

TESIS

**HUBUNGAN KEBUGARAN JASMANI, MOTIVASI BELAJAR,
KECERDASAN INTELEKTUAL DAN KEBIASAAN BELAJAR
DENGAN HASIL BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI
PESERTA DIDIK KELAS KHUSUS OLAHRAGA
SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI
SE-DAERAH ISTIMEWA
YOGYAKARTA**



Oleh:
Suryo Utomo
20733251002

Tesis ini ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk
mendapatkan gelar Magister Pendidikan

**PROGRAM STUDI S2 PENDIDIKAN JASMANI
PROGRAM MAGISTER FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2022**

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Suryo Utomo
NIM : 20733251002
Program Studi : Pendidikan Jasmani S-2
Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Judul Tesis : Hubungan Kebugaran Jasmani, Motivasi Belajar, Kecerdasan Intelektual, dan Kebiasaan Belajar dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Peserta Didik Kelas Khusus Olahraga Sekolah Menengah Atas Negeri Se-Daerah Istimewa Yogyakarta

Menyatakan bahwa Tesis ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Yogyakarta, 3 April 2022
Penulis,



Suryo Utomo
NIM. 20733251002


LEMBAR PERSETUJUAN

HUBUNGAN KEBUGARAN JASMANI, MOTIVASI BELAJAR,
KECERDASAN INTELEKTUAL DAN KEBIASAAN BELAJAR
DENGAN HASIL BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI
PESERTA DIDIK KELAS KHUSUS OLAHRAGA
SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI
SE-DAERAH ISTIMEWA
YOGYAKARTA

SURYO UTOMO
20733251002

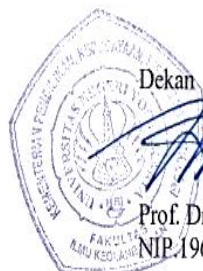
Tesis ini ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan
untuk mendapatkan gelar Magister Pendidikan
Program Studi Magister Pendidikan Jasmani.

Menyetujui untuk diajukan pada ujian tesis
Pembimbing,



Dr. Komarudin, S.Pd., M. A.
NIP 19740928 200312 1 002

Mengetahui:
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta



Dekan
Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed
NIP.19640707 198812 1 001

Koordinator Program Studi







Dr. Yudanto, S.Pd.Jas., M.Pd.
NIP 19810702 200501 1 001

LEMBAR PENGESAHAN


HUBUNGAN KEBUGARAN JASMANI, MOTIVASI BELAJAR,
KECERDASAN INTELEKTUAL DAN KEBIASAAN BELAJAR
DENGAN HASIL BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI
PESERTA DIDIK KELAS KHUSUS OLAHRAGA
SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI
SE-DAERAH ISTIMEWA
YOGYAKARTA

SURYO UTOMO
20733251002

Dipertahankan di depan Tim Penguji Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
Tanggal: 21 April 2022

| Nama/Jabatan | Tanda Tangan | Tanggal |
|---|--|--------------|
| Dr. Guntur, M.Pd. (Ketua/Penguji) |  | 27/04-2022 |
| Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, M.Or. (Sekertaris/Penguji) |  | 27/04-2022 |
| Dr. Komarudin, M.A. (Pembimbing/Penguji) |  | 25/04 - 2022 |
| Prof. Soni Nopembri, Ph.D. (Penguji Utama) |  | 25/04/2022 |

Yogyakarta, 27 April 2022
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,


Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M. Ed. &
NIP. 19640707 198812 1 001

MOTTO

“Pengetahuan yang baik adalah yang memberikan manfaat, bukan hanya diingat”.
(Imam Syafi’i)

PERSEMBAHAN

Seiring doa dan rasa syukur kehadirat Allah SWT, karya ini saya persembahkan untuk:

1. Kedua orangtua saya Bapak Eko Bambang Murjono dan Ibu Ni'ah Yanti yang dengan segenap jiwa dan raga beliau selalu membimbing, memberi arahan, nasehat, semangat, motivasi, kasih sayang, doa, serta pengorbanan tak ternilai harganya.
2. Segenap keluarga besar yang selalu memberikan semangat, dukungan, motivasi, dan doa kepada saya.

