
MOTIVASI BELAJAR SISWA DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SDN 73/VI TANJUNG DALAM

Ali Sastra¹, Ikhsan Maulana Putra²
Universitas Muhammadiyah Muara Bungo
Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi

e-mail :

Alisastera9@gmail.com¹ , maulana.ikhsan101@gmail.com²

Abstrak

Dalam penelitian ini permasalahan yang ditemukan penulis pada melakukan observasi di lapangan, ternyata masih rendahnya motivasi siswa dalam pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SDN 73/VI Tanjung Dalam Kecamatan Lembah Masurai. Banyak faktor yang mempengaruhi proses pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tersebut diantaranya adalah faktor motivasi.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui motivasi siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SDN 73/VI Tanjung Dalam Kecamatan Lembah Masurai. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SDN 73/VI sebanyak 58 orang. Sampel diambil dengan Teknik *random sampling*, dengan jumlah sampel sebanyak 38 orang. langsung oleh peneliti dengan mengajukan angket kepada siswa. Sedangkan data sekunder, data diambil dari arsip dokumentasi siswa dari Tata Usaha Sekolah. Selanjutnya data dianalisis dengan persentase dengan menggunakan skor nilai ideal.

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa variabel motivasi intrinsik Motivasi intrinsik siswa di SDN 73/VI Tanjung Dalam Kecamatan Lembah Masurai diperoleh tingkat capaian sebesar 84,70%, berada klasifikasi "Baik". sedangkan motivasi ekstrinsik siswa di SDN 73/VI Tanjung Dalam Kecamatan Lembah Masurai diperoleh tingkat capaian sebesar capaian 83,07%, berada klasifikasi "Baik".

Kata Kunci : *Motivasi Intrinsik, Motivasi Ekstrinsik, Siswa*

Abstract

In this research, the problem that the author found when conducting observations in the field was that students' motivation was still low in learning physical education, sports and health at SDN 73/VI Tanjung Dalam Lembah Masurai District. There are many factors that influence the learning process in physical education, sports and health, one of which is the motivation factor.

This type of research is descriptive. The aim of this research was to determine students' motivation in learning physical education, sports and health at SDN 73/VI Tanjung Dalam Lembah Masurai District. The population in this study was 58 students at SDN 73/VI. Samples were taken using random sampling technique, with a total sample of 38 people. directly by researchers by submitting questionnaires to students. Meanwhile, secondary data is taken from student documentation archives from School Administration. Next, the data was analyzed by percentage using the ideal value score.

Based on the results of data analysis, it shows that the variable intrinsic motivation of students at SDN 73/VI Tanjung Dalam Lembah Masurai District, obtained an achievement level of 84.70%, with a "Good" classification. Meanwhile, the extrinsic motivation of students at SDN 73/VI Tanjung Dalam Lembah Masurai District, achieved an achievement level of 83.07%, which was classified as "Good".

Keywords: *Intrinsic Motivation, Extrinsic Motivation, Students*

PENDAHULUAN

Pembangunan manusia Indonesia seutuhnya adalah suatu upaya yang dilaksanakan secara sadar, berencana dan berkesinambungan menuju suatu perubahan dan kemajuan serta perbaikan yang sempurna. Dalam pelaksanaan pembangunan ini, kita semua dituntut untuk menambah dan memperdalam serta meningkatkan kuantitas dan kualitas ilmu pengetahuan dan keterampilan. Untuk itu sektor pendidikan memegang peranan yang sangat dominan dalam upaya pencapaian tujuan tersebut di atas.

Pendidikan yang dimaksud adalah pendidikan yang mampu mengangkat harkat dan martabat bangsa Indonesia serta tersedianya sumber daya manusia yang handal. Dalam Undang-Undang No. 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional antara lain dijelaskan bahwa fungsi dan tujuan pendidikan nasional sebagai berikut: Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan serta membentuk watak dan peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi siswa.

