

**ANALISIS MOTIVASI BELAJAR SISWA PADA MATA PELAJARAN
PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN
KELAS VIII SMP NEGERI 25 PESAWARAN
TAHUN AJARAN 2023/2024**

(Skripsi)

Oleh

**MUHAMMAD BINTANG
NPM 2063051002**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2023/2024**

ABSTRAK

ANALISIS MOTIVASI BELAJAR SISWA PADA MATA PELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN KELAS VIII SMP NEGERI 25 PESAWARAN TAHUN AJARAN 2023/2024

Oleh

MUHAMMAD BINTANG

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui motivasi siswa kelas VIII dalam mengikuti pembelajaran Penjasorkes di SMP Negeri 25 Pesawaran Tahun Ajaran 2023/2024. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan adalah survei dengan teknik pengambilan data menggunakan angket. Subjek dalam penelitian ini adalah semua siswa kelas VIII di SMP Negeri 25 Pesawaran Tahun Ajaran 2023/2024 yang berjumlah 64 siswa sehingga disebut penelitian populasi. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif kuantitatif yang dituangkan dalam bentuk persentase. Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat diambil kesimpulan, bahwa motivasi siswa kelas VIII dalam mengikuti pembelajaran Penjasorkes di SMP Negeri 25 Pesawaran Tahun Ajaran 2023/2024 berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 7,8% (5 siswa), “rendah” sebesar 31,3% (20 siswa), “sedang” sebesar 31,3% (20 siswa), “tinggi” sebesar 23,4% (15 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 6,3% (4 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 75,64, motivasi siswa kelas VIII dalam mengikuti pembelajaran Penjasorkes di SMP Negeri 25 Pesawaran Tahun Ajaran 2023/2024 dalam kategori “sedang”.

Kata Kunci: *motivasi, pembelajaran penjasorkes.*

ABSTRACT

ANALYSIS OF STUDENT LEARNING MOTIVATION IN SPORTS AND PHYSICAL EDUCATION CLASSROOM AT VIII SMP NEGERI 25 PESAWARAN ACADEMIC YEAR 2023/2024

By

MUHAMMAD BINTANG

This research aims to determine the motivation of class VIII students to participate in physical education learning at SMP Negeri 25 Pesawaran for the 2023–2024 academic year. This research is quantitative and descriptive. The method used is a survey with data collection techniques using questionnaires. The subjects in this research were all class VIII students at SMP Negeri 25 Pesawaran for the 2023–2024 academic year, totaling 64 students, so it is called population research. The data analysis technique uses quantitative descriptive analysis expressed in percentage form. Based on the results of data analysis and discussion, it can be concluded that the motivation of class VIII students to participate in physical education learning at SMP Negeri 25 Pesawaran for the 2023-2024 academic year is in the "very low" category at 7.8% (5 students), "low" at 31.3% (20 students), "medium" at 31.3% (20 students), "high" at 23.4% (15 students), and "very high" at 6.3% (4 students). Based on the average score, namely 75.64, the motivation of class VIII students to participate in physical education learning at SMP Negeri 25 Pesawaran for the 2023–2024 academic year is in the "medium" category.

Keywords: *motivation, physical education learning.*

**ANALISIS MOTIVASI BELAJAR SISWA PADA MATA PELAJARAN
PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN
KELAS VIII SMP NEGERI 25 PESAWARAN
TAHUN AJARAN 2023/2024**

Oleh

MUHAMMAD BINTANG

Skripsi

**Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mencapai Gelar
SARJANA PENDIDIKAN**

Pada

**Program Studi Pendidikan Jasmani Jurusan Ilmu Pendidikan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2023/2024**

Judul Skripsi : **ANALISIS MOTIVASI BELAJAR SISWA
PADA MATA PELAJARAN PENDIDIKAN
JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN
KELAS VIII SMP NEGERI 25 PESAWARAN
TAHUN AJARAN 2023/2024**

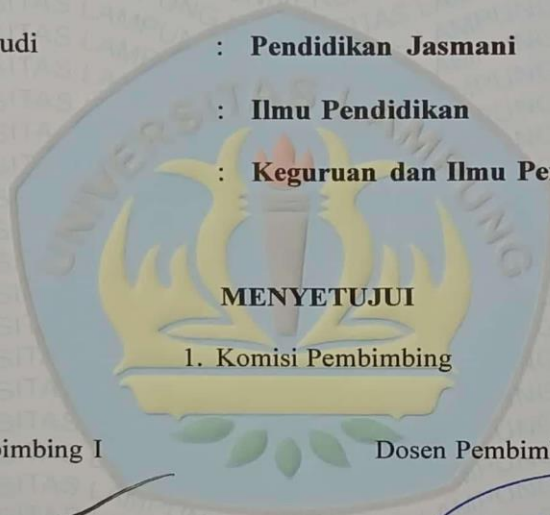
Nama Mahasiswa : **Muhammad Bintang**

Nomor Pokok Mahasiswa : **2063051002**

Program Studi : **Pendidikan Jasmani**

Jurusan : **Ilmu Pendidikan**

Fakultas : **Keguruan dan Ilmu Pendidikan**



Dosen Pembimbing I

Dr. Marta Dinata, M.Pd
NIP 196703251998031002

Dosen Pembimbing II

Dr. Candra Kurniawan, S.Pd., M.Or.
NIP 199101312024211005

2. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan

Dr. Muhammad Nurwahidin, M.Ag., M.Si.
NIP. 197412202009121002

MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

Ketua : Dr. Marta Dinata, M.Pd.

Sekretaris : Dr. Candra Kurniawan, S.Pd., M.Or.

Penguji : Drs. Surisman, M.Pd.

2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Prof. Dr. Sunyono, M.Si.
NIP. 19651230 199111 1 001

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 30 Juli 2024

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Muhammad Bintang
NPM : 2063051002
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Jurusan : Ilmu Pendidikan
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul **“Analisis Motivasi Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas VIII SMP Negeri 25 Pesawaran Tahun Ajaran 2023/2024”** tersebut adalah hasil penelitian saya, kecuali bagian-bagian tertentu yang dirujuk dari sumbernya dan disebutkan dalam Daftar Pustaka.

Demikian pernyataan ini saya buat dan apabila dikemudian hari ternyata pernyataan ini tidak benar, maka saya sanggup dituntut berdasarkan Undang-Undang dan Peraturan yang berlaku.

Bandar Lampung, 15 Agustus 2024



Muhammad Bintang
NPM 2063051002

RIWAYAT HIDUP



Penulis bernama lengkap Muhammad Bintang, lahir di Bekasi, pada tanggal 07 Juli 2002, anak kedua dari Bapak Pani dan Ibu Rosidah. Penulis selesai pendidikan Sekolah Dasar di SDN 1 Hanura, selesai pada tahun 2014, dilanjutkan di SMP N 2 Pesawaran selesai pada tahun 2017, dan Sekolah Menengan Atas di SMAN 1 Padang Cermin selesai pada tahun 2020. Pada tahun 2020, penulis diterima sebagai mahasiswa Jurusan Ilmu Pendidikan Program Studi Pendidikan Jasmani FKIP Universitas Lampung melalui Jalur Prestasi.

Selama penulis menempuh pendidikan dari mulai Sekolah Dasar hingga menjadi mahasiswa penulis juga sering mengikuti beberapa kejuaraan cabang olahraga karate dari tingkat Kabupaten, Provinsi dan Nasional seperti:

1. Juara 1 O2SN cabang olahraga karate tingkat Kabupaten Pesawaran tahun 2017.
2. Juara 1 O2SN cabang olahraga karate tingkat Kabupaten Pesawaran tahun 2018
3. Juara 2 O2SN Cabang Olahraga Karate Tingkat Provinsi Lampung Tahun 2019.
4. Juara 3 Kumite -55 Kg Junior Putra Pada Kejuaraan Karate Tingkat Nasional Kwarnus Cup dan Piala Anton Lesiangi 2019.
5. Juara 3 Kumite -55 Kg Junior Putra Pada Kejuaraan Nasional Lemkari Piala Menpora 2019.
6. Juara 1 Kumite -55 Kg Senior Putra Pada Kejuaraan Nasional Senkaido Open Karate Championship Series 4 “Piala Menteri Pemuda dan Olahraga” Tahun 2022.
7. Juara 1 Kumite -48 Kg Senior Putra Pada Kejuaraan PROPROV Cabang Olahraga Karate Tahun 2022.

Pada tahun 2023, penulis melakukan KKN di Desa Banjar Masin, Kecamatan Baradatu, Kabupaten Way Kanan dan melakukan PLP di MAN 1 Way Kanan, Kecamatan Baradatu, Kabupaten Way Kanan. Demikian riwayat hidup penulis, semoga bermanfaat bagi pembaca.

MOTTO

“Aslih Nafsak Yuslih Lak Alnaas”

Perbaikilah diri kamu sendiri, niscaya orang lain akan berbuat baik padamu.

(Muhammad Bintang)

PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

Kupersembahkan karya kecilku kepada

Ayah dan Ibuku serta kedua Kakak dan Adikku, yang telah memberikan kasih sayang, juga dukungan penuh dan juga doa disetiap langkahku. Terimakasih atas semua pengorbanan dan jerih payah disetiap usaha kalian dalam membimbingku. Semua doa, dukungan dan kasih sayang adalah semangat untukku meraih jalan keberhasilan dan kesuksesan.

Serta

Almamater Tercinta Universitas Lampung

SANWACANA

Assalammualaikum. Wr. Wb

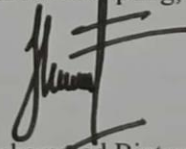
Puji syukur Alhamdulillah pada Allah SWT, yang senantiasa melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga Penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi yang penulis susun ini merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan pada program studi Pendidikan Jasmani FKIP Unila dengan judul **“Analisis Motivasi Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Kelas VIII SMP NEGERI 25 Pesawaran Tahun Ajaran 2023/2024”**. Taklupa penulis juga mengucapkan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Ir. Lusmeilia Afriani, D.E.A., I.P.M., Selaku Rektor Universitas Lampung.
2. Prof. Dr. Sunyono, M.Si. Dekan FKIP Universitas Lampung.
3. Dr. Muhammad Nurwahidin, M.Ag., M.Si. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan (IP) Universitas Lampung.
4. Lungit Wicaksono, M.Pd., Ketua Program Penjaskes Universitas Lampung.
5. Dr. Marta Dinata, M.Pd Pembimbing Satu serta yang telah meluangkan waktu, memberikan ilmu dan membimbing berupa saran, isi dan kritik sehingga saya dapat menyelesaikan tugas akhir dengan baik.
6. Dr. Candra Kurniawan, S.Pd., M.Or., Pembimbing Dua yang telah memberikan bimbingan dan pengalaman sehingga dapat menyelesaikan tugas akhir ini serta membimbing saya selama perkuliahan hingga dapat menyelesaikan studi ini.
7. Drs. Surisman, M. Pd., Selaku Penguji saya yang telah memberikan kritikan dan saran sampai penulis dapat menyelesaikan tugas hingga akhir ini.
8. Dosen Program Studi Penjaskes FKIP Unila yang telah memberikan ilmu dan pengetahuan saat penulis menyelesaikan perkuliahan.