ABSTRAK

Suryo Utomo: Hubungan Kebugaran Jasmani, Motivasi Belajar, Kecerdasan Intelektual dan Kebiasaan Belajar dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Peserta Didik Kelas Khusus Olahraga Sekolah Menengah Atas Negeri Se-Daerah Istimewa Yogyakarta. **Tesis. Yogyakarta: Magister Pendidikan Jasmani, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta, 2022.**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara 1) Kebugaran Jasmani dengan Hasil Belajar Penjas, 2) Motivasi Belajar dengan Hasil Belajar Penjas, 3) Kecerdasan Intelektual dengan Hasil Belajar Penjas, 4) Kebiasaan Belajar dengan Hasil Belajar Penjas, 5) Kebugaran Jasmani, Motivasi Belajar, Kecerdasan Intelektual, Kebiasaan Belajar secara bersama-sama dengan Hasil Belajar Penjas.

Penelitian ini merupakan penelitian korelasional. Sampel dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas khusus olahraga sekolah menengah atas negeri se-DIY yang berjumlah 233 peserta didik. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan *Proporsional Random Sampling*. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode tes dan pengukuran. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis korelasi.

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa 1) ada hubungan yang signifikan antara Kebugaran Jasmani dengan Hasil Belajar Penjas, dengan nilai sig 0,000 dan korelasi 0,738 > 0,128, 2) ada hubungan yang signifikan antara Motivasi Belajar dengan Hasil Belajar Penjas, dengan nilai sig 0,000 dan korelasi 0,746 > 0,128, 3) ada hubungan yang signifikan antara Kecerdasan Intelektual dengan Hasil Belajar Penjas, dengan nilai sig 0,000 dan korelasi 0,440 > 0,128, 4) ada hubungan yang signifikan antara Kebiasaan Belajar dengan Hasil Belajar Penjas, dengan nilai sig 0,000 dan korelasi 0,682 > 0,128, 5) ada hubungan yang signifikan antara Kebugaran Jasmani, Motivasi Belajar, Kecerdasan Intelektual, Kebiasaan Belajar secara bersama-sama dengan Hasil Belajar Penjas, dengan nilai F hitung 158,968 > F tabel 2,37 dan sig 0,000 < 0,05.

Kata Kunci: Kebugaran Jasmani, Motivasi Belajar, Kecerdasan Intelektual, Kebiasaan Belajar, Hasil Belajar, Pendidikan Jasmani.

ABSTRACT

Suryo Utomo: Correlation between Physical Fitness, Learning Motivation, Intellectual Quotient and Learning Habit towards the Learning Outcomes of the Students of Sport Special Class in the High Schools Located in Special Region of Yogyakarta. **Thesis. Yogyakarta: Postgraduate Program of Physical Education, Faculty of Sports Science, Yogyakarta State University, 2022.**

This research aims to determine the correlation between 1) physical fitness towards Physical Education learning outcomes, 2) learning motivation towards Physical Education learning Outcomes, 3) intellectual quotient towards Physical Education learning outcomes, 4) Learning habits towards Physical Education learning outcomes, 5) physical fitness, learning motivation, intellectual quotient, learning habits together towards the Physical Education learning outcomes.

This research was a correlational study. The research sample was the students of a special class for sports in the high schools located in Yogyakarta, amounting to 233 students. The sampling technique was based on proportional random sampling. The data collection method used the test and measurement method. The data analysis technique used the correlation analysis.

Based on the results of the analysis, it shows that 1) there is a significant correlation between physical fitness and Physical Education learning outcomes, with a sig value of 0.000 and a correlation of $0.738 > 0.128$, 2) there is a significant correlation between learning motivation and Physical Education learning outcomes, with a sig value of 0.000 and a correlation of $0.746 > 0.128$, 3) there is a significant correlation between intellectual quotient and Physical Education learning outcomes, with a sig value of 0.000 and a correlation of $0.440 > 0.128$, 4) there is a significant correlation between learning habits and Physical Education learning outcomes, with a sig value of 0.000 and a correlation of $0.682 > 0.128$, 5) there is a significant correlation between physical fitness, learning motivation, intellectual quotient, learning habits together towards Physical Education learning outcomes, with a calculated F value of $158.968 > F$ table 2.37 and sig $0.000 < 0.05$.