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan ialah proses pendidikan yang mayoritas menggunakan aktivitas fisik dalam pembelajarannya. Penjaskes dianggap sangat memiliki pengaruh bagi dunia pendidikan dan masyarakat. Pentingnya olahraga ini diterapkan di sekolah dilihat dari tujuan pembelajaran penjaskes, yang mencakup berbagai faktor yaitu

pengetahuan, sikap dan keterampilan. Pada faktor pengetahuan pendidikan jasmani bukan hanya mencakup kemampuan dalam wawasan, namun hal tersebut mencakup pengetahuan terhadap segala gerak pada pembelajarannya. Pada faktor sikap tujuan dari pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) ialah demi mewujudkan konsep diri dan komponen kepribadian seperti sifat karakter individu peserta didik. Sedangkan pada aspek psikomotorik, tujuan dari pendidikan jasmani dapat memanfaatkan aktivitas fisik guna meningkatkan kebugaran jasmani serta keterampilan gerak dalam pembelajaran. Penyesuaian materi pembelajaran PJOK sangat penting karena untuk mencapai tujuan dari pendidikan tersebut.

Seorang guru dituntut untuk memiliki pemahaman dan pengetahuan terkait mengenai media dan model pembelajaran agar mendapatkan kemajuan dalam proses pembelajaran. Hal tersebut bisa membuat suasana belajar menyenangkan, aktif, kreatif serta inovatif bagi peserta didik, serta menjadikan peserta didik berpikir lebih tanggap dan melatih keterampilan sosial dan emosional supaya lebih baik dan tujuan dari pembelajaran pun akan tercapai.

Pada mata pelajaran PJOK terdapat beberapa materi, salah satunya yaitu materi pencak silat. Pencak silat adalah salah satu cabang olahraga seni-beladiri yang berasal dari Indonesia. Menurut Mardotillah Mila (2017:2), mengatakan bahwa pencak silat ialah aktivitas dalam masyarakat bersifat konkret, yang

dapat di observasi. Menurut Gristyutawati, dkk (2012:2), mengatakan bahwa pencak silat ialah budaya manusia Indonesia dalam mencapai keselarasan hidup guna meningkatkan iman dan taqwa dengan cara membela mempertahankan eksistensi dan integritas dalam lingkungan sekitar. Menurut Dewi, Ariani Kurnia (2014:2), mengatakan bahwa pencak silat ialah metode bela diri yang cocok digunakan untuk mempertahankan diri dalam kelangsungan hidup yang mengutamakan keselamatan. Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa pencak silat adalah kegiatan masyarakat dalam mempertahankan dan membela diri dalam kelangsungan hidup terhadap lingkungannya.

Secara khusus, tujuan Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan dituangkan dalam kurikulum adalah untuk: 1) Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani dan olahraga serta pola hidup berbagai aktivitas jasmani dan olahraga terpilih; 2) Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik; 3) Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar; 4) Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan; 5) Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerja sama, percaya diri dan demokratis; 6) Mengembangkan keterampilan untuk menjaga kesehatan diri sendiri, orang

lain dan lingkungan; 7) Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga dilingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil serta memiliki sifat yang positif. (Depdiknas 2006:1)

Dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani Hutasuhut (1999:20) mengatakan ada tiga hal yang mendukung terjadinya proses belajar mengajar yaitu: 1) guru sebagai pengajar; 2) peserta didik sebagai orang yang diajar; 3) sarana dan prasarana yang mendukung, segala hukum dan prinsip serta azas yang berlaku dalam pengajaran olahraga atau pendidikan jasmani". Seorang guru harus mampu untuk mengajar dengan baik. Maksudnya, dalam pengelolaan pembelajaran dapat menggunakan berbagai strategi serta metoda yang akurat, efektif dan efisien, baik di dalam kelas maupun di lapangan.

Pada prinsipnya bagaimana upaya guru selama pembelajaran berlangsung, dapat menyenangkan siswa dan termotivasi untuk mengikuti pembelajaran. Di samping itu, guru harus bisa memberikan kemudahan-kemudahan bagi siswa dalam mencerna materi-materi yang dibelajarkan, seperti memodifikasi peraturan-peraturan, menciptakan media pembelajaran yang menarik, serta melengkapi sarana dan prasarana pendukung lainnya.

