

**HUBUNGAN KESEGERAN JASMANI DAN MOTIVASI BELAJAR  
TERHADAP HASIL BELAJAR SISWA DI SD NEGERI 01  
BUNGO PASANG KECAMATAN KOTO TANGAH  
KOTA PADANG**

**SKRIPSI**

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahaga Sebagai  
Syarat Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan Pada Fakultas  
Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang*



Oleh

**MARYONI HENDRO JULIA PUTRA  
NIM: 06818**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2013**

*lupakan Sampai Kapan Pun  
(Fakultas Ilmu Keolahragaan).*

*Someone :*

*Terima kasih selama ini selalu mengerti aku  
dan Memotivasi demi keberhasilanku  
dan memberikan inspirasi untukku,,  
Semoga Kita Bisa Meraih Kebahagiaan .....  
Akan membawa Langkahku  
Menuju sukses dimasa depan  
dan berguna bagi Nusa bangsa .....*

*Wassalam :*

*Maryoni Hendro Julia Putra*

## ABSTRAK

### **Maryoni Hendro JP (2012): Hubungan Kesegaran Jasmani dan Motivasi Belajar Siswa SD Negeri 01 Bungo Pasang Kecamatan Koto Tangah Kota Padang**

Penelitian ini berawal dari rendahnya hasil belajar siswa SD Negeri 01 Bungo Pasang Kecamatan Koto Tangah Kota Padang. Banyak faktor yang menyebabkan rendahnya hasil belajar diantaranya tingkat kesegaran jasmani dan motivasi belajar. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan Kesegaran jasmani dan Motivasi belajar siswa SD Negeri 01 Bungo Pasang Kecamatan Koto Tangah Kota Padang.

Jenis penelitian ini adalah korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SD Negeri 01 Bungo Pasang Kecamatan Koto Tangah Kota Padang yang berjumlah 159 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *purposive Sampling* yaitu siswa kelas IV dan V Putri dengan jumlah 30. Teknik pengambilan data dilakukan dengan tes TKJI untuk pengukuran terhadap tingkat kesegaran jasmani, Penyebaran angket untuk mengetahui motivasi siswa dan nilai rapor untuk mengetahui hasil belajar. Data dianalisis dengan korelasi *product moment* dan dilanjutkan dengan korelasi ganda dengan taraf signifikan  $\alpha = 0.05$

Berdasarkan analisis data dapat diperoleh hasil : 1) Terdapat hubungan yang signifikan antara kesegaran jasmani dengan hasil belajar diperoleh )  $r_{hitung} 0.471 > r_{tab} 0.361$ , 2) Terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi belajar dengan hasil belajar diperoleh  $r_{hitung} 0.484 > r_{tab} 0.361$ . 3) Terdapat hubungan yang signifikan antara kesegaran jasmani dan motivasi belajar terhadap hasil belajar siswa SD Negeri 01 Bungo Pasang Kecamatan Koto Tangah Kota Padang yang diperoleh  $r_{hitung} 0.695 > r_{tab} 0.361$

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Hubungan Kesegaran Jasmani dan motivasi belajar terhadap hasil belajar siswa SD Negeri 01 Bungo Pasang Kecamatan Koto Tangah Kota Padang”**.

Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana pada Jurusan Pendidikan Olahraga pada Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP).

Dalam penyusunan skripsi ini penulis menyadari masih banyak kekurangan, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca demi kesempurnaan.

Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu melalui ini penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Drs. H. Arsil, M. Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan peluang bagi penulis untuk melanjutkan studi di Fakultas Ilmu Keolahragaan
2. Drs. Yulifri, M.Pd, selaku Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan dan Rekreasi, yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.

3. Drs. Willadi Rasyid, M. Pd selaku pembimbing I, Drs. Zalfendi, M. Kes selaku pembimbing II yang telah membantu dan membimbing dalam penyelesaian skripsi ini.
4. Drs. Zarwan, M. Kes, Drs. Suwirman, M. Pd, dan Drs. Edwarsyah, M. Kes selaku tim penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam skripsi ini.
5. Dosen – dosen jurusan pendidikan olahraga yang telah memberikan ilmunya kepada penulis selama mengikuti perkuliahan
6. Yang tercinta Ayah (Marin) dan Ibu (Sarina) serta Kakak penulis (Depi Marina, Yefrita, dan Busnimar) senantiasa memberi bantuan moril dan materil kepada penulis selama perjuangan menyelesaikan perkuliahan
7. Keluarga besar penulis yang senantiasa mendoakan akan keberhasilan penulis dalam menggapai cita-cita
8. Kepala sekolah, Guru penjas serta seluruh majelis guru SD Negeri 01 Bungo Pasang Kec. Koto Tangah Kota Padang
9. Teman-teman 1 C 2008 tanpa terkecuali, yang telah banyak mengisi cerita penulis selama perkuliahan.
10. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan namanya satu persatu atas saran dan bantuan untuk penyelesaian skripsi ini.