9. Teristimewa kepada kedua orang tua saya tersayang dan tercinta Ayah Pani dan Ibu Rosidah terima kasih atas segala bentuk dukungan, do'a, dan selalu menjadi tujuan serta penguat utama untuk melakukan segala sesuatu. Kakakku bernama Putri Tirta Sari, dan Adikku Bernama Rifa'i Al Majid selalu memberikan semangat dan motivasi. Keluarga besarku yang senantiasa memberikan dukungan serta menantikan keberhasilanku.
10. Kurnia Sari yang selalu menemani dan memberikan dukungannya terhadap penulis sehingga dapat menyelesaikan tugas hingga akhir ini.
11. Sahabat-sahabatku Ngab And Der dan Kosan Tanjung, Valian Ardafi, Devan Fadholi, Alwi Hidayah, Tito Bintang Pamungkas, El Sandro, Theo, Sandy, Muhammad Topik, Rido Prayoga, Yohanes Tegas, Anggi Septian, Lili Mulyana, Tanjung Bungaran Naibaho senantiasa selalu ada disaat situasi dan kondisi apapun, serta menjadi sebuah warna dalam keseharianku dan keceriaan dalam hari-hari yang bahagia. Teman-temanku seperbimbingan Bintang, Aditiano, Sadan dan Alfinto terimakasih atas kebersamaan, bantuan dan dukungan dalam menyelesaikan tulisan tugas akhir ini.
12. Keluarga Besar Penjas angkatan 2020 atas kebersamaan, canda tawa dan pengalaman dalam menjalani perkuliahan selama ini.
13. Serta Semua pihak yang tidak dapat saya tuliskan satu persatu yang telah memberikan bantuan dan dukungannya kepada penulis

Akhir kata, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, akan tetapi sedikit harapan semoga skripsi yang sederhana ini dapat berguna dan bermanfaat bagi kita semua, Aamiin. *Wassalammualaikum, Wr. Wb.*

Bandar Lampung, 15 Agustus 2024



Muhammad Bintang
NPM 2063051002

DAFTAR ISI

	Halaman
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
I. PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	6
1.3 Batasan Masalah	6
1.4 Rumusan Masalah.....	6
1.5 Tujuan Penelitian	6
1.6 Manfaat Penelitian.....	7
II. KAJIAN PUSTAKA	8
2.1 Hakikat Motivasi	8
2.1.1 Pengertian Motivasi	8
2.1.2 Teori Piramida Motivasi	9
2.1.3 Jenis-Jenis Motivasi Belajar	11
2.1.4 Fungsi Motivasi Belajar.....	12
2.1.5 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Motivasi Belajar	13
2.2 Pengertian Belajar	16
2.3 Hakikat Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan	21
2.3.1 Pengertian Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan.....	21
2.3.2 Tujuan Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan.....	22
2.3.3 Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani	24
2.4 Karakteristik Siswa Usia 13-15 Tahun	25
2.5 Penelitian yang Relevan.....	27
2.6 Kerangka Pikir	29
III. METODE PENELITIAN	30
3.1 Metode Penelitian.....	30
3.2 Tempat dan Waktu Penelitian.....	31
3.3 Populasi dan Sampel.....	31
3.3.1 Populasi	31
3.3.2 Sampel	31
3.4 Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	32

3.5 Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data.....	32
3.5.1 Instrumen Penelitian.....	32
3.5.2 Teknik Pengumpulan Data	35
3.6 Validitas dan Reliabilitas	35
3.6.1 Uji Validitas.....	35
3.6.2 Uji Reliabilitas.....	37
3.7 Teknik Analisis Data.....	38
IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	40
4.1 Hasil Penelitian.....	40
4.1.1 Faktor Intrinsik.....	42
4.1.2 Faktor Ekstrinsik.....	45
4.2 Pembahasan.....	48
4.2.1 Faktor Intrinsik.....	49
4.2.2 Faktor Ekstrinsik.....	51
4.2.3 Hasil Wawancara.....	53
V. SIMPULAN DAN SARAN.....	59
5.1 Simpulan	59
5.2 Saran	60
DAFTAR PUSTAKA	61
LAMPIRAN.....	64

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Alternatif Jawaban Angket.....	33
2. Kisi-kisi Angket Uji Coba.....	34
3. Hasil Uji Coba Validitas Instrumen	36
4. Kisi-kisi Angket Penelitian	37
5. Hasil Uji Reliabilitas	37
6. Penilaian Acuan Norma (PAN).....	38
7. Tingkatan Kategori	39
8. Deskriptif Statistik Motivasi Siswa kelas VIII SMP Negeri 25 Pesawaran	40
9. Distribusi Frekuensi Motivasi Siswa kelas VIII SMP Negeri 25 Pesawaran	41
10. Deskriptif Statistik Motivasi Siswa Faktor Intrinsik	42
11. Distribusi Frekuensi Motivasi Siswa Faktor Intrinsik	43
12. Persentase Motivasi Siswa Berdasarkan Indikator pada Faktor Intrinsik	44
13. Deskriptif Statistik Motivasi Siswa Faktor Ekstrinsik.....	45
14. Distribusi Frekuensi Motivasi Siswa Faktor Ekstrinsik.....	46
15. Persentase Motivasi Siswa Berdasarkan Indikator pada Faktor Ekstrinsik	47

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Piramida Kebutuhan <i>Maslow</i>	10
2. Diagram Batang Motivasi Siswa	41
3. Diagram Batang Motivasi Siswa Faktor Intrinsik	43
4. Diagram Batang Motivasi Siswa Berdasarkan Indikator pada Faktor Intrinsik	44
5. Diagram Batang Motivasi Siswa Faktor Ekstrinsik.....	46
6. Diagram Batang Motivasi Siswa Berdasarkan Indikator pada Faktor Ekstrinsik.....	47

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Izin Penelitian	65
2. Surat Balasan Penelitian	67
3. Lembar Persetujuan Menjadi Responden	69
4. Angket Uji Coba	70
5. Data Uji Coba Instrumen Penelitian	74
6. Angket Setelah Uji Coba (Angket Penelitian)	75
7. Data Motivasi Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan.....	79
8. Analisis Kelas Interval Motivasi Belajar	81
9. Distribusi Frekuensi Motivasi Belajar	82
10. Data Motivasi Belajar Siswa Faktor Intrinsik.....	83
11. Analisis Kelas Interval Motivasi Belajar Siswa Faktor Intrinsik.....	84
12. Distribusi Frekuensi Motivasi Belajar Siswa Faktor Intrinsik.....	85
13. Data Motivasi Belajar Siswa Faktor Ekstrinsik	86
14. Analisis Kelas Interval Motivasi Belajar Siswa Faktor Ekstrinsik	87
15. Distribusi Frekuensi Motivasi Belajar Siswa Faktor Ekstrinsik	88
16. Tabel r	89
17. Dokumentasi Penelitian	90

I. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan merupakan usaha yang dilakukan secara sadar oleh manusia dengan tujuan mencerdaskan bangsa Indonesia seutuhnya. Pendidikan diharapkan mampu menjadi sarana peningkatan sumber daya manusia yang bermutu. Sumber daya manusia dapat menjadi aset bangsa dalam menuju persaingan global di tingkat Internasional. Selain itu, penting sekali untuk mendapatkan pendidikan guna memperbaiki kehidupan di masa mendatang. Pendidikan tidak hanya sebagai bekal membangun dan menjalankan hidup dengan baik, tetapi juga menjadi sarana pendukung perbaikan negara. Ada banyak sekali jenis pendidikan yang perlu diterapkan kepada generasi muda masa kini. Tidak selalu mengenai dunia pendidikan itu sendiri, tidak selalu mengenai penanaman moral, dan tidak hanya penumbuhan karakter yang dibutuhkan oleh peserta didik, tetapi juga dapat berupa pendidikan yang mengarah pada tubuh manusia itu sendiri.

Salah satu mata pelajaran yang wajib diajarkan di sekolah adalah Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK). Pendidikan Jasmani, olahraga, dan kesehatan adalah proses pendekatan peserta didik dengan lingkungan yang dikelola melalui kegiatan jasmani secara sistematis menuju manusia seutuhnya. Bukan hanya itu, pendidikan jasmani juga dapat meningkatkan kebugaran tubuh peserta didik. Dalam hal ini, pendidikan jasmani mempunyai dua ide atau gagasan. Pertama, proses tercapainya kualitas jasmani yang diharapkan dalam kegiatan Pendidikan. Kedua, proses pendidikan menggunakan kegiatan yang sudah ditentukan. Dari penjelasan pertama menerangkan tentang kegiatan untuk meningkatkan kemampuan organ-organ

tubuh (kesehatan) dan kemampuan gerak (psikomotor). Berhasil atau tidaknya pembelajaran ditentukan oleh proses pembelajaran, kualitas pembelajaran, pendidik dan peserta didik. Pendidikan jasmani adalah salah satu mata pelajaran yang tercantum dalam kurikulum yang mengajarkan peserta didik tentang aktivitas gerak yang menggunakan aktivitas jasmani sebagai hal yg utama untuk tumbuh kembang jasmani, mental, sosial, dan emosional. Tidak hanya itu, pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan berasal dari aktivitas fisik, namun juga sebagai proses pembentukan kualitas pikiran dan tubuh. Pendidikan jasmani berkontribusi dalam meningkatkan kesehatan mental dan hadir untuk meningkatkan motivasi generasi muda sehingga pendidikan jasmani dapat bermanfaat guna mengeksplorasi perubahan dalam individu, juga menjadikan peserta didik termotivasi dalam melakukan kegiatan, khususnya motivasi dalam pembelajaran.

Motivasi merupakan dorongan atau minat yang hadir dalam jiwa individu untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Motivasi sangat penting dimiliki setiap individu, dengan adanya motivasi seseorang memiliki semangat dan tujuan untuk mencapai sesuatu sesuai dengan apa yang diharapkan. Apabila seseorang memiliki motivasi yang tinggi maka hal tersebut akan memberikan dampak yang positif terhadap setiap kegiatan yang dilakukannya. Oleh sebab itu, setiap individu membutuhkan motivasi untuk dirinya sendiri agar dapat melakukan kegiatan aktivitas dengan tidak mudah putus asa. Dalam pembelajaran, motivasi berperan penting bagi setiap peserta didik. Motivasi menjadi tolok ukur dalam menjalankan suatu pembelajaran, salah satunya pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan. Motivasi belajar siswa dapat diukur melalui hasil belajar yang mereka dapatkan. Hasil belajar siswa dapat menentukan sejauh mana motivasi yang ada dalam diri setiap peserta didik dalam mengikuti pembelajaran yang berlangsung.

Motivasi berasal dari kata motif. Motif diartikan sebagai daya upaya yang mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu. Pada kenyataannya, motif setiap orang dalam belajar dapat berbeda satu sama lain. Ada siswa yang rajin

belajar karena ingin menambah ilmu pengetahuan, ada pula siswa yang belajar karena takut dimarahi oleh orang tua. Adanya perbedaan motivasi tersebut dipengaruhi oleh motivasi intrinsik yang muncul dalam diri sendiri tanpa dipengaruhi oleh sesuatu di luar dirinya. Motivasi ekstrinsik yang muncul dalam diri seseorang karena adanya pengaruh dari luar seperti guru, orang tua, dan lingkungan sekitar. Seseorang yang motivasinya tinggi akan menampakkan minat, perhatian, konsentrasi penuh, ketekunan tinggi, serta berorientasi pada prestasi tanpa mengenal perasaan bosan, jenuh apalagi menyerah. Sebaliknya siswa yang rendah motivasinya akan terlihat acuh tak acuh, cepat bosan, mudah putus asa dan berusaha menghindari dari kegiatan. Kaitannya dengan kegiatan, motivasi erat hubungannya dengan aktualisasi diri sehingga motivasi yang paling mewarnai kebutuhan siswa dalam belajar adalah motivasi belajar untuk mencapai prestasi yang tinggi.

Hal ini dapat dilihat dalam proses kegiatan belajar mengajar berlangsung apabila anak tidak memiliki motivasi untuk belajar maka tidak akan terjadi kegiatan belajar pada diri anak tersebut. Hal itu yang menjadi masalah karena motivasi bukanlah suatu kondisi. Apabila seorang anak mempunyai motivasi yang rendah maka akan berpengaruh juga terhadap prestasi seorang anak tersebut baik dalam bidang pelajaran Penjasorkes atau mata pelajaran umum dan kemungkinan anak tersebut tidak akan mencapai tujuan belajar yang diinginkan.