Setelah melakukan observasi secara langsung dilapangan, penulis menemukan masalah yang terjadi di SDN 73/VI Tanjung Dalam Kecamatan Lembah Masurai bahwa pembelajaran

penjaskes belum terlaksana secara efektif. Siswa kurang termotivasi untuk mengikuti pembelajaran penjaskes, seolah-olah pembelajaran penjaskes ini hanya sekedar mengisi waktu luang saja dan siswa juga tidak serius dalam dalam belajar. Melihat kondisi proses pembelajaran yang tidak terlaksana dengan baik diyakini banyak faktor yang mempengaruhi yang satu dengan yang lainnya. Sehingga berdampak pada hasil belajar yang kurang maksimal.

Motivasi sangat penting untuk mendorong seseorang berperilaku dalam mencapai sesuatu yang diinginkan. Motivasi dapat mendorong motif-motif dalam diri seseorang untuk berbuat dengan penuh semangat. Motivasi merupakan suatu 5 proses psikologis yang mencerminkan interaksi, sikap, kebutuhan, keputusan yang terjadi pada diri seseorang dan timbul akibat adanya faktor dari dalam dirinya (Intrinsik) dan dari luar (Ekstrinsik) dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan (Robins, 1999: 164).

Motivasi yang intrinsik berarti bahwa suatu perbuatan memang diinginkan pada seseorang senang melakukannya. Orang tersebut senang melakukan perbuatan itu sendiri. Sebaliknya motivasi ekstrinsik berarti bahwa suatu perbuatan dilakukan atas dasar dorongan atau paksaan dari luar, motivasi ekstrinsik dapat berubah menjadi motivasi yang intrinsik. Bila motivasi sudah menjadi intrinsik maka orang telah menjadi begitu bermotivasi sehingga tiada rintangan yang akan menghambatnya melakukan perbuatan tersebut. Bila dikaitkan dengan seseorang siswa yang mempunyai

motivasi intrinsik yang besar, maka ia akan selalu konsisten terhadap tugasnya dan tekun dalam mengikuti proses belajar mengajar, khususnya pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Selain itu siswa yang memiliki motivasi intrinsik yang tinggi akan memiliki rasa percaya diri yang tinggi, disiplin. Seseorang akan terdorong untuk berbuat dengan segala upaya dikarenakan oleh adanya rangsangan-rangsangan yang begitu menggiurkan seperti hadiah-hadiah yang disediakan, harapan-harapan terhadap pujian dan sebagai nilai penghargaan.

Berdasarkan uraian diatas yang terjadi pada siswa di SDN 73/VI Tanjung Dalam Kecamatan Lembah Masurai, menurut hemat penulis sangat erat kaitannya dengan motivasi siswa dalam belajar. Jika hal ini dibiarkan berkelanjutan, dikawatirkan pembelajaran pendidikan jasmani pada sekolah tersebut tidak dapat memberikan makna dan nilai tambah terhadap siswa. Dalam artian pembelajaran penjas tersebut hanya sekedar perlengkapan bidang studi dalam kurikulum. Untuk itu sangat perlu kiranya dilakukan suatu pengkajian secara cermat terhadap permasalahan tersebut. Pada kesempatan ini penulis tertarik untuk melakukan suatu penelitian tentang motivasi belajar siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SDN 73/VI Tanjung Dalam Kecamatan Lembah Masurai.

METODE

Penelitian ini adalah merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan

kuantitatif maksudnya adalah untuk mengumpulkan informasi mengenai suatu objek dengan menggambarkan apa adanya. Sugiyono (2016: 13) mengatakan penelitian deskriptif yaitu, penelitian yang dilakukan untuk mengetahui nilai variabel mandiri, baik satu variabel atau lebih (independen) tanpa membuat perbandingan, atau menghubungkan dengan variabel yang lain. Sedangkan menurut Ali Maksum (2012: 68), penelitian deskriptif adalah penelitian yang dilakukan untuk menggambarkan gejala, fenomena atau peristiwa tertentu. Pengumpulan data dilakukan untuk mendapatkan informasi terkait dengan fenomena kondisi, atau variabel tertentu dan tidak dimaksudkan untuk melakukan pengujian hipotesis.