Semoga Allah SWT membalas bantuan, bimbingan, motivasi, dan waktu yang telah Bapak/Ibu/Sdr/anak-anak sekalian dengan pahala yang berlipat ganda.

Terakhir, peribahasa menyatakan: “Tak ada gading yang tak retak”. Menyadari makna peribahasa ini, maka penulis sebagai manusia biasa tentu tidak

luput dari berbagai salah dan khilaf, baik dari segi isi, metode, maupun penulisan skripsi ini. Oleh karena itu, saran dari Bapak/Ibu Tim penguji dan berbagai pihak lainnya akan penulis jadikan sebagai masukan untuk penyempurnaan skripsi ini.

**Padang, Januari 2013**

**Penulis**

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK.....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>v</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	3
C. Pembatasan Masalah .....	4
D. Rumusan Masalah .....	4
E. Tujuan Penelitian .....	5
F. Kegunaan Penelitian .....	5
<b>BAB II KAJIAN TEORI</b>	
A. Kajian Teori .....	7
1. Kesegaran Jasmani .....	7
2. Motivasi .....	14
3. Hasil Belajar .....	23
B. Kerangka Konseptual .....	27
C. Hipotesis .....	28
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian .....	30
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	30
C. Populasi dan Sampel .....	30

D. Jenis dan Sumber Data .....	32
E. Teknik Pengumpulan Data .....	33
F. Instrumen Penelitian .....	33
G. Teknik Analisis Data .....	48

#### **BAB IV ANALISIS HASIL PENELITIAN**

A. Deskripsi Data Penelitian.....	50
1. Validitas Instrumen.....	51
2. Reliabilitas Instrumen penelitian .....	52
B. Deskripsi Data Penelitian .....	52
1. Kesegaran Jasmani.....	53
2. Motivasi Belajar .....	54
3. Hasil Belajar .....	55
C. Pengujian Persyaratan Analisis .....	56
1. Uji Normalitas.....	56
D. Analisa dan Hasil Penelitian.....	57
1. Terdapat Hubungan Signifikan Kesegaran Jasmani (X1) dengan Hasil Belajar Y).....	57
2. Terdapat Hubungan Signifikan Motivasi Belajar (X2) dengan Hasil Belajar (Y).....	58
3. Terdapat Hubungan Signifikan Kesegaran Jasmani (X1) dan Motivasi Belajar (X2) Secara Bersama dengan Hasil Belajar (Y)...	58
E. Pembahasan .....	58

## **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan.....	62
B. Saran.....	62

## **L AMPIRAN**

## **DAFTAR PUSTAKA**

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Dalam mewujudkan masyarakat yang adil dan makmur pemerintah Indonesia melaksanakan pembangunan di segala bidang, salah satunya pembangunan di bidang pendidikan.

Pembangunan dalam bidang pendidikan perlu mendapatkan perhatian khusus dari pemerintah karena pendidikan bukan saja merupakan kebutuhan pribadi tapi menjadi sarana yang menunjang Pembangunan Nasional. Sementara itu dalam undang-undang Sistem Pendidikan nasional pada Bab II pasal 3 Undang-undang Republik Indonesia No. 20 Tahun 2003 tentang fungsi dan tujuan pendidikan yang berbunyi :

“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 bertaqwa pada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab”.(UUSPN 2003 : 7)

Berdasarkan kutipan diatas, jelas terlihat sumber daya manusia Indonesia meliputi aspek pengetahuan (*kognitif*), aspek sikap (*afektif*) dan aspek gerak (*psikomotor*). Sehingga dapat disimpulkan bahwa Peningkatan kualitas pendidikan pada setiap jenjang pendidikan adalah awal dari pencapaian sumber daya manusia yang berkualitas.

Berhasil tidaknya pembelajaran tergantung kepada banyak faktor baik yang berasal dari diri sendiri maupun yang berasal dari luar individu. Faktor

yang dimaksud adalah faktor intern dan ekstern. Faktor intern dibagi tiga bagian yaitu: faktor jasmaniah (daya tahan, kecepatan, kekuatan dan daya ledak), faktor psikologis (intelegensi, perhatian, minat, bakat, kematangan dan kesiapan, keterampilan belajar), faktor kelelahan (jasmani dan rohani), sedangkan faktor ekstern yaitu faktor dari luar individu seperti: lingkungan sekolah dan masyarakat, guru serta sarana dan prasarana.