Keywords: Physical Fitness, Learning Motivation, Intellectual Quotient, Learning Habits, Learning Outcomes, Physical Education.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena atas kasih dan rahmat-Nya sehingga penyusunan Tesis yang berjudul “Hubungan Kebugaran Jasmani, Motivasi Belajar, Kecerdasan Intelektual, dan Kebiasaan Belajar dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Peserta Didik Kelas Khusus Olahraga Sekolah Menengah Atas Negeri Se-Daerah Istimewa Yogyakarta” dapat diselesaikan dengan lancar. Selesaiannya penyusunan Tesis ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini disampaikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Dr. Komarudin, S.Pd., M.A. selaku Pembimbing Tesis yang telah ikhlas memberikan ilmu, tenaga, dan waktunya untuk selalu memberikan yang terbaik dalam menyelesaikan Tesis ini.
2. Dr. Ermawan, S.Pd., M.Pd. selaku Validator instrumen penelitian yang memberikan saran, masukan, dan perbaikan sehingga penelitian tesis ini dapat terlaksana sesuai dengan tujuan
3. Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan persetujuan pelaksanaan tesis.
4. Prof. Dr. Sumaryanto, M. Kes. selaku Rektor, Universitas Negeri Yogyakarta.
5. Seluruh dosen dan staf jurusan POR yang telah memberikan ilmu dan informasi yang sangat bermanfaat.

6. Teman dekat saya dan sahabat saya, terima kasih atas dukungan dan semangatnya sehingga tesis ini dapat selesai.
7. Teman-teman seperjuangan Jurusan S-2 Pendidikan Jasmani khususnya kelas A yang senantiasa berbagi ilmu dan semangat selama kegiatan perkuliahan.
8. Seluruh sahabat-sahabat yang telah memberikan bantuan kepada saya selama menimba ilmu di Universitas Negeri Yogyakarta.
9. Semua pihak yang telah memberikan izin dan membantu penelitian.

Akhirnya, semoga segala bantuan yang telah diberikan semua pihak di atas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Allah SWT dan Tesis ini menjadi informasi yang bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkan

Yogyakarta, 4 April 2022
Penulis,



Suryo Utomo
NIM. 20733251002

DAFTAR ISI

| | |
|--|------|
| HALAMAN JUDUL | i |
| PERNYATAAN | ii |
| LEMBAR PERSETUJUAN | iii |
| LEMBAR PENGESAHAN | iv |
| MOTTO | v |
| PERSEMBAHAN | vi |
| ABSTRAK | vii |
| ABSTRACT | ix |
| KATA PENGANTAR | ix |
| DAFTAR ISI | xi |
| DAFTAR TABEL | xiii |
| DAFTAR GAMBAR | xv |
| DAFTAR LAMPIRAN | xvi |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| A. Latar Belakang Masalah | 1 |
| B. Identifikasi Masalah | 12 |
| C. Batasan Masalah | 13 |
| D. Rumusan Masalah | 13 |
| E. Tujuan Penelitian | 14 |
| F. Manfaat Penelitian | 14 |
| BAB II KAJIAN PUSTAKA | 16 |
| A. Landasan Teori..... | 16 |
| 1. Kebugaran Jasmani | 16 |
| 2. Motivasi Belajar Pendidikan Jasmani | 30 |
| 3. Kecerdasan Intelektual | 39 |
| 4. Kebiasaan Belajar..... | 44 |

| | | |
|---|--|------------|
| 5. | Hasil Belajar Pendidikan Jasmani..... | 49 |
| 6. | Kelas Khusus Olahraga | 55 |
| 7. | Karakter Peserta Didik Kelas Khusus Olahraga | 60 |
| B. | Penelitian yang Relevan | 63 |
| C. | Kerangka Berpikir. | 65 |
| D. | Hipotesis Penelitian..... | 70 |
| BAB III METODE PENELITIAN | | 71 |
| A. | Desain Penelitian..... | 71 |
| B. | Definisi Operasional Variabel Penelitian | 72 |
| C. | Waktu dan Tempat Penelitian..... | 73 |
| D. | Populasi dan Sampel Penelitian | 74 |
| E. | Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data | 79 |
| F. | Teknik Analisis Data | 95 |
| BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN..... | | 99 |
| A. | Deskripsi Hasil Penelitian | 99 |
| B. | Hasil Uji Hipotesis | 110 |
| C. | Pembahasan | 118 |
| D. | Keterbatasan Penelitian | 134 |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN..... | | 136 |
| A. | Kesimpulan..... | 136 |
| B. | Implikasi | 138 |
| C. | Saran..... | 139 |
| DAFTAR PUSTAKA | | 141 |
| LAMPIRAN | | 153 |