Penelitian deskriptif dilakukan untuk mengetahui nilai variabel mandiri, baik itu satu variabel atau lebih tanpa membuat perbandingan, atau menghubungkan antara satu variabel dengan variabel yang lain (Sugiyono, 2016: 11). Penelitian deskriptif ini meliputi penyajian kesimpulan melalui pemaparan statistik. Tujuan utama analisis tersebut adalah untuk memberikan gambaran ilustrasi dan/atau ringkasan yang dapat membantu pembaca memahami jenis variabel dan keterkaitannya (Tashakkori & Teddlie, 2010: 186).

Pelaksanaan penelitian ini dilaksanakan pada SDN 73/VI Tanjung Dalam, sedangkan waktu penelitian ini telah dilaksanakan pada bulan Mei 2024. Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri dari atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang

ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2016: 117). Sedangkan menurut Arikunto (2010: 173), populasi adalah keseluruhan subjek 66 penelitian. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 58 orang siswa SDN 73/VI Tanjung Dalam. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa SDN 73/VI Tanjung Dalam berjumlah 38 orang dengan menggunakan Teknik *Random Sampling*.

Jenis dan sumber data adalah data primer dan data sekunder yang diambil langsung dari responden yang diperoleh dari hasil laporan yang sudah ada. Teknik dan alat pengumpulan data dalam penelitian ini adalah menggunakan instrument berupa angket atau kuesioner dengan menggunakan skala *Likert* dengan alternatif, Selalu (SL), Sering (SR), Kadang-kadang (KD) dan Tidak Pernah (TP).

Alternatif jawaban Selalu (SL) diberi bobot nilai 4

Alternatif jawaban Sering (SR) diberi bobot nilai 3

Alternatif jawaban Kadang-kadang (KD) diberi bobot nilai 2

Alternatif jawaban Tidak Pernah (TP) diberi bobot nilai 1

Teknik analisis data dalam penelitian ini tergantung pada jenis data penelitian. Sesuai dengan tujuan penelitian untuk mendeskripsikan motivasi belajar siswa dalam proses pembelajaran penjaskes. Maka teknik analisis data dalam penelitian ini adalah dengan tabulasi frekuensi persentase dengan formula:

$$P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Keterangan :

- P : Persentase
- f : Frekuensi
- n : Jumlah responden

Untuk menentukan kategori penilaian, yang digunakan adalah klasifikasi yang dikemukakan Sudjana (1989:85) klasifikasi nilai yang dicapai oleh responden menggunakan klasifikasi sebagai berikut.

- 90 - 100 % = Sangat baik
- 80 - 89 % = Baik
- 65 - 79 % = Cukup
- 55 - 64 % = Kurang
- 0 - 54 % = Kurang sekali

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada analisis ini semua jawaban dari responden disusun menurut variabel dan indikatornya, dan diolah dalam bentuk distribusi frekuensi dan tingkat capaian sesuai variabel yang diteliti yaitu sebagai berikut:

Motivasi Intrinsik

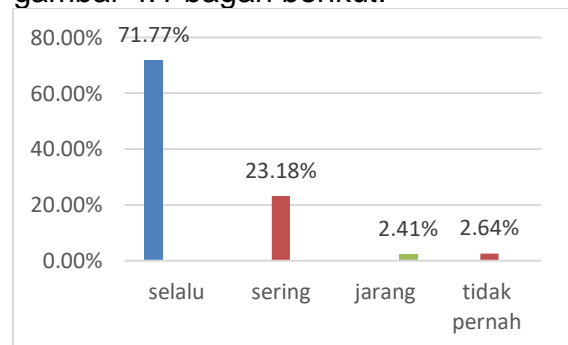
Untuk variabel motivasi intrinsik siswa terhadap pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SDN 73/VI Tanjung Dalam Kecamatan Lembah Masurai ini terdiri dari 20 item pernyataan yang disebarkan kepada 38 orang siswa yang dijadikan sebagai responden, ditemukan jawaban yakni sebagai berikut: jumlah total jawaban “Selalu” dari 38 orang responden adalah 1848 (71,77%), jumlah total jawaban “Sering” adalah 597 (23,18%) dan jumlah total jawaban “Jarang” adalah 62 (2,41%). Selanjutnya jumlah total jawaban “Tidak Pernah” adalah 68 (2,64%).