Berdasarkan hasil observasi pengamatan yang saya lakukan pada proses pembelajaran PJOK di lingkungan sekolah SMPN 25 Pesawaran yang beralamat di Jl. Raya Way Ratai, Desa Sidodadi, Kecamatan Teluk Pandan, Kabupaten Pesawaran, Provinsi Lampung terdapat beberapa permasalahan dalam proses pembelajaran Penjasorkes di sekolah. Permasalahan bisa dilihat dari dua faktor yaitu: faktor Intrinsik dan faktor Ekstrinsik. Faktor intrinsik meliputi kesehatan, perhatian, minat, dan bakat siswa dalam mengikuti pembelajaran PJOK. Di sisi lain, faktor ekstrinsik mencakup metode mengajar, kelengkapan sarana dan prasarana, serta kondisi lingkungan sekolah. Faktor Intrinsik berdasarkan hasil observasi yaitu: (1) Kesehatan

yang kurang optimal, seperti sering sakit atau kelelahan, mengurangi partisipasi aktif siswa dalam pembelajaran PJOK, menghambat pencapaian hasil belajar maksimal. (2) Perhatian siswa selama pembelajaran masih belum maksimal. Siswa sering kali mengabaikan instruksi guru dan cenderung bermain-main dengan teman sebayanya. (3) Minat, meskipun sebagian siswa memiliki minat tinggi terhadap aktivitas jasmani, ada juga yang menganggap PJOK sebagai mata pelajaran yang kurang penting karena tidak diujikan dalam ujian nasional. (4) Bakat, beberapa siswa memiliki bakat dalam olahraga tertentu dan termotivasi untuk berprestasi, namun motivasi ini tidak merata di antara semua siswa. Sedangkan Faktor Ekstrinsiknya yaitu: (1) Metode mengajar yang diterapkan masih kurang bervariasi dan membosankan, sehingga tidak mampu menarik minat siswa secara efektif. (2) Kelengkapan sarana dan prasarana di sekolah masih kurang memadai. Alat-alat yang digunakan dalam pembelajaran PJOK belum mencukupi untuk mendukung aktivitas belajar yang optimal. (3) Lingkungan belajar yang kurang mendukung, baik dari segi fisik maupun psikologis, berpengaruh negatif terhadap motivasi siswa. Tempat pembelajaran yang kurang nyaman dan suasana kelas yang tidak kondusif membuat siswa kurang termotivasi untuk mengikuti pelajaran dengan baik.

Fakta analisis melalui pengamatan yang saya lakukan pada saat observasi dapat disimpulkan yaitu: yang pertama, kurangnya perhatian dari orang tua maupun guru terhadap anak atau peserta didiknya, kedua, kurangnya kreativitas mengajar seorang guru sehingga proses pembelajaran terkesan monoton dan membosankan, ketiga, kurangnya kelengkapan sarana dan prasarana di sekolah, dan yang keempat, kondisi lingkungan yang kurang baik bisa dilihat bagaimana tingkat motivasi belajar siswa dengan siswa lainnya bisa dilihat kurangnya saling memotivasi satu sama lain. Beberapa masalah yang lainnya adalah sebagian besar siswa masih menganggap Penjasorkes hanya sebagai mata pelajaran biasa yang tidak terlalu penting, karena mata pelajaran Penjasorkes tidak diujikan dalam ujian nasional.

Padahal Penjasorkes merupakan salah satu mata pelajaran yang dapat mengembangkan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. Aspek tersebut merupakan aspek dasar untuk mencapai tujuan pendidikan.

Motivasi siswa dalam mengikuti pelajaran Penjasorkes dapat disebabkan oleh beberapa faktor, antara lain hobi siswa itu sendiri, seperti bermain sepak bola, bulutangkis, kasti, yang tentunya menyenangkan dan tanpa memeras pikiran yang serius. Ada yang ingin menjaga kesehatan badannya, dan ada juga yang ingin meluapkan kejenuhannya di lapangan dengan cara bermain bersama teman sebayanya. Seseorang melakukan aktivitas karena didorong oleh adanya faktor-faktor, kebutuhan biologis, insting, dan unsur-unsur kejiwaan yang lain, serta adanya pengaruh perkembangan budaya manusia (Sardiman A. M, 2006: 77)

Berdasarkan anggapan di atas, tentu saja akan mempengaruhi motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran Penjasorkes. Hal tersebut menguatkan fakta di lapangan bahwa masih ditemukan adanya siswa yang belum mengoptimalkan waktu pembelajaran dengan sebaik mungkin. Keadaan tersebut bisa dilihat dengan adanya siswa yang kurang antusias dalam mengikuti pelajaran. Siswa yang menganggap Penjasorkes tidak terlalu penting lebih memilih untuk duduk, berteduh, dan mengobrol pada saat proses pembelajaran berlangsung bahkan ada juga yang asyik bergurau dan bermain sendiri.

Latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, dapat disimpulkan beberapa masalah terkait motivasi siswa mengikuti proses pembelajaran Penjasorkes. Secara keseluruhan motivasi siswa kelas VIII di SMPN 25 Pesawaran Tahun Ajaran 2023/2024 dalam mengikuti proses pembelajaran Penjasorkes masih kurang maksimal. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor, yaitu di antaranya dari faktor intrinsik (dari dalam) dan faktor ekstrinsik (dari luar). Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan di atas, maka penelitian ini berjudul **“Analisis Motivasi Belajar Siswa pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas VIII SMP Negeri 25 Pesawaran Tahun Ajaran 2023/2024”**

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Kurangnya perilaku atau kesungguhan siswa dalam mengikuti pembelajaran PJOK.
2. Ketidaktahuan siswa tentang manfaat dari pembelajaran Penjasorkes.
3. Kurangnya perhatian guru mengenai pentingnya motivasi dan pengaruhnya terhadap hasil belajar.
4. Belum diketahui motivasi siswa kelas VIII mengikuti proses pembelajaran Penjasorkes di SMP Negeri 25 Pesawaran

1.3 Batasan Masalah

Agar permasalahan tidak terlalu luas, maka dalam penelitian ini perlu adanya pembatasan masalah yang akan diteliti dengan tujuan agar hasil penelitian lebih terarah. Berdasarkan latar belakang dan identifikasi permasalahan yang ada, maka permasalahan yang akan diteliti dibatasi pada analisis motivasi belajar siswa pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan kelas VIII SMP NEGERI 25 Pesawaran tahun ajaran 2023/2024.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini yaitu “Bagaimana gambaran motivasi belajar siswa pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan kelas VIII SMP Negeri 25 Pesawaran tahun ajaran 2023/2024?”

1.5 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana gambaran motivasi belajar siswa pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan kelas VIII SMP NEGERI 25 Pesawaran tahun ajaran 2023/2024.

1.6 Manfaat Penelitian

Dari penelitian ini, diharapkan dapat memberi manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoretis
 - a. Penelitian ini diharapkan bermanfaat besar bagi proses pembelajaran Penjasorkes di SMP Negeri 25 Pesawaran.
 - b. Hasil penelitian ini dapat dipakai sebagai bahan acuan, referensi, dan komparasi bagi peneliti untuk masa yang akan datang.
2. Manfaat Praktis
 - a. Penelitian ini diharapkan dapat sebagai masukan atau informasi terhadap para peneliti selanjutnya, supaya bisa menjadi acuan serta dapat disempurnakan lagi.
 - b. Bagi Siswa, hasil penelitian ini sebagai bahan masukan untuk bisa lebih memahami proses pembelajaran Penjasorkes, sehingga kegiatan proses pembelajaran dapat optimal.
 - c. Bagi Pihak Sekolah, hasil penelitian ini bermanfaat untuk memahami karakteristik siswa dalam proses pembelajaran Penjasorkes di sekolah.
 - d. Bagi Dinas Pendidikan Nasional, diperlukan kebijakan yang m pada penyempurnaan peraturan yang bertujuan untuk mengotop proses pembelajaran Penjasorkes di sekolah.

II. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Hakikat Motivasi

2.1.1 Pengertian Motivasi

Aspek motivasi memegang peranan dalam kejiwaan seseorang, sebab motivasi merupakan salah satu faktor penentu sebagai pendorong tingkah laku manusia, sehingga dengan adanya motivasi seseorang dapat mendorong dirinya untuk lebih giat berlatih dan mencapai hasil yang maksimal. Dengan adanya motivasi tersebut akan mendorong seseorang untuk berlatih, bekerja keras, dan dapat bertahan lebih lama dalam mengikuti suatu kegiatan atau pembelajaran. Menurut Hamzah B. Uno (2006: 1) motivasi adalah dorongan untuk menggerakkan seseorang bertingkah laku, dorongan ini terdapat pada diri seseorang yang menggerakkan sesuatu yang sesuai dengan dorongan dalam dirinya.

Slameto (2003: 170) menyatakan motivasi adalah sebuah proses untuk menentukan tingkat kegiatan, intensitas, konsistensi, serta tingkah laku manusia. Pendapat lain dari Bimo Walgito (2003: 220), mengatakan bahwa motivasi adalah sebuah keadaan individu atau organisme yang mempengaruhi perilaku ke arah tujuan. Hal senada menurut Dimiyati dan Mudjiono (2002: 80), motivasi adalah dorongan mental yang mempengaruhi perilaku manusia, termasuk perilaku belajar. Pendapat lain dari Sardiman, A.M (2006: 73) motivasi adalah serangkaian usaha untuk menciptakan kondisi-kondisi tertentu pada seseorang untuk melakukan sesuatu, dan apabila tidak suka, maka akan berusaha untuk meniadakan atau menghilangkan perasaan tidak

suka itu, jadi motivasi dirangsang oleh faktor dari luar namun motivasi itu dapat tumbuh di dalam diri seseorang.

Pendapat lain dari Sugihartono, dkk., (2007: 20) mengartikan bahwa motivasi sebagai suatu kondisi yang mempengaruhi perilaku seseorang dan memberikan arah serta ketahanan pada tingkah laku orang tersebut. Sedangkan menurut E. Mulyasa (2002: 120) motivasi adalah hal yang mendorong seseorang melakukan sesuatu.

Berdasarkan pendapat beberapa ahli di atas dapat disimpulkan bahwa motivasi mengandung makna sebagai kekuatan yang muncul atau mengemuka dari dalam diri seseorang untuk melakukan aktivitas tertentu dalam rangka memenuhi kebutuhan. Dengan timbulnya motivasi, maka individu akan mempunyai semangat untuk melaksanakan segala aktivitas dalam mencapai kebutuhannya baik motivasi itu dari diri sendiri maupun dari luar individu. Motivasi sangat penting dan ditempatkan pada posisi pertama dalam asas belajar, motivasi merupakan kekuatan internal yang menyebabkan seseorang melakukan tindakan. Motivasi ini akan menentukan seseorang dalam mengikuti proses pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

2.1.2 Teori Piramida Motivasi

etiap manusia mempunyai kebutuhan sendiri-sendiri. Faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi belajar menurut teori kebutuhan yang diungkap oleh Abraham Maslow dalam Singgih D. Gunarsa (2008: 188) adalah bahwa manusia termotivasi untuk bertingkah laku karena ingin memenuhi bermacam-macam kebutuhan. Gambar teori kebutuhan Maslow digambarkan sebagai berikut:



Gambar 1. Piramida Kebutuhan Maslow

Sumber: Putri Deviani (2017:14)

Teori yang diungkapkan oleh Maslow (dalam Singgih D. Gunarsa, 2008: 188) tersebut lebih dikenal dengan teori kebutuhan bertingkat, yaitu terdiri atas:

1. Kebutuhan-Kebutuhan Dasar Fisiologis (*Physiologis Needs*)
Kebutuhan-kebutuhan fisiologis adalah sekumpulan kebutuhan dasar yang mendesak pemuasannya karena berkaitan langsung dengan pemeliharaan biologis dan keberlangsungan hidup. Kebutuhan-kebutuhan makan, air, oksigen, aktif, istirahat, keseimbangan temperatur, seks, dan sebagainya. Menurut Maslow sebelum kebutuhan ini terpenuhi individu tidak akan bergerak untuk bertindak memenuhi kebutuhan-kebutuhan lain.
2. Kebutuhan Akan Rasa Aman (*Need For Self-Security*)
Kebutuhan akan rasa aman adalah suatu kebutuhan yang mendorong individu untuk memperoleh rasa ketentraman, kepastian, dan keteraturan dari keadaan lingkungan.
3. Kebutuhan Akan Cinta dan Rasa Memiliki (*Need For Love and Belongingness*)
Kebutuhan akan cinta dan rasa memiliki ini merupakan suatu kebutuhan yang mendorong individu untuk mengadakan

hubungan efektif atau ikatan emosional dengan individu lain, baik dengan sesama jenis maupun dengan yang berlainan jenis, di lingkungan kerja, maupun di lingkungan kelompok di masyarakat.