DAFTAR TABEL

| | |
|--|-----|
| Tabel 1. Jumlah Populasi dan Sampel Penelitian | 78 |
| Tabel 2. Nilai Tes Kebugaran Jasmani Indonesia Usia 16-19 Tahun Putra..... | 86 |
| Tabel 3. Nilai Tes Kebugaran Jasmani Indonesia Usia 16-19 Tahun Putri | 86 |
| Tabel 4. Norma Penilaian Tes Kebugaran jasmani Indonesia Usia 16-19 Tahun..... | 87 |
| Tabel 5. Kisi-Kisi Instrumen Kuesioner Motivasi Belajar..... | 87 |
| Tabel 6. Skor Jawaban Instrumen Kuesioner | 88 |
| Tabel 7. Standar untuk Menginterpretasikan Koefisien Reliabilitas | 90 |
| Tabel 8. Penggolongan IQ berdasarkan skala David Wechsler | 91 |
| Tabel 9. Kisi-Kisi Instrumen kuesioner Kebiasaan Belajar | 92 |
| Tabel 10. Skor Jawaban Instrumen Kuesioner | 92 |
| Tabel 11. Standar untuk Menginterpretasikan Koefisien Reliabilitas | 95 |
| Tabel 12. Pedoman Pengkategorian..... | 96 |
| Tabel 13. Deskriptif Statistik Kebugaran Jasmani Peserta Didik Putra..... | 99 |
| Tabel 14. Distribusi Frekuensi Kebugaran Jasmani Peserta Didik Putra | 100 |
| Tabel 15. Deskriptif Statistik Kebugaran Jasmani Peserta Didik Putri | 101 |
| Tabel 16. Distribusi Frekuensi Kebugaran Jasmani Peserta Didik | 102 |
| Tabel 17. Deskriptif Statistik Motivasi Belajar Peserta Didik Sekolah Menengah Atas Negeri Se-Daerah Istimewa Yogyakarta..... | 103 |
| Tabel 18. Distribusi Frekuensi Motivasi Belajar Peserta Didik | 103 |
| Tabel 19. Deskriptif Statistik Kecerdasan Intelektual Peserta Didik Sekolah Menengah Atas Negeri Se-Daerah Istimewa Yogyakarta..... | 105 |
| Tabel 20. Dsitribusi Frekuensi Kecerdasan Intelektual Peserta Didik | 105 |
| Tabel 21. Deskriptif Statistik Kebiasaan Belajar Peserta Didik Sekolah Menengah Atas Negeri Se-Daerah Istimewa Yogyakarta..... | 107 |
| Tabel 22. Dsitribusi Frekuensi Kebiasaan Belajar Peserta Didik..... | 107 |
| Tabel 23. Deskriptif Statistik Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Peserta Didik Sekolah Menengah Atas Negeri Se-Daerah Istimewa Yogyakarta | 109 |

| | |
|---|-----|
| Tabel 24. Distribusi Frekuensi Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Peserta Didik | 109 |
| Tabel 25. Hasil Uji Normalitas | 110 |
| Tabel 26. Hasil Uji Linieritas | 111 |
| Tabel 27. Hasil Uji Multikolinieritas | 112 |
| Tabel 28. Hasil Uji Heteroskedastisitas | 113 |
| Tabel 29. Hasil Uji Korelasi | 114 |
| Tabel 30. Koefisien Korelasi | 114 |
| Tabel 31. Hasil Uji F | 116 |
| Tabel 32. Sumbangan Relatif dan Sumbangan Efektif | 117 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|---|-----|
| Gambar 1. Kerangka Berpikir Penelitian | 69 |
| Gambar 2. Desain Penelitian | 71 |
| Gambar 3. Diagram Batang Kebugaran Jasmani Putra | 101 |
| Gambar 4. Diagram Batang Kebugaran Jasmani Putri | 102 |
| Gambar 5. Diagram Batang Motivasi Belajar | 104 |
| Gambar 6. Diagram Batang Kecerdasan Intelektual | 106 |
| Gambar 7. Diagram Batang Kebiasaan Belajar..... | 108 |
| Gambar 8. Diagram Batang Hasil Belajar Pendidikan Jasmani | 109 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|---|-----|
| Lampiran 1. Surat Validasi Ahli..... | 154 |
| Lampiran 2. Surat Izin Uji Coba Instrumen Penelitian..... | 158 |
| Lampiran 3. Surat Keterangan Ujicoba Instrumen | 159 |
| Lampiran 4. Surat Izin Penelitian | 160 |
| Lampiran 5. Surat Keterangan Penelitian | 168 |
| Lampiran 6. Kuesioner Uji Coba Motivasi Belajar | 175 |
| Lampiran 7. Kuesioner Uji Coba Kebiasaan Belajar..... | 178 |
| Lampiran 8. Data Uji Coba Motivasi Belajar..... | 181 |
| Lampiran 9. Data Uji Coba Kebiasaan Belajar | 186 |
| Lampiran 10. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner | 191 |
| Lampiran 11. Nilai R Tabel..... | 193 |
| Lampiran 12. Instrumen Motivasi Belajar Peserta Didik | 194 |
| Lampiran 13. Instrumen Kebiasaan Belajar Peserta Didik | 197 |
| Lampiran 14. Formulir Tes Kebugaran Jasmani | 200 |
| Lampiran 15. Data Penelitian | 201 |
| Lampiran 16. Hasil Uji Analisis Data Penelitian | 207 |
| Lampiran 17. Dokumentasi Penelitian..... | 212 |