Rendahnya kualitas Sumber Daya Manusia Indonesia dipengaruhi oleh masih rendahnya mutu pendidikan mulai dari jenjang pendidikan dasar sampai perguruan tinggi. Rendahnya kualitas pendidikan juga dialami oleh siswa SD Negeri 01 Bungo Pasang Kec. Koto Tangah kota Padang. Ini terbukti pada saat penulis melakukan observasi dan pengamatan di hasil belajar di sekolah tersebut. Berdasarkan keterangan dari para guru yang mengajar di SD Negeri 01 Bungo Pasang Kec. Koto Tangah kota Padang, bahwa hasil belajar sebagian siswa masih belum memenuhi standar kelulusan. ini terbukti pada nilai rata-rata kelas semester II tahun ajaran 2011/2012. Ada beberapa mata pelajaran yang masih tergolong rendah sehingga tidak memenuhi standar kelulusan mata pelajaran yang rata-rata tiap mata pelajaran harus mencapai nilai 70. Pada saat hasil lapor terdapat nilai hasil belajar yang rendah artinya siswa belum mampu menuntaskan materi sesuai standar kompetensi yang diharapkan.

Banyak faktor penyebab yang berpengaruh terhadap permasalahan masih rendahnya hasil belajar siswa, diantaranya faktor motivasi yang berpengaruh terhadap keinginan siswa mengikuti materi dalam belajar, faktor

kesegaran jasmani siswa itu sendiri yang membuat siswa memiliki daya tahan dalam belajar, faktor kemampuan mengajar guru dalam menerangkan pembelajaran yang aktif, inovatif, kreatif efektif dan menyenangkan.

Faktor lain yang berpengaruh terhadap hasil belajar siswa adalah status gizi siswa, gizi yang seimbang akan memperlancar pertumbuhan otak dalam mencatat, menyerap, memproduksi dan menerima informasi dengan baik. Faktor sarana dan prasarana yang mendukung terhadap kondisi belajar siswa, sehingga dapat mempermudah guru dalam menjalankan tugasnya dan dapat menarik minat siswa dalam melaksanakan proses belajar mengajar.

Faktor kemampuan ekonomi juga sangat berpengaruh dalam hasil belajar siswa. Dengan ekonomi yang memadai siswa dapat memenuhi kebutuhan siswa dalam mengikuti pembelajaran. Faktor lingkungan belajar dan tempat tinggal, yang lebih melihat keadaan sosial dan kondisi geografis tempat pembelajaran.

Dari penjelasan diatas merupakan salah satu faktor kesegaran jasmani dan motivasi belajar siswa untuk mencapai hasil belajar yang baik. Oleh sebab itu, penulis tertarik untuk meneliti keterkaitan atau “Hubungan Kesegaran Jasmani dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar SD Negeri 01 Bungo Pasang Kec. Koto Tangah kota Padang”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan pada uraian yang telah dikemukakan dalam latar belakang masalah, ternyata banyak faktor yang mempengaruhi hasil belajar siswa, faktor-faktor tersebut adalah :

1. Kemampuan Guru
2. Motivasi Belajar Siswa
3. Sarana dan Prasarana
4. Kesehatan Jasmani siswa
5. Lingkungan Belajar
6. Status Sosial
7. Ekonomi Orang Tua

### **C. Pembatasan Masalah**

Mengingat banyaknya faktor-faktor yang mempengaruhi hasil ini belajar yang dapat diidentifikasi seperti yang diatas, maka untuk lebih memfokuskan penelitian penulis sebagai berikut :

1. Kesehatan Jasmani
2. Motivasi

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah, maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan antara kesehatan jasmani dengan hasil belajar siswa SD N 01 Bungo Pasang kota Padang.
2. Apakah terdapat hubungan antara motivasi dengan hasil belajar siswa SD N 01 Bungo Pasang Kec. Koto Tangah kota Padang.

3. Apakah terdapat hubungan antara kesegaran jasmani dan motivasi secara bersama dengan hasil belajar siswa SD N 01 Bungo Pasang Kec. Koto Tangah kota Padang.

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

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui :

1. Hubungan kesegaran jasmani siswa SDN 01 Bungo Pasang Kec. Koto Tangah Kota Padang.
2. Hubungan motivasi belajar siswa SDN 01 Bungo Pasang Kec. Koto Tangah Kota Padang.
3. Hubungan antara kesegaran jasmani dan motivasi secara bersama dengan hasil belajar siswa SDN 01 Bungo Pasang Kec. Koto Tangah Kota Padang.

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

Hasil penelitian diharapkan berguna bagi :

1. Penulis, sebagai salah satu syarat mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan di Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Guru, sebagai bahan masukan dan pertimbangan dalam usaha dan upaya meningkatkan motivasi siswa dalam pembelajaran di SDN 01 Bungo Pasang Kec. Koto Tangah kota Padang.
3. Siswa, sebagai pengetahuan di bidang kesegaran jasmani dan sekaligus memancing motivasi belajar siswa agar mencapai hasil belajar yang lebih baik dan optimal.