4. **Kebutuhan Akan Rasa Harga Diri (*Need for Self-Esteem*)**
Kebutuhan ini oleh Maslow dibagi ke dalam dua bagian, bagian pertama adalah penghormatan atau penghargaan diri sendiri mencakup hasrat untuk memperoleh kompetensi, rasa percaya diri, kekuatan pribadi, kemandirian, dan kebebasan. Bagian kedua adalah penghargaan dari orang lain di antaranya adalah prestasi. Terpuaskannya kebutuhan akan rasa harga diri pada individu akan menghasilkan sikap percaya diri, rasa berharga, rasa kuat, rasa mampu, dan perasaan berguna.
5. **Kebutuhan Aktualisasi Diri (*Need for Self-Actualication*)**
Kebutuhan ini muncul apabila keempat kebutuhan lain telah terpuaskan dengan baik. Maslow menandai kebutuhan akan aktualisasi diri sebagai hasrat individu untuk menjadi orang yang sesuai dengan keinginan dan potensi yang dimilikinya. Contoh dari aktualisasi diri ini adalah seseorang yang berbakat musik, seseorang yang mempunyai potensi intelektual menjadi ilmuwan.

2.1.3 Jenis –Jenis Motivasi Belajar

Berdasarkan *Self-Determination Theory (SDT)* peserta didik didorong belajar oleh 2 jenis motivasi yaitu motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik (Filgona et al., 2020).

1. Motivasi Instrinski

Motivasi intrinsik merupakan keinginan seseorang untuk melakukan suatu pencapaian karena ingin menikmati prosesnya (Pintrich & De Groot, 2003). Motivasi intrinsik berasal dari dalam diri siswa yang mendorong untuk melakukan tindakan belajar seperti perasaan senang dalam mempelajari materi dan kebutuhannya terhadap materi tersebut (Syah, 2003). Motivasi

disebabkan oleh faktor-faktor dalam diri atau melekat dalam tugas yang sedang dilakukan. Siswa yang termotivasi secara intrinsik cenderung akan melaksanakan suatu tugas dengan antusias sesuai aktivitas yang diberikan di kelas, siswa lebih cepat memproses informasi yang diberikan secara efektif (Octavia, 2020). Motivasi intrinsik yaitu dorongan dari dalam diri siswa untuk melakukan hal yang disukai tanpa ada paksaan dan secara sukarela.

2. Motivasi Ekstrinsik

Motivasi disebabkan dari luar individu seperti imbalan dalam bentuk uang dan nilai, pemaksaan dan ancaman hukuman dalam kompetisi untuk mendorong agar menang dan mengalahkan lawannya (Tohidi & Jabbari, 2012). Menurut Pintrich & De Groot (2003) motivasi ekstrinsik merupakan keinginan untuk mencapai sesuatu bukan karena menikmati prosesnya tapi mengarah pada hasil tertentu. Motivasi ekstrinsik merupakan keadaan yang datang dari luar individu siswa yang mendorongnya untuk melakukan kegiatan belajar seperti pujian, hadiah, peraturan tata tertib sekolah, orang tua, guru, dan sebagainya (Syah, 2003). Motivasi ekstrinsik ini mendorong siswa untuk aktif belajar dengan tujuan-tujuan untuk memperoleh nilai.

2.1.4 Fungsi Motivasi Belajar

Komponen motivasi merupakan hal yang krusial dalam bidang Pendidikan. Khususnya sepanjang proses belajar mengajar, siswa perlu dimotivasi untuk meningkatkan kegiatan belajar. Motivasi dapat mendorong seseorang untuk melakukan hal yang bermanfaat agar tercapainya tujuan yang diinginkan. Berikut adalah fungsi motivasi belajar:

1. Menurut Bakar, (2014) menyatakan bahwa motivasi dapat meningkatkan kinerja belajar. Motivasi merangsang siswa untuk berpikir, konsentrasi dan belajar secara efektif.

2. Motivasi sebagai pendorong kinerja siswa untuk mencapai tujuannya.
3. Motivasi membuat siswa berusaha dengan tenaganya untuk mencapai tujuan yang diinginkan (Filgona et al., 2020).
4. Dapat mengarahkan serta memperhatikan apa yang akan dipelajari selama pembelajaran.
5. Membantu siswa untuk konsentrasi terhadap apa yang dilakukan dalam pelajaran sehingga memperoleh kepuasan dan ini membantu pengembangan diri siswa (Filgona et al., 2020).
6. Mengarahkan perilaku siswa untuk menentukan tujuan-tujuan khusus yang diusahakan siswa sehingga selektif dalam memilih. Motivasi mendorong seseorang untuk berusaha, Siswa yang termotivasi untuk belajar akan mencapai tujuan yang mereka tetapkan.

2.1.5 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Motivasi Belajar

Ada beberapa hal yang mempengaruhi motivasi belajar seseorang. Menurut Sulaksono (2016), faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi belajar yaitu:

1. Faktor Intrinsik

a) Kesehatan

Sehat berarti dalam keadaan baik segenap badan serta tidak terdapatnya penyakit. Kesehatan seseorang akan berpengaruh terhadap belajarnya, proses belajar seseorang akan terganggu, selain itu juga akan cepat merasa lelah, kurang bersemangat, mudah pusing, mengantuk, kurang darah ataupun ada gangguan kelainan fungsi alat indera dan tubuhnya. Agar seseorang dapat belajar dengan baik haruslah mengusahakan kesehatan badannya agar tetap terjamin dengan cara selalu mengindahkan ketentuan-ketentuan tentang bekerja, belajar, istirahat, tidur makan, olahraga, rekreasi, dan ibadah.

b) Perhatian

Perhatian adalah keaktifan jiwa yang dipertinggi, jiwa itupun semata-mata tertuju kepada suatu objek (benda/hal) atau sekumpulan objek. Untuk dapat menjamin hasil yang baik, maka siswa harus mempunyai perhatian terhadap bahan yang dipelajarinya, jika bahan pelajaran tidak menjadi perhatian siswa, maka timbulah kebosanan, sehingga siswa tidak lagi suka belajar. Agar siswa dapat belajar dengan baik, usahakanlah bahan pelajaran itu sesuai dengan hobi atau bakatnya.

c) Minat

Minat adalah kecenderungan yang tetap untuk memperhatikan dan mengenang beberapa kegiatan. Kegiatan yang diminati seseorang, diperhatikan terus-menerus yang disertai dengan rasa senang. Jadi berbeda dengan perhatian, karena perhatian sifatnya sementara (tidak dalam waktu yang lama) dan belum tentu diikuti dengan perasaan senang, sedangkan minat selalu diikuti dengan perasaan senang dan dari situ diperoleh kepuasan. Jika terdapat siswa yang kurang berminat terhadap belajar, dapat diusahakan agar mempunyai minat yang lebih tinggi dengan cara menjelaskan hal-hal yang menarik dan berguna bagi kehidupan serta hal-hal yang berhubungan dengan cita-cita

d) Bakat

Bakat menurut Hilgard adalah: "*the city to learn*". Dengan kata lain bakat adalah kemampuan untuk belajar. Kemampuan itu baru terealisasi menjadi kecakapan yang nyata sesudah belajar atau berlatih. Orang yang berbakat mengetik, misalnya akan lebih cepat dapat mengetik dengan lancar dibandingkan dengan orang lain yang kurang/tidakberbakat di bidangnya. Dari uraian di atas dijelaskan bahwa bakat itu mempengaruhi belajar. Jika pelajaran yang

dipelajari sesuai dengan bakatnya, maka hasil belajarnya lebih baik karena ia senang belajar pastilah selanjutnya ia lebih giat lagi dalam belajarnya.

2. Faktor Ekstrinsik

a) Metode mengajar

Metode mengajar adalah suatu cara/jalan yang harus dilalui dalam mengajar. Metode mengajar guru yang kurang baik akan mempengaruhi belajar siswa yang tidak baik. Metode mengajar yang kurang baik itu dapat terjadi misalnya karena guru kurang persiapan dan kurang menguasai bahan pelajaran sehingga guru menyajikannya tidak jelas dan sikap guru terhadap siswa atau mata pelajaran itu sendiri tidak baik, sehingga siswa kurang senang terhadap pelajaran bahkan gurunya. Akibatnya siswa malas untuk belajar. Guru biasa mengajar dengan metode ceramah saja sehingga siswa menjadi bosan, mengantuk, pasif dan hanya mencatat apa yang dijelaskan. Guru yang progresif berani mencoba metode-metode yang baru, yang dapat membantu meningkatkan kegiatan belajar mengajar, dan meningkatkan motivasi siswa untuk belajar. Agar siswa dapat belajar dengan baik, maka metode mengajar harus diusahakan menarik, efisien dan efektif.

b) Alat pelajaran

Alat pelajaran erat hubungannya dengan cara belajar siswa, karena alat pelajaran yang dipakai oleh guru pada waktu mengajar dipakai oleh siswa untuk menerima bahan yang diajarkan. Alat pelajaran yang lengkap dan tepat akan memperlancar penerimaan ilmu yang diberikan kepada siswa. Jika siswa mudah menerima pelajaran dan menguasainya, maka belajarnya akan menjadi lebih giat dan maju.

c) **Kondisi Lingkungan**

Kondisi lingkungan merupakan unsur-unsur yang datang dari luar diri siswa. Lingkungan siswa, sebagaimana juga lingkungan individu pada umumnya, ada tiga, yaitu lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat. Guru harus berusaha mengelola kelas, menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, menampilkan diri secara menarik, dalam rangka membantu siswa termotivasi dalam belajar. Lingkungan fisik sekolah, sarana dan prasarana, perlu ditata dan dikelola, supaya menyenangkan dan membuat siswa betah belajar. Kecuali kebutuhan siswa terhadap sarana dan prasarana, kebutuhan emosional psikologis juga perlu mendapat perhatian. Kebutuhan rasa aman misalnya, sangat mempengaruhi motivasi belajar siswa. Kebutuhan berprestasi, dihargai, diakui, merupakan contoh-contoh kebutuhan psikologis yang harus terpenuhi, agar motivasi belajar timbul dan dapat dipertahankan

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi belajar yaitu faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik. Faktor intrinsik adalah kesehatan, perhatian, minat dan bakat, sedangkan yang termasuk dalam faktor ekstrinsik adalah metode mengajar, alat pelajaran, dan kondisi lingkungan. Oleh karena itu bagi para guru Penjasorkes hendaknya memperhatikan faktor-faktor ini sehingga proses pembelajaran dapat berjalan dengan baik dan tujuan pembelajaran dapat tercapai.