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan salah satu bagian terpenting dalam kehidupan manusia. Pendidikan dimulai sejak manusia itu ada. Adanya pendidikan manusia memiliki bekal untuk membantu hidupnya. Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan Negara. Pendidikan merupakan aspek terpenting untuk meningkatkan kualitas hidup seseorang menuju yang lebih baik.

Muawanah (2018: 57) mengungkapkan bahwa pendidikan adalah alat untuk mengembangkan diri, mental, pola pikir dan juga kualitas diri seseorang, karena pendidikan memberikan motivasi diri bagi setiap manusia untuk lebih baik dalam segala aspek kehidupan. Pendidikan adalah usaha manusia untuk membina kepribadiannya sesuai dengan nilai-nilai dalam masyarakat dan kebudayaan. Pendidikan yakni dasar yang sangat penting dalam memajukan kehidupan manusia, karena pendidikan bisa mempengaruhi kualitas hidup (Wiens et al., 2014: 613). Sekolah sebagai lembaga formal merupakan sarana dalam rangka pencapaian tujuan pendidikan. Melalui sekolah, peserta didik dapat belajar tentang pengetahuan dan pengalaman yang sifatnya merubah tingkah laku kearah yang lebih baik.

Sebagai lembaga pendidikan formal, sekolah berkewajiban mengembangkan potensi peserta didik secara optimal yang mencakup pengembangan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor secara seimbang. Pengembangan aspek kognitif mencakup ingatan atau pengenalan terhadap fakta-fakta tertentu, pola-pola prosedural, dan konsep yang memungkinkan berkembangnya kemampuan dan intelektual (Huda, 2013:169). Pengembangan aspek afektif berkaitan perkembangan perasaan, sikap, nilai dan emosi. Pengembangan aspek psikomotor berkaitan dengan kegiatan-kegiatan manipulatif atau keterampilan motorik (Degeng, 2013: 202).

Salah satu upaya untuk mencapai fungsi pendidikan adalah melalui pembelajaran pendidikan jasmani (Amiruddin et al., 2019: 19). Pendidikan jasmani merupakan bagian dari keseluruhan mata pelajaran yang diajar di sekolah dan tidak dapat dipisahkan dengan pendidikan yang lain, bahkan merupakan bagian pendidikan yang sangat penting dalam mendukung proses pendidikan yang lain. Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran yang berperan sebagai usaha sadar untuk menciptakan lingkungan yang mampu mempengaruhi potensi peserta didik agar berkembang kearah yang positif melalui aktivitas jasmani.

Pendidikan jasmani memiliki tujuan yang bersifat menyeluruh yang mencakup aspek fisik, kognitif, afektif, emosional, sosial dan moral (Komarudin, 2016: 73). Pada pendidikan jasmani, peserta didik berkesempatan untuk memahami kondisi aktual diri sendiri secara fisik, mental, sosial, dan keterampilan gerak sebagai potensi yang dapat dibina dan

dikembangkan untuk menunjang kehidupannya dimasa yang akan datang. Pendidikan jasmani bermaksud untuk mengembangkan potensi yang dimiliki oleh peserta didik pada aspek kognitif, afektif, dan psikomotor (Budi et.al., 2019: 60).