4. Pihak sekolah, sebagai bahan masukan untuk lebih meningkatkan partisipasi dalam aktivitas Penjasorkes.
5. Dinas Pendidikan, sebagai bahan kajian dan tinjauan ke sekolah untuk peningkatan mutu pendidikan.
6. Perpustakaan, sebagai bahan dokumentasi dan pengetahuan bagi mahasiswa di perpustakaan FIK.

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini yang telah diuraikan pada bab terdahulu dapat dikemukakan kesimpulan sebagai berikut:

1. Dari hasil pengujian korelasional menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kesegaran jasmani dengan hasil belajar siswa, ini dibuktikan  $r_{hit} 0.471 > r_{-tab} 0.361$  berarti hubungan kesegaran jasmani kuat dan searah dengan  $T_{hit} 2.85 > T_{tab} 1.701$ .
2. Dari hasil pengujian korelasional menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi belajar dengan hasil belajar siswa, ini dibuktikan  $r_{hitung} = 0.484 > r_{-tab} 0.361$ . berarti hubungan motivasi belajar kuat dan searah dengan  $T_{hit} 2.927 > T_{tab} 1.701$ .
3. Dari hasil pengujian korelasional menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kesegaran jasmani dan motivasi belajar terhadap hasil belajar siswa, ini dibuktikan  $R_{hitung} = 0.695 > r_{-tab} 0.361$ . berarti secara bersama hubungan kesegaran jasmani, motivasi belajar dengan hasil belajar kuat dan searah dengan  $F_{hit} 12.644 > F_{tab} 3.39$ .

#### B. Saran

Berdasarkan pada kesimpulan diatas, maka peneliti dapat memberikan saran-saran yang dapat membantu mengatasi masalah yang ditemui dalam meningkatkan kesegaran jasmani dan motivasi belajar untuk meningkatkan hasil belajar, yaitu :

1. Kepada guru disarankan untuk lebih meningkatkan kesegaran jasmani dan motivasi belajar siswa untuk dapat meningkatkan hasil belajar.
2. Kepada guru disarankan untuk lebih memperhatikan lagi tentang faktor motivasi belajar anak dalam proses belajar mengajar, disamping faktor-faktor lain yang ikut menunjang hasil belajar.
3. Untuk mendapatkan hasil yang optimal khususnya hasil belajar, peneliti menyarankan pada para guru olahraga untuk memberikan latihan-latihan khusus yang dapat mengembangkan kesegaran jasmani.
4. Para siswa agar meningkatkan motivasi belajar agar dapat mencapai hasil belajar yang lebih baik.
5. Bagi para peneliti lain disarankan untuk dapat mengkaji faktor-faktor lain yang berhubungan dengan kesegaran jasmani, motivasi belajar dan hasil belajar.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abizar. (1997). *Strategi Instruksional*. Padang: IKIP Padang Press.
- Arikunto, Suharsimi. (2002). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arsil. (2010). *Evaluasi Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Malang: Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP.
- Debdikbud. (1980). *Penilaian Kesegaran Jasmani dengan Test ACSPFT*, Jakarta: Pusat Kesegaran Jasmani dan Rekreasi.
- Depdikbud. (1993). *Pedoman Guru Olahraga*. Jakarta: Depdikbud.
- Fardi, Adnan. (1989). *Hubungan Antara Kemampuan Loncat Raihan Dan Squat Trust Secara Berselang-Selang Terhadap Kemampuan Lari 2400m pada siswa Putra Kelas Satu SMA N Kota Madaya Padang (tesis)*. PPI IKIP Jakarta.
- Gusril. (2004). *Perkembangan Motorik pada Anak-anak*, Dirjen Olahraga Departemen Pendidikan Nasional.
- Hendri. (1985). *Motivasi Dalam Mengajar Olahraga*. Jakarta.
- Ichsan, M. (1988). *Pendidikan Kesehatan dan Olahraga*. Jakarta: Depdiknas.
- Mappiare, Andi. (1982). *Psikologi Pendidikan dan Evaluasi Hasil Belajar*. Jakarta: PT. Gramedia.
- Nana Sujana. (2004). *Dasar-Dasar Proses Belajar Mengajar*. Bandung. Sinar Baru Algesindo
- Pete. (1984). *Dasar-dasar Ilmu Kepeleatihan* (Diterjemahkan Oleh Dwijominoto K). Semarang: IKIP Semarang Press.
- Prayitno, Elida. (1989). *Motivasi Belajar*. Jakarta: P2LPTK.
- Surdiman. (2007). *Interaksi Motivasi Belajar dalam Mengajar*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Soemanto. (1990). *Metode Statistik*. Bandung: Tarsito.
- Sukardi. (1984). *Bimbingan Konseling*. Jakarta: Gelia.
- Suyabrata, Sumadi. (1984). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: CV Raja Wali.