2.2 Pengertian Belajar

Belajar merupakan aktivitas manusia yang sangat vital dan secara terus menerus akan dilakukan selama manusia tersebut masih hidup. Manusia tidak mampu hidup sebagai manusia jika tidak dididik atau diajar oleh manusia

lainnya. Belajar dapat diartikan sebagai sebuah proses terus menerus yang berlangsung pada diri individu akibat terjadinya interaksi dengan lingkungan dimana ia berada. Menurut Hilgard dan Bower dalam M. Thobroni (2015), belajar dapat diartikan sebagai perubahan tingkah laku seseorang terhadap situasi tertentu yang disebabkan oleh pengalamannya yang berulang-ulang dari situasi itu. Sedangkan menurut Slameto (2015), mengemukakan belajar ialah proses usaha yang dilakukan seseorang untuk suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya.

Proses belajar itu berbeda dengan proses kematangan. Kematangan adalah proses dimana tingkah laku dimodifikasi sebagai akibat dari pertumbuhan dan perkembangan struktur serta fungsi-fungsi jasmani. Dengan demikian tidak setiap perubahan tingkah laku pada diri individu adalah merupakan hasil belajar (Ahmadi & Supriyono, 1991). Menurut pengertian secara psikologis, belajar merupakan suatu proses perubahan yaitu perubahan tingkah laku sebagai hasil dari interaksi dengan lingkungannya dalam memenuhi kebutuhan hidupnya. Perubahan-perubahan tersebut akan nyata dalam aspek tingkah laku. Pengertian belajar dapat didefinisikan sebagai berikut: belajar ialah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya (Slameto, 2010).

Menurut Dalyono (2007), belajar adalah suatu usaha atau kegiatan yang bertujuan mengadakan perubahan di dalam diri seseorang, mencakup perubahan tingkah laku, sikap, kebiasaan, ilmu pengetahuan, keterampilan, dan sebagainya. Belajar bertujuan mengadakan perubahan didalam diri, mengubah kebiasaan, mengubah sikap, mengubah keterampilan, dan mengubah pengetahuan dalam berbagai bidang ilmu. Untuk melengkapi pengertian mengenai makna belajar perlu kiranya dikemukakan prinsip-prinsip yang berkaitan dengan belajar, yaitu:

1. Belajar pada hakikatnya menyangkut potensi manusiawi dan kelakuannya.
2. Belajar memerlukan proses dan penahapan serta kematangan diri para siswa.
3. Belajar akan lebih mantap dan efektif, bila didorong dengan motivasi, terutama motivasi dari dalam/dasar kebutuhan/kesadaran atau intrinsic motivation,
4. Dalam banyak hal, belajar merupakan proses percobaan (dengan kemungkinan berbuat keliru) dan conditioning atau pembiasaan.
5. Kemampuan belajar seseorang siswa harus diperhitungkan dalam rangka menentukan isi pelajaran.

2.2.1 Faktor- Faktor yang Memengaruhi Belajar

Dalam kegiatan belajar, tentu ada berbagai faktor yang mempengaruhinya sehingga setiap individu memiliki intensitas belajar yang berbeda-beda. Menurut Slameto (2010), ada beberapa faktor yang mempengaruhi belajar anak antara lain:

1. Faktor-faktor Intern
 - a) Faktor jasmaniah meliputi faktor kesehatan, faktor cacat tubuh.
 - b) Faktor psikologis meliputi faktor intelegensi, perhatian, minat, bakat, motivasi, kematangan, kesiapan.
 - c) Faktor Kelelahan meliputi, kelelahan jasmani, kelelahan rohani (bersifat psikis) yaitu kelelahan jasmani terlihat dengan lemah lunglainya tubuh dan kecenderungan membaringkan tubuh, kelelahan rohani terlihat dengan adanya kelesuan dan kebosanan sehingga minat dan dorongan untuk menghasilkan sesuatu hilang.
2. Faktor-faktor Ekstern
 - a) Faktor keluarga, meliputi: cara orang tua mendidik, relasi antar anggota keluarga, suasana rumah, keadaan ekonomi

- keluarga, Pengertian orang tua, dan latar belakang kebudayaan.
- b) Faktor sekolah, meliputi: metode mengajar, kurikulum, relasi guru dengan siswa, relasi siswa dengan siswa, disiplin sekolah, alat pelajaran, waktu sekolah, standar pelajaran di atas ukuran, keadaan gedung, metode belajar, dan tugas rumah.
 - c) Faktor masyarakat, meliputi: kegiatan siswa dalam masyarakat, teman bergaul, dan bentuk kehidupan masyarakat.

Menurut Purwanto (2007:102), faktor-faktor yang mempengaruhi belajar dapat dibedakan menjadi dua golongan:

1. Faktor yang ada pada diri organisme itu sendiri yang kita sebut faktor individual, yaitu: faktor kematangan/pertumbuhan, kecerdasan, latihan, motivasi, dan faktor pribadi.
2. Faktor yang ada diluar individu yang kita sebut faktor social, yaitu: keluarga/keadaan rumah tangga, guru dan cara mengajarnya, alat-alat yang dipergunakan dalam belajar mengajar, lingkungan dan kesempatan yang tersedia, dan motivasi sosial.

Faktor-faktor yang mempengaruhi belajar dibagi menjadi tiga macam, yaitu: 1) faktor internal, yang meliputi keadaan jasmani dan rohani siswa, 2) faktor eksternal yang merupakan kondisi lingkungan siswa disekitar siswa, dan 3) faktor pendekatan belajar yang merupakan jenis upaya belajar siswa yang meliputi strategi dan metode yang digunakan siswa untuk melakukan kegiatan mempelajari materi- materi pelajaran (Muhibbinsyah, 1997, dalam Sugihartono, dkk. 2007).

Ada dua katagori unsur yang memengaruhi pembelajaran yaitu pengaruh internal dan eksternal. Sebenarnya unsur internal tersebut meliputi aspek psikologis dan fisiologis. Tetapi relevan dengan persoalan reinforcement, maka tinjauan mengenai faktor-faktor internal ini akan dikhususkan pada faktor-faktor psikologis. Kehadiran faktor psikologis dalam belajar akan memberikan andil yang cukup penting. Faktor psikologis akan senantiasa memberikan landasan dan kemudahan dalam upaya belajar secara optimal. Sebaliknya, tanpa kehadiran faktor psikologis bisa jadi memperlambat proses belajar, bahkan dapat pula menambah kesulitan dalam mengajar. Menurut Sardiman (2011), faktor-faktor psikologis dalam belajar itu adalah sebagai berikut:

1. Perhatian, maksudnya adalah pemusatan energi psikis yang tertuju kepada suatu objek pelajaran atau dapat dikatakan sebagai banyak sedikitnya yang menyertai aktivitas belajar.
2. Pengamatan, adalah cara mengenal dunia riil, baik dirinya sendiri maupun lingkungan dengan segenap panca indera.
3. Tanggapan, yang dimaksudkan adalah gambaran/bekas yang tinggal dalam ingatan setelah orang melakukan pengamatan.
4. Fantasi, adalah sebagai kemampuan untuk membentuk tanggapan-tanggapan baru berdasarkan atas tanggapan yang ada.
5. Ingatan, secara teoritis ingatan akan berfungsi: mencamkan atau menerima kesan dari luar, menyimpan dan memproduksi kesan.
6. Berfikir, adalah aktifitas mental untuk dapat merumuskan pengertian, menyintesis dan menarik kesimpulan.
7. Bakat, adalah salah satu kemampuan manusia untuk melakukan suatu kegiatan dan sudah ada sejak manusia itu ada.
8. Motif dan motivasi.

Dari penjelasan diatas terlihat bahwa terdapat berbagai macam unsur yang memengaruhi pembelajaran, terutama adanya aspek psikologis

yang dapat menjadi landasan dan kemudahan akses dalam upaya memaksimalkan kegiatan pembelajaran.

2.3 Hakikat Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

2.3.1 Pengertian Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan yang diajarkan di sekolah dasar mempunyai peranan yang sangat penting yaitu memberi kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang dilakukan secara sistematis. Pengalaman belajar seperti itu diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar. Selain itu pendidikan jasmani pun merupakan salah satu alat yang sangat penting untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan, khususnya pertumbuhan dan perkembangan gerak manusia yaitu gerak yang dibutuhkan manusia dalam aktivitas kesehariannya.

Menurut Nixom dan Corenz (dalam Safari I, 2013), bahwa pendidikan jasmani adalah pase dari proses pendidikan keseluruhan yang berhubungan dengan aktivitas berat yang mencakup sistem, otot serta hasil belajar dari partisipasi dalam aktivitas tersebut. Dengan kata lain pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai individu maupun sebagai anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani, pertumbuhan, kecerdasan dan pembentukan watak. Sedangkan menurut Bucher (dalam Safari I, 2013), kata pendidikan jasmani terdiri dari dua kata jasmani physical dan pendidikan education. Menurut Supandi (dalam Simon & Saputra, 2007), bahwa pendidikan jasmani dan olahraga adalah suatu pendidikan yang menggunakan fisik atau tubuh sebagai alat untuk mencapai tujuan pendidikan melalui aktivitas-aktivitas jasmani.

Menurut (Mulyanto, 2014), bahwa pendidikan jasmani, gerak dasar, kemampuan fisik dasar dan kemampuan gerak perceptual. Dengan kata lain pendidikan jasmani merupakan kondisi dari seorang manusia yang tidak bisa terpisahkan antara jasmani dan rohani. Berbagai pengertian mengenai pendidikan jasmani telah dikemukakan oleh berbagai para ahli, yang secara garis besar pendidikan jasmani diartikan sebagai proses pendidikan melalui aktivitas jasmani atau olahraga. Inti pengertiannya adalah mendidik anak dalam bidang olahraga melalui aktivitas-aktivitas fisik atau tubuh secara jasmani dan rohani untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani.

Menurut Safari (2013), pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai individu maupun sebagai anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani, pertumbuhan kecerdasan, dan pembentukan watak. Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi. Lingkungan belajar diatur secara seksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah, jasmani, psikomotor, kognitif dan afektif setiap siswa. Pengalaman yang disajikan akan membantu siswa untuk memahami mengapa manusia bergerak dan bagaimana cara melakukan gerakan secara aman, efisien, dan efektif. (Kurikulum Penjas SMA, 2004).

2.3.2 Tujuan Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Tujuan pendidikan jasmani adalah untuk meningkatkan keterampilan siswa dalam berolahraga. Ada pula yang berpendapat, tujuannya adalah meningkatkan taraf kesehatan anak yang baik, dan tidak bisa disangkal pula pasti ada yang mengatakan, bahwa tujuan pendidikan jasmani adalah untuk meningkatkan kebugaran jasmani. Kesemua

jawaban di atas benar belaka. Hanya saja barangkali bisa dikatakan kurang lengkap, sebab yang paling penting dari kesemuanya itu tujuannya bersifat menyeluruh. Seperti pendapat Sukintakan (2001), tujuan pendidikan jasmani terdiri atas empat ranah yaitu; (1) jasmani, (2) psikomotorik, (3) afektif, (4) kognitif.

Dan secara sederhana, pendidikan jasmani memberikan kesempatan kepada siswa untuk: 1). Mengembangkan pengetahuan dan keterampilan yang berkaitan dengan aktivitas jasmani, perkembangan estetika, dan perkembangan sosial. 2). Mengembangkan kepercayaan diri dan kemampuan untuk menguasai keterampilan gerak dasar yang akan mendorong partisipasinya dalam aneka aktivitas jasmani. 3). Memperoleh dan mempertahankan derajat kebugaran jasmani yang optimal untuk melaksanakan tugas sehari-hari secara efisien dan terkendali. 4). Mengembangkan nilai-nilai pribadi melalui partisipasi dalam aktivitas jasmani baik secara kelompok maupun perorangan. 5). Berpartisipasi dalam aktivitas jasmani yang dapat mengembangkan keterampilan sosial yang memungkinkan siswa berfungsi secara efektif dalam hubungan antar orang. 6). Menikmati kesenangan dan kerianginan melalui aktivitas jasmani, termasuk permainan olahraga.