Orientasi dari pendidikan jasmani merupakan menuju gaya hidup sehat dan berpotensi mengembangkan interaksi sosial yang berkarakter. Pendidikan jasmani telah banyak diberikan untuk memberikan gaya hidup sehat di lingkungan pendidikan, dengan tujuan untuk mengetahui efek dari kelas dengan penerapan pendidikan jasmani mengenai tingkat kebugaran yang berhubungan dengan kesehatan (Liu, et al., 2017: 53). Oleh sebab itu, pembelajaran pendidikan jasmani bertujuan untuk kesegaran jasmani dapat juga bertujuan untuk membentuk watak dan kepribadian peserta didik, serta dapat menumbuhkan jiwa kerjasama dan sportifitas, dan juga dapat membentuk motorik peserta didik (Foster, 2019: 33).

Selain sebagai mata pelajaran, pendidikan jasmani di sekolah diharapkan dapat membantu meningkatkan kebugaran jasmani peserta didik. kebugaran jasmani memiliki peran penting bagi peserta didik dalam mengikuti pembelajaran dan menjalankan aktivitas sehari-hari. Irianto (2013: 475) menyebutkan bahwa kebugaran jasmani adalah kemampuan fisik yang dimiliki oleh seseorang dalam melakukan aktivitas fisik sehari-hari atau latihan tanpa mengalami kelelahan yang berarti dan dapat menyelesaikan aktivitas yang dilakukan dengan efisien.

Penting bagi peserta didik memiliki kebugaran jasmani yang baik untuk membantu dirinya dalam mengikuti pembelajaran dengan penuh semangat dan motivasi yang tinggi guna mendapatkan hasil belajar yang maksimal. Supaya memperoleh kebugaran jasmani yang baik perlu melakukan aktivitas fisik dan olahraga secara teratur. Seperti yang dikatakan Giriwijoyo (2017: 32) bahwa melakukan olahraga dengan frekuensi tiga sampai lima kali seminggu. Kaitannya dengan peningkatan prestasi akademik peserta didik maka dengan melakukan aktifitas fisik akan meningkatkan kemampuan kognisi, memori dan lain-lain (Kayani, 2018: 3633). Selain meningkatkan dalam kemampuan akademisi aktifitas fisik juga dapat meningkatkan konsentrasi dan kualitas hidup seseorang (Tsafou, 2016: 1817).

Selain melakukan aktivitas fisik dan berolahraga secara teratur, ada faktor lain yang tidak kalah penting untuk menjaga atau meningkatkan kebugaran jasmani seseorang yaitu dengan cara mengatur pola makan yang sehat dan sesuai dengan kebutuhan tubuh, serta melakukan pola istirahat yang tepat. Joanne L *et al* (2016: 506) konsumsi buah dan sayur merupakan hal yang penting guna mendapatkan tubuh yang sehat dan bugar. Menurut Rachmania (2019: 92) durasi istirahat yang disarankan untuk diterapkan agar mendapat kebugaran adalah tidur selama 7-9 jam per hari.

Peneliti memilih peserta didik kelas khusus olahraga sebagai sampel penelitian karena mereka memiliki kebugaran jasmani yang lebih baik dan memahami serta menerapkan pola hidup sehat untuk meningkatkan kebugaran mereka daripada peserta didik yang non kelas khusus olahraga.

Walaupun tidak semua peserta didik kelas khusus olahraga memiliki kebugaran jasmani yang baik. Biasanya peserta didik kelas khusus olahraga diberikan latihan di sekolah sehingga dapat membantu meningkatkan kebugaran jasmani peserta didik. Tetapi beberapa waktu yang lalu sekolah tidak melaksanakan latihan untuk peserta didik kelas khusus olahraga dikarenakan ada pandemi dan mengharuskan belajar daring. Hal itu membuat latihan untuk peserta didik kelas khusus olahraga menjadi terhenti.

Observasi yang dilakukan kepada beberapa peserta didik pada tanggal 13 November 2021 peneliti menemukan data awal bahwa masih banyak peserta didik yang belum paham tentang betapa pentingnya memiliki kebugaran jasmani yang baik. Dari 53 peserta didik yang diwawancarai, hanya 14 peserta didik yang paham akan pentingnya kebugaran jasmani dan menerapkan pola hidup sehat guna mendapat derajat kebugaran jasmani yang baik. Sisanya menjelaskan bahwa mereka sering begadang, melakukan aktivitas olahraga dan latihan dengan frekuensi yang kurang dan intensitas rendah, serta jarang mengonsumsi makanan sehat bergizi tinggi, ditambah lagi di sekolah latihan untuk kelas khusus olahraga belum rutin dijalankan. Artinya hanya 26,4% peserta didik yang paham akan pentingnya memiliki kebugaran bagi diri mereka dan menerapkan pola hidup sehat sehari-hari.

