". Artinya motivasi intrinsik siswa, sangat kuat dalam mengikuti proses pembelajaran senam dasar dan aktivitas ritmik.
2. Motivasi ekstrinsik siswa diperoleh tingkat capaian sebesar 77,12%, dan berada pada kategori "Cukup". Artinya siswa cukup memiliki motivasi ekstrinsik dalam pembelajaran senam dasar dan aktivitas ritmik.

### **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan yang telah dikemukakan di atas, maka saran-saran yang dapat ditujukan kepada:

1. Guru penjas agar mengaktifkan seluruh siswa dalam pembelajaran senam dasar dan aktivitas ritmik.
2. Siswa agar senantiasa rutin dan tekun belajar senam dasar dan aktivitas ritmik, karena merupakan dua materi ajar dalam mata pelajaran penjasorkes yang harus diikuti.
3. Pihak sekolah agar menambah prasarana yang dibutuhkan dalam pembelajaran senam dasar dan aktivitas ritmik, sehingga dapat meningkatkan motivasi siswa dalam belajar.

#### DAFTAR PUSTAKA

Ambra, Qalbi. 2004. *Kontribusi Motivasi Berprestasi dan Persepsi tentang Kemampuan Profesional Pelatih terhadap Prestasi atlet Sumatera Barat (tesis)*. Padang : PPS UNP.