Diringkaskan dalam terminologi yang populer, maka tujuan pembelajaran pendidikan jasmani itu harus mencakup tujuan dalam domain psikomotorik, domain kognitif, dan tak kalah pentingnya dalam domain afektif. Domain kognitif mencakup pengetahuan tentang fakta, konsep, dan lebih penting lagi adalah penalaran dan kemampuan memecahkan masalah. Aspek kognitif dalam pendidikan jasmani, tidak saja menyangkut penguasaan pengetahuan faktual semata-mata, tetapi meliputi pula pemahaman terhadap gejala gerak dan prinsipnya, termasuk yang berkaitan dengan landasan ilmiah pendidikan jasmani dan olahraga serta manfaat pengisian waktu luang. Domain afektif mencakup sifat-sifat psikologis yang menjadi unsur kepribadian yang

kukuh. Tidak hanya tentang sikap sebagai kesiapan berbuat yang perlu dikembangkan, tetapi yang lebih penting adalah konsep diri dan komponen kepribadian lainnya, seperti intelegensia emosional dan watak. Konsep diri menyangkut persepsi diri atau penilaian seseorang tentang kelebihanannya.

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa tujuan pendidikan jasmani meningkatkan keterampilan dalam berolahraga dan meningkatkan kebugaran jasmani. Maka, bukan keterampilan dan fisik yang dikembangkan melainkan ada unsur lainnya yang harus kembangkan baik itu dari segi kognitif (pengetahuan) dan afektik (sikap).

2.3.3 Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani

Rahayu (2013), mengungkapkan ruang lingkup pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan diantaranya: 1) permainan dan olahraga, 2) aktivitas pengembangan, 3) aktivitas senam, 4) aktivitas ritmik, 5) aktivitas air, 6) pendidikan luar kelas, dan 7) kesehatan. Adapun penjelasan lebih lengkap terkait ruang lingkup pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sebagai berikut: 1) permainan dan olahraga meliputi: olahraga tradisional, permainan, gerak, keterampilan lokomotor dan non-lokomotor, 2) aktivitas pengembangan meliputi: sikap tubuh, dan postur tubuh, 3) aktivitas senam meliputi: ketangkasan menggunakan alat maupun tanpa alat, 4) aktivitas ritmik meliputi: gerak bebas, dan senam, 5) aktivitas air meliputi: keterampilan bergerak di air, dan renang, 6) pendidikan luar kelas meliputi: karyawisata, pengenalan lingkungan, dan berkemah. 7) kesehatan meliputi: penanaman budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari, dan perawatan tubuh yang sehat.

Menurut Rukmana (2009), ruang lingkup pendidikan jasmani meliputi, pendidikan jasmani, pendidikan olahraga, dan pendidikan kesehatan.

Berikut pemaparannya:

1. Pendidikan jasmani adalah pendidikan yang membantu mengembangkan aktivitas gerak tubuh anak dalam bidang olahraga.
2. Pendidikan olahraga adalah pendidikan yang bertujuan mengembangkan kemampuan gerak dalam cabang olahraga.
3. Pendidikan kesehatan adalah pendidikan yang membentuk dan mengembangka pengetahuan pandangan pola hidup sehat, serta dapat menerapkan pola hidup sehat di dalam kehidupan sehari-hari.

2.4 Karakteristik Siswa Usia 13-15 Tahun

Anak SMP rata-rata berusia antara 12-15 tahun, dalam usia ini anak akan memasuki masa remaja. Untuk merumuskan sebuah devinisi yang memadai tentang remaja tidaklah mudah, sebab kapan masa remaja berakhir dan kapan anak remaja tumbuh menjadi seorang dewasa tidak dapat ditetapkan secara pasti. Masa remaja merupakan peralihan dari fase anak-anak ke fase dewasa. Dewi (2012: 4) menyatakan bahwa fase masa remaja (pubertas) yaitu antara umur 12-19 tahun untuk putra dan 10-19 tahun untuk putri. Pembagian usia untuk putra 12-14 tahun termasuk masa remaja awal, 14-16 tahun termasuk masa remaja pertengahan, dan 17-19 tahun termasuk masa remaja akhir. Pembagian untuk putri 10-13 tahun termasuk remaja awal, 13-15 tahun termasuk remaja pertengahan, dan 16-19 tahun termasuk remaja akhir. Desmita (2009: 190) menyatakan bahwa fase masa remaja (pubertas) yaitu antara umur 12-21 tahun, dengan pembagian 12-15 tahun termasuk masa remaja awal, 15-18 tahun termasuk masa remaja pertengahan, 18-21 tahun termasuk masa remaja akhir. Dengan demikian usia remaja dalam penelitian ini digolongkan sebagai fase remaja awal, karena memiliki rentang usia 12-15 tahun.

Desmita (2009: 36) mengungkapkan beberapa karakteristik siswa sekolah menengah pertama (SMP) antara lain: (1) terjadi ketidak seimbangan antara proporsi tinggi dan berat badan; (2) mulai timbul ciri-ciri seks sekunder; (3) kecenderungan ambivalensi, serta keinginan menyendiri dengan keinginan bergaul dan keinginan untuk bebas dari dominasi dengan kebutuhan bimbingan dan bantuan orang tua; (4) senang membandingkan kaedah-kaedah, nilai-nilai etika atau norma dengan kenyataan yang terjadi dalam kehidupan orang dewasa; (5) mulai mempertanyakan secara *skeptic* mengenai eksistensi dan sifat kemurahan dan keadilan Tuhan; (6) reaksi dan ekspresi emosi masih labil; (7) mulai mengembangkan standar dan harapan terhadap perilaku diri sendiri yang sesuai dengan dunia sosial; dan (8) kecenderungan minat dan pilihan karier relatif sudah lebih jelas.

Remaja merupakan fase antara fase anak-anak dengan fase dewasa, dengan demikian perkembangan-perkembangan terjadi pada fase ini. Seperti yang diungkapkan oleh Desmita (2009: 190-192) secara garis besar perubahan/perkembangan yang dialami oleh remaja meliputi perkembangan fisik, perkembangan kognitif, dan perkembangan psikososial. Syamsu Yusuf (2012: 193-209) menyatakan bahwa perkembangan yang dialami remaja antara lain perkembangan fisik, perkembangan kognitif, perkembangan emosi, perkembangan sosial, perkembangan moral, perkembangan kepribadian, dan perkembangan kesadaran beragama. Yudrik Jahja (2011: 231-234) menambahkan aspek perkembangan yang terjadi pada remaja antara lain perkembangan fisik, perkembangan kognitif, dan perkembangan kepribadian, dan sosial. Siswa SMP biasanya berumur 13-15 tahun. Menurut Sukintaka (2004: 45), anak SMP mempunyai ciri-ciri tertentu diantaranya:

1. Jasmani
 - a) Laki-laki ataupun perempuan ada pertumbuhan memanjang.
 - b) Membutuhkan pengaturan istirahat yang baik.
 - c) Sering menampilkan kecanggungan dan koordinasi yang kurang baik sering diperlihatkan.
 - d) Merasa mempunyai ketahanan dan sumber energi.

- e) Mudah lelah, tetapi tidak dihiraukan.
 - f) Kesiapan dan kematangan untuk keterampilan bermain menjadi baik
2. Psikis atau mental
 - a) Banyak mengeluarkan energi dan fantasinya.
 - b) Ingin menentukan pandangan hidupnya.
 3. Sosial
 - a) Ingin tetap diakui oleh kelompoknya.
 - b) Persekawanan yang tetap makin berkembang.

Siswa SMP sebagai peserta didik dinyatakan sebagai individu yang berada pada tahap yang tidak jelas dalam proses perkembangannya. Ternyata dari hasil ketidakjelasan tersebut diakibatkan karena sedang ada pada periode transisi yakni dari periode anak-anak menuju remaja. SMP Negeri 25 Pesawaran yang terletak di Jl. Raya Way Ratai, Desa Sidodadi, Kecamatan Teluk Pandan, Kabupaten Pesawaran, Provinsi Lampung. Daerah ini termasuk dalam pedesaan, sehingga anak cenderung lebih banyak bermain bersama teman-temannya. Berdasarkan pendapat di atas dapat diketahui bahwa anak usia Sekolah Menengah Pertama (SMP) termasuk dalam taraf masa perkembangan atau berada pada masa remaja usia 12-15 tahun. Masa remaja ini merupakan perubahan menuju masa dewasa yang pada usia ini terjadi perubahan yang menonjol pada diri anak baik perubahan fisik maupun pola berpikir.

2.5 Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan adalah suatu penelitian terdahulu yang hampir sama dengan penelitian yang akan dilakukan. Penelitian yang relevan digunakan untuk mendukung dan memperkuat teori yang sudah ada, di samping itu dapat digunakan sebagai pedoman/pendukung dari kelancaran penelitian yang akan dilakukan. Penelitian yang relevan dengan penelitian ini sebagai berikut:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Putri Deviani (2017) dengan judul “Motivasi Siswa Kelas VIII Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan di SMP Negeri 2 Gamping Tahun 2016/2017”.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Metode yang digunakan adalah survei dengan teknik pengambilan data menggunakan angket. Subjek dalam penelitian ini adalah semua siswa kelas VIII di SMP Negeri 2 Gamping Tahun Ajaran 2016/2017 yang berjumlah 198 siswa sehingga disebut penelitian populasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi siswa kelas VIII dalam mengikuti pembelajaran Penjasorkes di SMP Negeri 2 Gamping Tahun Ajaran 2016/2017 berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 5,56% (11 siswa), “rendah” sebesar 29,80% (59 siswa), “sedang” sebesar 30,81% (61 siswa), “tinggi” sebesar 28,79% (57 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 5,05% (10 siswa). Dapat disimpulkan bahwa motivasi siswa kelas VIII dalam mengikuti pembelajaran Penjasorkes di SMP Negeri 2 Gamping Tahun Ajaran 2016/2017 dalam kategori sedang.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Tri Indriono (2014) dengan judul “Motivasi Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 4 Depok Kab. Sleman”. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif menggunakan metode survey dengan teknik tes dan pengukuran. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Depok Kab. Sleman berjumlah 142 siswa. Menentukan sampel menggunakan teknik *simple random sampling* dengan jumlah sampel 60 siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Depok Kab. Sleman dalam kategori tinggi, dengan frekuensi 45 (75%), berdasarkan faktor intrinsik berkategori tinggi, dengan frekuensi 35 (58,33%), dan berdasarkan faktor ekstrinsik juga berkategori tinggi, dengan frekuensi 50 (83,33%). Untuk hasil penelitian tingkat kesegaran jasmani siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Depok Sleman dalam kategori baik sekali sebesar 1,6%, baik 16,7%, sedang 51,7%, kurang 26,7% dan kurang sekali 3,3%.

2.6 Kerangka Berfikir

Proses pembelajaran yang efektif merupakan salah satu faktor keberhasilan dalam memajukan pendidikan suatu bangsa. Oleh karena itu proses pembelajaran diselenggarakan secara interaktif, menyenangkan, menantang, inspiratif, memotivasi peserta didik untuk berpartisipasi aktif, serta memberikan ruang yang cukup bagi prakarsa kreativitas, dan kemandirian sesuai dengan bakat, minat, kemampuan, dan perkembangan fisik serta psikologis peserta didik. Guru, metode pembelajaran, sarana dan prasarana merupakan salah satu faktor penentu keberhasilan dalam proses pembelajaran. Motivasi dan minat siswa dalam mengikuti proses pembelajaran sangat dipengaruhi oleh beberapa hal tersebut.

Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan proses pendidikan melalui aktivitas jasmani dan sekaligus merupakan proses pendidikan untuk meningkatkan kemampuan jasmani. Dari pengertian tersebut jelas bahwa di dalam Penjasorkes terdapat olah gerak tubuh, bergerak, riang, gembira, dan yang paling penting adalah untuk meningkatkan kebugaran jasmani. Dalam hal ini siswa sebagai pelaku proses pembelajaran Penjasorkes, sehingga dalam melakukan proses pembelajaran tersebut dipengaruhi oleh motivasi yang ada di dalam dirinya sendiri.

Motivasi merupakan faktor yang menentukan seseorang dalam memilih kegiatan, sehingga besar sekali pengaruhnya terhadap pencapaian tujuan yang ingin dicapainya. Ditinjau dari asalnya motivasi dari dalam diri individu (intrinsik) dan motivasi dari luar individu (ekstrinsik) sangat bergantung pada individu. Masing-masing individu berbeda dalam memilih satu kegiatan atau satu aktivitas, tetapi apabila memilih satu kegiatan yang sama pada hakikatnya akan memiliki motivasi yang berbeda. Motivasi siswa kelas VIII dalam mengikuti pembelajaran Penjasorkes di SMP Negeri 25 Pesawaran dalam penelitian ini akan diungkapkan melalui angket.

III. METODE PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian

Menurut Sugiono (2019), metode penelitian merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Jadi, setiap penelitian mempunyai tujuan untuk menggambarkan, membuktikan, mengembangkan, menemukan, dan untuk menciptakan. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan menghasilkan data penelitian berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik. Menurut Sugiyono (2013: 14) penelitian kuantitatif adalah penelitian yang digunakan meneliti populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

Menurut Sukmadinata (2010:72) penelitian deskriptif adalah suatu bentuk penelitian yang paling dasar. Ditujukan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan fenomena-fenomena yang ada, baik fenomena yang bersifat alamiah ataupun rekayasa manusia. Metode yang digunakan adalah metode survey. Menurut Suharsimi Arikunto (2006: 312), metode survey merupakan penelitian yang biasa dilakukan dengan subjek yang banyak, dimaksudkan untuk mengumpulkan pendapat atau informasi mengenai status gejala pada waktu penelitian berlangsung. Informasi yang diperoleh dari penelitian survei dapat dikumpulkan dari seluruh populasi dan dapat pula dari sebagian populasi.

3.2 Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat penelitian yaitu di SMP Negeri 25 Pesawaran yang beralamat di Jl. Raya Way Ratai, Desa Sidodadi, Kecamatan Teluk Pandan, Kabupaten Pesawaran, Provinsi Lampung. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 28-29 Februari 2024.

3.3 Populasi dan Sampel Penelitian

3.3.1 Populasi

Menurut Sugiyono (2015), populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang memiliki kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemungkinan ditarik kesimpulannya. Menurut Suharsimi Arikunto (2001), populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Maksud dari penelitian di atas adalah keseluruhan individu yang akan dijadikan objek penelitian dan paling sedikit mempunyai sifat yang sama. Populasi dalam penelitian ini menggunakan kelas VIII yang berjumlah 64 siswa 32 siswa laki-laki dan 32 siswi perempuan

3.3.2 Sampel

Sampel penelitian merupakan hal yang diperlukan peneliti untuk mendapatkan data dari sebuah penelitian. Menurut Suharsimi Arikunto (2010), sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Untuk penentuan jumlah sampel berpedoman pada yang dikemukakan oleh Arikunto (2010), bahwa apabila subyeknya kurang dari 100 lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Selanjutnya jika jumlah subyeknya besar dapat diambil antara 10 – 15% atau 20 – 25% atau lebih. Adapun dalam penelitian ini cara pengambilan sampel adalah dengan cara *total sampling* yaitu mengikutsertakan semua individu atau anggota populasi menjadi sampel (Suharsimi Arikunto, 2010). Sehingga dalam penelitian ini peneliti mengambil sampel penelitian populasi dimana penentuan sampel yang diambil yakni 64 siswa.

3.4 Definisi Operasional Variabel Penelitian

Menurut Suharsimi Arikunto, (2006: 118) “Variabel adalah objek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian. Variabel yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah motivasi siswa kelas VIII dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMP Negeri 25 Pesawaran Tahun Ajaran 2023/2024, definisinya operasionalnya yaitu dorongan dari dalam atau dari luar diri siswa kelas VIII di SMP Negeri 25 Pesawaran Tahun Ajaran 2023/2024, melalui instrumen dalam pengukuran yang menggunakan angket yang diarahkan kepada pembelajaran Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan. Pengarahan itu lebih disempitkan lagi terhadap faktor yang terkandung dalam motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran antara lain:

1. Motivasi intrinsik, adalah dorongan dari dalam yang menyebabkan individu berpartisipasi dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang ditunjukkan melalui empat indikator yaitu: (a) kesehatan, (b) perhatian, (c) minat, (d) bakat.
2. Motivasi ekstrinsik adalah dorongan yang berasal dari luar individu yang menyebabkan individu berprestasi dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang ditunjukkan melalui tiga indikator yaitu: (a) metode mengajar, (b) alat pelajaran, (c) kondisi lingkungan.

3.5 Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

3.5.1 Instrumen Penelitian

Instrumen atau alat yang digunakan dalam penelitian ini berupa angket. Suharsimi Arikunto (2006: 195) menyatakan angket adalah sejumlah pertanyaan atau pernyataan yang digunakan untuk memperoleh informasi sampel dalam arti laporan pribadinya, atau hal-hal yang ia ketahui.” Menurut Sugiyono (2007: 142), “angket merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya.”

Angket dalam penelitian ini adalah angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa sehingga responden tinggal memberikan tanda *check list* (✓) pada kolom atau tempat yang sesuai, dengan angket langsung menggunakan skala bertingkat. Skala bertingkat dalam angket ini menggunakan modifikasi skala *Likert* dengan empat pilihan jawaban yaitu, Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Penilaian angket disajikan pada tabel sebagai berikut:

Tabel 1. Alternatif Jawaban Angket

Alternatif Jawaban	Positif Butir Negatif	
Sangat Setuju	4	1
Setuju	3	2
Tidak Setuju	2	3
Sangat Tidak Setuju	1	4

Langkah-langkah dalam penyusunan instrumen penelitian menurut Sutrisno Hadi (1991: 7-11) sebagai berikut:

1. Mendefinisikan Konstrak

Konstrak dalam penelitian ini adalah motivasi siswa kelas VIII dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMP Negeri 25 Pesawaran Tahun Ajaran 2023/2024 yang dapat diukur menggunakan angket.

2. Menyidik Faktor

Berdasarkan kajian teori dan definisi konstrak, maka motivasi siswa kelas VIII dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan di SMP Negeri 25 Pesawaran Tahun Ajaran 2023/2024 terdiri atas beberapa faktor, yang meliputi, (1) faktor intrinsik: (a) kesehatan, (b) perhatian, (c) minat, (d) bakat, (2) faktor ekstrinsik: (a) metode mengajar, (b) alat pelajaran, (c) kondisi lingkungan.

3. Menyusun Butir-Butir

Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data berupa angket atau kuisioner. Butir pernyataan harus merupakan penjabaran dari isi faktor-faktor yang telah diuraikan di atas, kemudian dijabarkan menjadi indikator-indikator yang ada disusun butir-butir soal yang dapat memberikan gambaran tentang keadaan faktor tersebut. Instrumen dalam penelitian ini diadopsi dari penelitian Amin Nur Rahman (2013), dengan koefisien validitas 0,93 dan reliabilitas instrumen sebesar 0,926. Kisi-kisi instrumen pada tabel sebagai berikut:

Tabel 2. Kisi-kisi Angket Uji Coba

Variabel	Faktor	Indikator	Sub Indikator	No Butir	
				+	-
Motivasi Belajar Siswa pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas VIII SMP Negeri 25 Pesawaran Tahun Ajaran 2023/2024	Faktor Intrinsik	1. Kesehatan	a. Menjaga kebugaran tubuh	1, 2	
			b. Mengoptimalkan fungsi organ	3	4
		2. Perhatian	a. Memperhatikan guru penjas saat dijelaskan	5	6
			b. Konsentrasi saat menerima pelajaran	7, 8, 9	
	3. Minat	a. Pelajarannya menarik	10		
		b. Sesuai dengan cita-cita	11, 12		
	4. Bakat	a. Memiliki kemampuan di bidang olahraga	13, 14		
		b. Mengembangkan bakatnya	15, 16		
Faktor Ekstrinsik	1. Metode Mengajar	a. Bervariasi	17, 18		
		b. Mudah diterima siswa	19, 20 21		
	2. Alat Pelajaran	a. Inovasi	22, 23 24, 25		
b. Modern		26			
3. Kondisi Lingkungan	a. Keluarga	27	28		
	b. Teman dekat	30, 31	29		
	c. Lokasi sekolah	32, 33 34			
Jumlah				34	

3.5.2 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang akan digunakan adalah dengan pemberian angket kepada responden yang menjadi subjek dalam penelitian. Adapun mekanismenya adalah sebagai berikut:

- a. Peneliti mencari data siswa kelas VIII di SMP Negeri 25 Pesawaran Tahun Ajaran 2023/2024.
- b. Peneliti menyebarkan angket kepada responden.
- c. Selanjutnya peneliti mengumpulkan angket dan melakukan transkrip atas hasil pengisian angket.
- d. Setelah memperoleh data penelitian peneliti mengambil kesimpulan dan saran.

3.6 Uji Validitas dan Reliabilitas

3.6.1 Validitas

Dalam penelitian ini untuk menentukan validitas item soal dilakukan kontrol langsung terhadap teori-teori yang melahirkan indikator-indikator yang dipakai. Untuk uji validitas dilihat dari *logical validity* dengan cara *judgment*, yaitu dengan mengonsultasikan kepada dosen pembimbing yang ada di lingkungan program studi Penjaskes FKIP Unila.

Berdasarkan konsultasi tersebut diadakan revisi atau perbaikan sesuai dengan keperluan. Menghitung validitas menggunakan rumus korelasi yang dikenal dengan rumus korelasi *product moment* (Suharsimi Arikunto, 2006: 46). Perhitungannya menggunakan Program *Mic. Excel*. Nilai r_{xy} yang diperoleh akan dikonsultasikan dengan harga *product moment* pada tabel pada taraf signifikansi 0,05. Bila $r_{xy} > r_{tab}$ maka item tersebut dinyatakan valid. Hasil uji validitas sebagai berikut:

Tabel 3. Hasil Uji Coba Validitas Instrumen

No	No Item	r_{hitung}	$r_{tabel (20;5\%)}$	Kesimpulan
1	Item1	0.548	0.444	Valid
2	Item2	0.839	0.444	Valid
3	Item3	0.789	0.444	Valid
4	Item4	0.540	0.444	Valid
5	Item5	0.947	0.444	Valid
6	Item6	0.483	0.444	Valid
7	Item7	0.947	0.444	Valid
8	Item8	0.911	0.444	Valid
9	Item9	0.849	0.444	Valid
10	Item10	0.948	0.444	Valid
11	Item11	0.948	0.444	Valid
12	Item12	0.866	0.444	Valid
13	Item13	0.545	0.444	Valid
14	Item14	0.884	0.444	Valid
15	Item15	0.756	0.444	Valid
16	Item16	0.510	0.444	Valid
17	Item17	0.943	0.444	Valid
18	Item18	0.832	0.444	Valid
19	Item19	0.947	0.444	Valid
20	Item20	0.871	0.444	Valid
21	Item21	0.839	0.444	Valid
22	Item22	0.451	0.444	Valid
23	Item23	0.513	0.444	Valid
24	Item24	0.470	0.444	Valid
25	Item25	0.474	0.444	Valid
26	Item26	0.548	0.444	Valid
27	Item27	0.866	0.444	Valid
28	Item28	0.548	0.444	Valid
29	Item29	0.507	0.444	Valid
30	Item30	0.948	0.444	Valid
31	Item31	0.858	0.444	Valid
32	Item32	0.947	0.444	Valid
33	Item33	0.947	0.444	Valid
34	Item34	0.006	0.444	Tidak Valid

Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan bahwa dari 34 butir terdapat satu butir gugur, yaitu butir nomor 34 ($r_{hitung} 0,102 < r_{tabel (df 20;0,05)} 0,444$), sehingga terdapat 33 butir yang digunakan untuk penelitian. Kisi-kisi instrumen angket penelitian disajikan pada tabel berikut:

Tabel 4. Kisi-kisi Angket Penelitian

Variabel	Faktor	Indikator	Sub Indikator	No Butir	
				+	-
Motivasi Belajar Siswa pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas VIII SMP Negeri 25 Pesawaran Tahun Ajaran 2023/2024	Faktor Intrinsik	1. Kesehatan	a. Menjaga kebugaran tubuh	1, 2	
			b. Mengoptimalkan fungsi organ	3	4
		2. Perhatian	a. Memperhatikan guru penjas saat dijelaskan	5	6
			b. Konsentrasi saat menerima pelajaran	7, 8, 9	
	3. Minat	a. Pelajarannya menarik	10		
		b. Sesuai dengan cita-cita	11, 12		
	4. Bakat	a. Memiliki kemampuan di bidang olahraga	13, 14		
		b. Mengembangkan bakatnya	15, 16		
	Faktor Ekstrinsik	1. Metode Mengajar	a. Bervariasi	17, 18	
			b. Mudah diterima siswa	19, 20 21	
2. Alat Pelajaran		a. Inovasi	22, 23 24, 25		
	b. Modern	26			
3. Kondisi Lingkungan	a. Keluarga	27	28		
	b. Teman dekat	30, 31	29		
	c. Lokasi sekolah	32, 33			
Jumlah				33	

3.6.2 Uji Reliabilitas

Reliabilitas instrumen mengacu pada satu pengertian bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik (Suharsimi Arikunto, 2006: 41).. Untuk memperoleh reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach* (Suharsimi Arikunto, 2006: 47). Hasil uji reliabilitas disajikan pada tabel berikut:

Tabel 5. Hasil Uji Reliabilitas

<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
0,969	33

3.7 Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan menggunakan presentase tabel. Hasil ditampilkan dalam bentuk tabel. Analisis data dilakukan dengan tahap akumulasi jumlah skor yang didapat. Kemudian dicari besarnya skor rata-rata (*Mean*). Median (*Me*), Modus (*Mo*), Simpangan baku atau Standar Deviasi (*SD*). Pengkatagorian dari kuesioner pilihan ganda yang didasarkan pada kurva normal, kemudian dikelompokkan ke dalam lima katagori yaitu: (Sangat rendah, Rendah, Sedang, Tinggi, dan Sangat tinggi) yang mengacu pendapat Thoha (2003). Penilaian Acuan Norma (PAN) dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 6. Penilaian Acuan Norma (PAN)

No	Interval	Kategori
1	$M + 1,5 SD < X$	Sangat Tinggi
2	$M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$	Tinggi
3	$M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$	Sedang
4	$M - 1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$	Rendah
5	$X \leq M - 1,5 SD$	Sangat Rendah

Keterangan:

M : *Mean*
 X : Skor yang diperoleh
 SD : Standar Deviasi

Selanjutnya dapat dilakukan dengan menghitung presentase pada setiap indikator dengan menggunakan rumus yang dikemukakan oleh Sudjono (2011). Sebagai berikut:

$$\text{Rumus : } P = \frac{f \cdot x}{n} 100\%$$

Keterangan:

P : Presentase yang dicari
 n : Jumlah responden
 f : Frekuensi

Penilaian Acuan Norma (PAN) digunakan untuk menentukan hasil belajar setiap siswa dengan siswa. Artinya, PAN digunakan bila peneliti ingin mengetahui kemampuan peserta didik di dalam komunitasnya seperti di kelas, sekolah, dan sebagainya. Alasan peneliti menggunakan PAN dengan kategori sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi ialah karena PAN menggunakan kriteria yang bersifat relatif, dalam arti tidak tetap dan tidak berubah-ubah disesuaikan dengan kondisi dan kebutuhan peneliti. Selain itu, peneliti memilih menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) karena penulis beranggapan bahwa tidak semua siswa memiliki kesamaan dalam menjawab pertanyaan pada kuesioner.

Untuk menentukan kategori dalam penilaian pengelolaan hasil penelitian dengan kriteria konversi, menurut Suharsimi Arikunto (2006: 207), kemudian data tersebut diinterpretasikan ke dalam lima tingkatan, yaitu:

Tabel 7. Tingkatan Kategori

No	Interval	Kategori
1	81% - 100%	Sangat Tinggi
2	61% - 80%	Tinggi
3	41% - 60%	Sedang
4	21% - 40%	Rendah
5	0% - 20%	Sangat Rendah

V. KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat diambil kesimpulan, bahwa motivasi siswa kelas VIII dalam mengikuti pembelajaran Penjasorkes di SMP Negeri 25 Pesawaran Tahun Ajaran 2023/2024 berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 7,8% (5 siswa), “rendah” sebesar 31,3% (20 siswa), “sedang” sebesar 31,3% (20 siswa), “tinggi” sebesar 23,4% (15 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 6,3% (4 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 75,64, motivasi siswa kelas VIII dalam mengikuti pembelajaran Penjasorkes di SMP Negeri 25 Pesawaran Tahun Ajaran 2023/2024 dalam kategori “sedang”. Dengan hasil wawancara diatas dapat disimpulkan juga dari dua faktor: yaitu faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik yang terdiri beberapa indikator yaitu: Faktor Intrinsik (indikator kesehatan, indikator perhatian, indikator minat, dan indikator bakat). Faktor Ekstrinsik (indikator metode mengajar, indikator alat pembelajaran, dan indikator lingkungan, sehingga disimpulkan siswa- siswi merasa cukup puas dalam mengikuti aktivitas pembelajaran PJOK dibandingkan dengan pelajaran lainnya. Sehingga dapat disimpulkan terdiri dari dua faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik aktivitas pembelajaran bahwa siswa-siswi SMP Negeri 2 Pesawaran merasa (Cukup puas) dalam katagori (Sedang).

5.2 Implikasi Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disimpulkan di atas dapat dikemukakan implikasi hasil penelitian sebagai berikut:

1. Dengan diketahui motivasi siswa kelas VIII dalam mengikuti pembelajaran Penjasorkes di SMP Negeri 25 Pesawaran Tahun Ajaran 2023/2024 dapat digunakan untuk mengetahui motivasi siswa dalam

mengikuti pembelajaran Penjasorkes di sekolah lain.

2. Faktor-faktor yang kurang dominan dalam motivasi siswa kelas VIII dalam mengikuti pembelajaran Penjasorkes di SMP Negeri 25 Pesawaran Tahun Ajaran 2023/2024 perlu diperhatikan dan dicari pemecahannya agar faktor tersebut lebih membantu dalam meningkatkan motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran Penjasorkes
3. Guru dan pihak sekolah dapat menjadikan hasil ini sebagai bahan pertimbangan untuk lebih meningkatkan motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran Penjasorkes dengan memperbaiki faktor-faktor yang kurang.

5.3 Saran

Ada beberapa saran yang perlu disampaikan sehubungan dengan hasil penelitian ini, antara lain:

1. Agar mengembangkan penelitian lebih dalam lagi tentang motivasi siswa kelas VIII dalam mengikuti pembelajaran Penjasorkes di SMP Negeri 25 Pesawaran Tahun Ajaran 2023/2024.
2. Agar melakukan penelitian tentang motivasi siswa kelas VIII dalam mengikuti pembelajaran Penjasorkes di SMP Negeri 25 Pesawaran Tahun Ajaran 2023/2024 dengan menggunakan metode lain.
3. Lebih melakukan pengawasan pada saat pengambilan data agar data yang dihasilkan lebih objektif.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta, Jakarta.
- Arikunto, S. 2001. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Rineka Cipta, Jakarta..
- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta, Jakarta.
- Bimo, W. 2003. *Psikologi Sosial*. Andi Offset, Yogyakarta.
- Chabib, M., & Thoha. 2003. *Teknik Evaluasi Pendidikan*. PT. Raja Grafindo, Jakarta.
- Dalyono, M. 2007. *Psikologi Pendidikan*. PT Rineka Karya, Jakarta.
- Desmita. 2009. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung : PT Remaja. Rosdakarya.
- Deviani, Putri. 2017. *Motivasi Siswa Kelas VIII Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan di SMP Negeri 2 Gamping Tahun 2016/2017*. Skripsi. FIK Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta
- Dewi, H. E. 2012. *Memahami Perkembangan Fisik Remaja*. Kanisius, Yogyakarta.
- Dimiyati & Mudjiono. 2002. *Belajar dan Pembelajaran*. Rineka Cipta, Jakarta.
- Gunarsa, S. D. 2008. *Psikologi Anak: Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. PT BPK Gunung Mulia, Jakarta.
- Hadi, S. 1991. *Metodologi Research Jilid 3*. Andi Offset, Yogyakarta. Hamzah B.
- Indriono, T. 2014. *Motivasi Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 4 Depok Kab. Sleman*. (Skripsi) FIK Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.

- Jahja, Y. 2011. *Psikologi Perkembangan*. Prenada Media, Jakarta.
- Mulyanto. 2014. *Belajar Dan Pembelajaran Penjas*. UPI PGSD Penjas, Bandung.
- Mulyasa, E. 2002. *Manajemen Berbasis Sekolah: Konsep, Strategi, dan Implementasi*. PT Remaja Rosdakarya, Bandung.
- Pintrich, P. R., & De Groot, E. V. 2003. "A Motivational Science Perspective on the Role of Student Motivation in Learning and Teaching Contexts." *Journal of Educational Psychology*, 95(4), 667–686.
- Purwanto, M. N. 2007. *Psikologi Pendidikan*. PT Remaja Rosdakarya, Bandung.
- Purwanto, M. N. 2006. *Psikologi Pendidikan*. PT Remaja Rosdakarya, Bandung.
- Rahman, A. N. 2013. *Motivasi Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri II Grenggeng Kecamatan Karanganyar Kabupaten Kebumen dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. (Skripsi) FIK UNY, Yogyakarta.
- Sardiman, A. M. 2011. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. PT Rajagrafindo, Jakarta.
- Simon & Saputra. 2007. *Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. UPI Press, Bandung.
- Slameto. 2003. *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Rineka Cipta, Jakarta.
- Slameto. 2010. *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Bumi Aksara, Jakarta.
- Sudijono, A. 2011. *Pengantar Statistik Pendidikan*. Rajawali Press, Jakarta.
- Sugihartono. 2007. *Psikologi Pendidikan*. UNY Press, Yogyakarta.
- Sugiyono. 2013. *Metodelogi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta, Bandung.
- Sugiyono. 2019. *Metodelogi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta, Bandung.
- Sugiyono. 2007. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta, Bandung.
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta, Bandung.
- Sukintaka. 2001. *Teori Pendidikan Jasmani*. Solo: Esa Grafika.

- Sukintaka. 2004. *Teori pendidikan jasmani. Filosofi pembelajaran & masa depan*. Penerbit Nuansa, Bandung.
- Sukmadinata, N. S. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan*. PT. Remaja Rosdakarya, Bandung.
- Thobroni, M. 2015. *Belajar dan Pembelajaran: Teori dan Praktek*. Arr-Ruzz Media, Yogyakarta.
- Uno. 2006. *Orientasi Baru dalam Psikologi Pembelajaran*. PT Bumi Aksara, Jakarta.
- Yusuf, S.. 2012. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Remaja Rosdakarya, Bandung.