Dengan demikian diperoleh tingkat capaian variabel motivasi intrinsik siswa terhadap pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SDN 73/VI Tanjung Dalam Kecamatan Lembah Masurai adalah sebesar 84,70%. Untuk lebih jelas distribusi hasil data motivasi intrinsik terhadap pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tersebut dapat dilihat pada tabel 4.1 berikut:

Tabel 4.1 distribusi hasil data motivasi instrinsik

Alternatif Jawaban	Jumlah Total Jawaban	Persentase (%) Frekuensi	Tingkat Capaian
Selalu	1848	71,77	84,70%
Sering	597	23,18	
Jarang	62	2,41	
Tidak Pernah	68	2,64	
Jumlah	2575	100	

Berdasarkan tabel 4.1 di atas, jelaslah untuk variabel motivasi intrinsik siswa di SDN 73/VI Tanjung Dalam Kecamatan Lembah Masurai diperoleh tingkat capaian sebesar 84,70%. Menurut Sudjana (1996:355) klasifikasi antara 80% - 89% berada pada klasifikasi “Baik”. Untuk lebih jelasnya variabel motivasi intrinsik siswa terhadap pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan siswa di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 3 Payakumbuh Kota Payakumbuh dapat dilihat pada gambar 4.1 bagan berikut:



Gambar 4.1 Variabel Motivasi Instrinsik

Selanjutnya hasil jawaban dari 38 orang siswa untuk skor tertinggi yang menjawab “Selalu” adalah item soal no 1 yaitu “Saya selalu mengikuti pelajaran penjas orkes, soal no 2 yaitu “Pada waktu guru penjasorkes menerangkan, saya memperhatikan dengan sungguh-sungguh, dan soal no 5 yaitu “Kalau saya berhasil dalam pelajaran penjasorkes akan menambah rasa percaya diri” masing-masing soal dengan jumlah menjawab “Selalu” adalah sebanyak 27 orang (71.1%) dengan tingkat capaian 92,76%.

Sedangkan skor terendah yang menjawab “Selalu” adalah item soal no 8 yaitu “Saya senang jika diadakan lomba olahraga antar kelas atau sekolah” dan soal no 11 yaitu “Saya senang dipuji oleh teman-teman apabila saya mendapatkan nilai yang tinggi dalam pelajaran penjasorkes” dengan jumlah yang menjawab “Selalu” adalah 18 orang (47,4%) dengan tingkat capaian sebesar 80,26%.

Sedangkan skor tertinggi yang menjawab “Sering” adalah item soal no 8 yaitu “Saya senang jika diadakan lomba olahraga antar kelas atau sekolah, dan soal no 9 yaitu “Saya senang ditunjuk sebagai ketua kelompok dalam mata pelajaran penjas orkes dengan jumlah menjawab “Sering” adalah sebanyak 15 orang (39,5%) dengan tingkat capaian 80,26% dan untuk skor terendah yang menjawab “Sering” adalah item soal no 3 yaitu “Saya tidak suka bila guru penjas orkes sedang menerangkan pelajaran ada teman yang

mengganggu, dengan jumlah yang menjawab “Sering” adalah 1 orang (2,6%) dengan tingkat capaian sebesar 68,42%.

Motivasi Ekstrinsik

Variabel motivasi ekstrinsik siswa terhadap pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan siswa di SDN 73/VI Tanjung Dalam Kecamatan Lembah Masurai , angket yang diberikan kepada 38 orang responden terdiri dari 15 item pernyataan ditemukan jawaban yakni sebagai berikut: jumlah total jawaban “Selalu” dari 38 orang responden adalah 1272 (67,16%), jumlah total jawaban “Sering” adalah sebesar 465 (24,55%) dan jumlah total jawaban “Jarang” adalah sebesar 120 (6,34%). Selanjutnya jumlah total jawaban “Tidak Pernah” adalah sebesar 37 (1,95%).