Hal itu menunjukkan bahwa peserta didik memiliki pemahaman yang rendah akan pentingnya kebugaran jasmani. Peserta didik juga menjelaskan bahwa mereka sering mengalami kelelahan pada saat melakukan aktivitas sehari-hari. Namun peneliti belum mengetahui tingkat kebugaran jasmani

dari peserta didik kelas khusus olahraga, jika melihat dari jawaban peserta didik maka kemungkinan peserta didik memiliki kebugaran jasmani yang kurang baik. Kebugaran jasmani yang baik akan membantu peserta didik dalam kegiatan belajar di sekolah dan berpeluang mendapatkan hasil belajar yang baik. Sesuai dengan penelitian Sari (2020: 192) yang menyatakan bahwa peserta didik dengan derajat kebugaran yang baik memiliki korelasi dengan hasil belajar yang baik pula. Selain itu dengan kebugaran jasmani yang baik maka akan membantu peserta didik memiliki motivasi belajar pada saat mengikuti pembelajaran. Kebugaran jasmani adalah hal yang penting bagi peserta didik sebab jika tak bugar peserta didik tidak akan memiliki motivasi untuk belajar di sekolah (Arabmokhtari, 2018: 192). Motivasi belajar adalah salah satu faktor yang membuat hasil belajar peserta didik menjadi baik.

Motivasi belajar dapat dilihat dari karakter tingkah laku peserta didik yang menyangkut minat, ketajaman perhatian, konsentrasi dan tekun mencapai tujuan. Motivasi belajar merupakan keseluruhan daya penggerak didalam diri peserta didik yang menimbulkan kegiatan belajar, yang menjamin kelangsungan dari kegiatan belajar dan yang memberikan arah pada kegiatan belajar, sehingga tujuan yang dikehendaki dapat tercapai (De Silva et al., 2018: 47). Motivasi belajar merupakan faktor psikis yang bersifat non intelektual yang berperan dalam menimbulkan gairah belajar serta perasaan senang dan bersemangat untuk belajar.

Data awal yang peneliti temui melalui observasi kepada beberapa peserta didik pada tanggal 20 November 2021 menunjukkan bahwa peserta

didik cenderung memiliki motivasi yang tidak terlalu tinggi untuk mengikuti pembelajaran di sekolah, salah satunya pembelajaran pendidikan jasmani. Hal ini diketahui melalui wawancara terhadap 53 peserta didik. Hasil wawancara menunjukkan sebanyak 39 peserta didik menyatakan bahwa mereka malas mengikuti pelajaran, melakukan hal lain dan tidak fokus pada saat pembelajaran.

Hasil wawancara tersebut menunjukkan bahwa sebesar 73,5% dari jumlah 53 peserta didik belum memiliki motivasi untuk belajar yang baik. Sehingga materi yang disampaikan oleh guru pada saat pembelajaran tidak dapat diterima dan dipahami dengan baik oleh peserta didik. Kemampuan belajar peserta didik sangat menentukan keberhasilannya dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani, terutama motivasi belajar peserta didik (Li et al., 2019: 51). Penting bagi peserta didik memiliki motivasi belajar yang tinggi agar peserta didik dapat mengikuti pembelajaran dengan baik dan dapat memahami materi yang disampaikan guru.

Motivasi belajar sangat diperlukan dalam proses belajar, seseorang yang memiliki motivasi yang tinggi dalam belajar akan lebih cepat memahami materi pembelajaran daripada orang yang rendah atau kurang motivasi. Hal ini juga ditunjukkan dari penelitian yang menjelaskan bahwa peserta didik yang memiliki motivasi tinggi lebih cenderung melakukan kegiatan yang menantang, terlibat aktif, menikmati proses kegiatan untuk belajar dan menunjukkan peningkatan hasil belajar, ketekunan dan kreativitas (Samir Abou El-Seoud et al., 2014: 20). Pentingnya peran motivasi dalam

proses belajar, secara ideal seorang peserta didik harus mempunyai motivasi belajar agar peserta didik belajar dengan sungguh-sungguh sehingga peserta didik dapat memperoleh hasil belajar yang optimal. Hal tersebut senada dengan literatur Putra (2020: 65) yang menyatakan bahwa peserta didik yang memiliki motivasi tinggi dalam belajar cenderung mendapatkan hasil belajar yang baik daripada peserta didik yang memiliki motivasi belajar yang rendah.