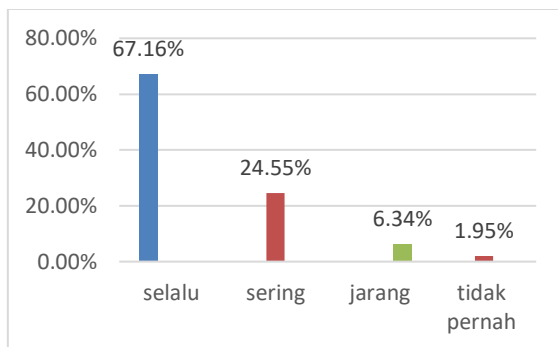
Dengan demikian diperoleh tingkat capaian variabel motivasi ekstrinsik siswa terhadap pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan siswa di SDN 73/VI Tanjung Dalam Kecamatan Lembah Masurai yaitu sebesar 83,07%. Menurut Sudjana (1996:355) klasifikasi antara 80% - 89% berada pada klasifikasi “Baik”. Distribusi Hasil Data variabel motivasi ekstrinsik siswa di SDN 73/VI Tanjung Dalam Kecamatan Lembah Masurai dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, dapat dilihat pada tabel 4.2 berikut ini:

Tabel 4.2 Distribusi Hasil Data Motivasi Intrinsik

Alternatif Jawaban	Jumlah Total Jawaban	Persentase (%) Frekuensi	Tingkat Capaian
Selalu	1272	67,16	83,07%
Sering	465	24,55	
Jarang	120	6,34	
Tidak	37	1,95	

Pernah		
Jumlah	1894	100

Berdasarkan tabel 4.2 jelaslah bahwa tingkat capaian untuk variabel motivasi ekstrinsik terhadap pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan siswa di SDN 73/VI Tanjung Dalam Kecamatan Lembah Masurai diperoleh sebesar 83,07%. Untuk lebih jelasnya variabel motivasi ekstrinsik siswa di SDN 73/VI Tanjung Dalam Kecamatan Lembah Masurai terhadap pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tersebut dapat dilihat pada gambar 4.2 bagan di halaman berikut:



Gambar 4.2 Bagan Variabel Motivasi Ekstrinsik

Selanjutnya hasil jawaban dari 30 orang responden untuk skor tertinggi yang menjawab “Selalu” adalah item soal no 8 yaitu “Apakah lingkungan sosial menuntut siswa untuk mengikuti proses pembelajaran penjas, dengan jumlah menjawab “Selalu” adalah sebanyak 26 orang (68,4%) dengan tingkat capaian 84,87% dan untuk skor terendah yang menjawab “Selalu” adalah item soal no 9, yaitu Apakah siswa mengikuti proses pembelajaran penjas karena ingin banyak teman dengan jumlah menjawab “Selalu” adalah 13 orang

(34,2%) dengan tingkat capaian 40,79%.

Sedangkan skor tertinggi yang menjawab “Sering” adalah item soal no 10 yaitu “Apakah siswa ikut dalam diskusi kelompok dalam meningkatkan pemahaman terhadap materi pembelajaran penjas, dengan jumlah menjawab “Sering” adalah sebanyak 16 orang (42,1%) dengan tingkat capaian 76,97% dan untuk skor terendah yang menjawab “Sering” adalah item soal no 9 yaitu Apakah siswa mengikuti proses pembelajaran penjas karena ingin banyak teman dengan jumlah menjawab “sering” adalah 2 orang (5,3%) dengan tingkat capaian sebesar 40,79.

Berdasarkan pertanyaan penelitian pertama yang diajukan yaitu “Bagaimana motivasi intrinsik siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan SDN 73/VI Tanjung Dalam Kecamatan Lembah Masurai. Ternyata hasil analisis data dalam penelitian ini dari jawaban 38 orang siswa yang dijadikan sampel dengan 20 item pernyataan tentang variabel motivasi intrinsik, diperoleh tingkat capaian 84,70%. Menurut Sudjana (1996:355) klasifikasi antara 80% - 89% berada pada klasifikasi baik. Dengan demikian dapat diartikan bahwa siswa di SDN 73/VI Tanjung Dalam Kecamatan Lembah Masurai memiliki motivasi intrinsik yang baik di dalam mengikuti proses pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.

Motivasi intrinsik merupakan “motif-motif yang berfungsi bukan diakibatkan pengaruh rangsangan dari luar” (Surabaya, 1984:28), sedangkan Purwanto (1990:65) disebut motivasi

intrinsik “jika yang mendorong individu untuk bertindak adalah nilai-nilai yang terkandung didalam objek itu sendiri”. Motivasi intrinsik merupakan sumber tenaga yang paling tahan lama, karena peserta didik merasa senang dalam belajar sehingga dalam pengelolaan proses belajar mengajar pendidik hendaknya dapat memperhatikan faktor-faktor yang tumbuh dari motivasi intrinsik. Seseorang memiliki motivasi intrinsik akan terlihat dari sikap dan tingkah laku yang tekun mengikuti dan mengerjakan segala tugas-tugas yang diberikan padanya, misalnya saja seperti tugas-tugas yang diberikan pada siswa dalam pembelajaran penjasorkes. Memperhatikan pengaruh yang diakibatkan dengan adanya motivasi intrinsik menimbulkan kesan kiranya faktor ini dapat terus dikembangkan dalam usaha menumbuhkan dan mengembangkan motif seseorang sesuai dengan potensi yang dimilikinya.

Pertanyaan penelitian yang ke dua diajukan yaitu “Bagaimana motivasi ekstrinsik siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SDN 73/VI Tanjung Dalam Kecamatan Lembah Masurai. Ternyata hasil analisis data dalam penelitian ini dari jawaban 38 orang siswa yang dijadikan sampel dengan 15 item pernyataan tentang variabel motivasi ekstrinsik, diperoleh tingkat capaian 83,07%. Menurut Sudjana (1996:355) klasifikasi antara 80% - 89% berada pada klasifikasi “Baik. Dengan demikian dapat diartikan bahwa siswa di SDN 73/VI Tanjung Dalam Kecamatan Lembah Masurai memiliki motivasi ekstrinsik yang baik di dalam mengikuti proses

pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.

Motivasi ekstrinsik adalah motivasi yang keberadaannya bukan merupakan perasaan atau keinginan yang ada dalam diri sendiri, namun disebabkan oleh faktor lain yang mempengaruhinya. Misalnya saja seorang siswa rajin dan tekun dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan karena ada yang diinginkan seperti ingin dapat nilai yang baik, atau karena ada teman yang dia senangi rajin dan tekun dalam pembelajaran penjaskes. Di samping itu juga mungkin adanya pengaruh dari guru penjaskes yang mengajar kreatif dan disiplin, sehingga mereka segan dan atau takut dengan guru penjaskes yang disiplin dan keras.

Meskipun dalam penelitian ini ditemukan bahwa motivasi siswa, baik motivasi intrinsik maupun motivasi ekstrinsik dikatakan baik terhadap pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, namun perlu guru penjasorkes sebagai seorang pendidik, perlu ada upaya dan usaha yang harus dilakukan untuk lebih meningkatkan motivasi siswa. Misanya saja guru penjaskes dalam usaha membangun tingkat motivasi peserta didiknya secara efektif, yang dilakukan adalah dengan mempelajari kebutuhannya yang sesuai dengan kebutuhan peserta didiknya. Dengan demikian seorang guru penjaskes dapat mempergunakan suatu strategi pengajaran yang sesuai dengan kebutuhan peserta didiknya. Peserta didik yang termotivasi secara intrinsik pada hakekatnya memandang proses belajar mengajar hanyalah sebagai sarana atau alat dalam mencapai

tujuannya. Sehingga tingkah laku yang biasanya diperlihatkan menganggap belajar bukan hal yang mutlak dapat mempengaruhi tujuan yang ingin dicapainya (Winkel,1984:28).

Selanjutnya ada beberapa usaha dan upaya yang dapat dilakukan dalam menumbuhkan dan meningkatkan motivasi dalam diri siswa yaitu antara lain adalah guru penjaskes dalam memberikan materi pembelajaran penjaskes tersebut dalam bentuk modifikasi dalam bentuk-bentuk permainan, sarana dan prasarana yang dibutuhkan perlu ditingkatkan, memberikan pujian dan penghargaan kepada siswa yang memiliki ketekunan dan rajin serta menyukai pembelajaran penjaskes, memberikan perhatian khusus bagi siswa yang mempunyai kesulitan dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tersebut dan lain-lain sebagainya. Dengan demikian dapat dikatakan modifikasi dalam pembelajaran dapat meningkatkan motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran dengan baik.

Kemudian meningkatkan motivasi siswa dalam belajar, khususnya dalam pembelajaran penjaskes juga dipengaruhi oleh dorongan dan perhatian dari pihak keluarga, apakah dari saudaranya atau dari orang tua. Perhatian dan pengawasan orang tua terhadap kegiatan belajar anaknya merupakan salah satu upaya yang dapat memberikan rangsangan positif bagi anak atau membuat anak akan menghargai orang tuanya, sehingga dia lebih giat lagi belajar, menginginkan yang terbaik di mata orang tuanya. Namun akan terjadi

sebaliknya apa bila seorang anak tidak pernah diperhatikan dan pengawasan terhadap kegiatan belajarnya, maka anak tersebut akan malas belajar dan bertindak seenaknya. Hal ini lama kelamaan menjadikan belajar itu tidak penting dan bukan suatu keharusan atau menjadi pemalas untuk belajar.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang motivasi intrinsik dan ekstrinsik siswa terhadap pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SDN 73/VI Tanjung Dalam Kecamatan Lembah Masurai, maka dapat ditarik kesimpulan dan saran yakni:

Motivasi intrinsik siswa di SDN 73/VI Tanjung Dalam Kecamatan Lembah Masurai diperoleh tingkat capaian sebesar 84,70%, berada klasifikasi "Baik.

Motivasi ekstrinsik siswa di SDN 73/VI Tanjung Dalam Kecamatan Lembah Masurai diperoleh tingkat capaian sebesar capaian 83,07%., berada klasifikasi "Baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Abbas Tashakkori & Charles Teddlie. (2010). *Mixed Methodologi (Mengkombinasikan Pendekatan Kualitas dan Kuantitas)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Aliumar. (2004). *Dasar-dasar pendidikan jasmani*. FIK UNP.
- Ali Maksum. (2012). *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.

- Arikunto, Suharsimi. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Bakaruddin. (1980). *Manajemen Personalia dan Sumber Daya Manusia*. Penerbit Yokyakarta: Liberti.
- Bola. (1993). *Coaching dan aspek-aspek dalam olahraga*. Jakarta: DIKTI.
- Depdiknas RI. *Undang-Undang Republik Indonesia Tahun 2003 tentang System Pendidikan Nasional*. Jakarta, Depdiknas.
- Depdiknas. (2006). *Kurikulum Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta, Depdiknas.
- Hutasuhut, Chairudin (1999). *Metode Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga*. Padang, FIK UNP.
- Iwan, Hamida. Cellciyus. (2010). *Motivasi Siswa Terhadap Kegiatan Ektrakurikuler Permainan Bulu Tangkis di SD No 118 Rimbo Bujang*. Skripsi. Padang: FIK UNP.
- Mila Badriyah, S.E.,M.M. (2015), *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Edisi ke 1. Bandung: Pustaka Setia
- M. Ngalim, Purwanto. (1990). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: PT Remaja Rosdakarya.
- Nasution. (1988). *Statistik dalam Pendidikan Prosedur dan Teknik Analisis Data. Karya Ilmiah*. Padang: FIP Padang (tidak diterbitkan).
- Prayitno. Elida. (1989). *Motivasi Belajar*. Jakarta: P2LTK.
- Rusli, Lutan. (1986). *Manusia dan Olahraga*. Bandung: FPOK IKIP.
- Sarwono. (1983). *Kepemimpinan dan Motivasi*. Jakarta: Gholia Indonesia.
- Soemanto, (1990). *Strategi Pembelajaran dalam Pendidikan Luar Sekolah*. Bandung: Nusantara Press.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan R&D*. Bandung: IKAPI
- Suryabrata, Sumadi. (1984). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rajawali.
- Winkel, W.S. (1996). *Psikologi Pengajaran*. Jakarta: Gramedia.
- Yunus. (1987). *Ilmu Komunikasi*. Jakarta: Rineka Cipta.