Untuk mencapai hasil belajar yang maksimal yang dibutuhkan tidak hanya kebugaran jasmani dan motivasi belajar saja, melainkan ada andil juga dari kecerdasan intelektual peserta didik. Menurut Azwar (2018: 65) kecerdasan intelektual merupakan salah satu faktor internal yang mempengaruhi hasil belajar. Tingkat intelegensi dijadikan bekal dasar potensial bagi peserta didik yang akan mempermudah peserta didik dalam proses belajar dan pada akhirnya akan didapat hasil belajar pendidikan jasmani yang baik.

Dengan memiliki kecerdasan intelektual yang tinggi akan memudahkan peserta didik untuk mencapai hasil belajar yang optimal. Hal tersebut diperkuat dengan pernyataan Suyanto (2013: 647) dalam penelitiannya menunjukkan korelasi yang positif antara kecerdasan dengan hasil belajar, peserta didik yang memiliki kecerdasan tinggi menunjukkan hasil belajar yang sangat baik. Disini tingkat kecerdasan intelektual peserta didik belum diketahui dan akan dilakukan pengambilan data terkait tingkat kecerdasan intelektual peserta didik agar dapat diketahui hubungannya dengan hasil belajar pendidikan jasmani.

Kebugaran jasmani, motivasi belajar, dan kecerdasan intelektual tentunya juga harus diimbangi dengan adanya kebiasaan belajar yang baik guna mewujudkan hasil belajar yang optimal. Keempat hal tersebut harus dimiliki oleh peserta didik agar mendapatkan hasil belajar yang optimal. Jika peserta didik kebugaran jasmani yang baik, motivasi tinggi dan kecerdasan intelektual tinggi namun tak diimbangi dengan kebiasaan belajar yang baik juga rasanya akan sulit untuk mendapatkan hasil belajar yang optimal.

Permasalahan yang ditemui saat ini adalah kebiasaan yang rendah dari peserta didik untuk belajar. Berdasarkan observasi pada 20 November 2021 dari 68 peserta didik yang ditemui 80% dari mereka menyatakan bahwa mereka jarang belajar dikarenakan lebih senang bermain video game, nongkrong dengan temannya, dan menonton televisi dibandingkan harus belajar. Artinya peserta didik belum memiliki kebiasaan belajar yang baik. Padahal untuk mendapat hasil belajar yang baik juga dibutuhkan kebiasaan belajar yang baik juga. Literatur dari Ukpong dan George (2013: 172) menunjukkan bahwa peserta didik yang dalam kebiasaan belajarnya baik cenderung memiliki hasil belajar yang lebih baik dibandingkan peserta didik yang memiliki kebiasaan belajar yang kurang baik. Jika peserta didik ingin mendapatkan hasil belajar pendidikan jasmani yang baik selain meningkatkan kebugaran jasmani, peserta didik juga harus memiliki motivasi yang tinggi, memiliki kecerdasan yang tinggi namun tentunya harus diimbangi dengan kebiasaan belajar yang baik juga.

Hasil belajar menurut Gagne & Briggs (Suprihatiningrum, 2013 : 37) berpendapat bahwa “Kemampuan-kemampuan yang dimiliki peserta didik sebagai akibat perbuatan belajar dan dapat diamati melalui penampilan peserta didik. Dalam pembelajaran pendidikan jasmani hasil belajar dibagi menjadi tiga aspek yaitu psikomotor, kognitif, dan afektif. Hal tersebut senada dengan pendapat Purwanto (2013: 48) yang menyatakan bahwa hasil belajar dibagi menjadi tiga aspek yaitu aspek psikomotor, kognitif, dan afektif. Penilaian hasil belajar pendidikan jasmani pada aspek psikomotor lebih mengarah pada keterampilan peserta didik dalam pembelajaran, aspek kognitif lebih kearah bagaimana peserta didik berfikir dalam pembelajaran, dan aspek afektif mengarah pada sikap peserta didik dalam mengikuti proses pembelajaran.

Pada pembelajaran pendidikan jasmani penilaian hasil belajar lebih menitik beratkan pada aspek psikomotor, kognitif, kemudian afektif (Nana Sudjana, 2012: 153). Artinya penilaian hasil belajar lebih mengarah pada kemampuan gerak peserta didik. Tetapi dalam pengambilan hasil belajar pendidikan jasmani tersebut guru tidak boleh mengesampingkan aspek kognitif dan afektif dari peserta didik karena kedua aspek tersebut sama pentingnya untuk melihat tujuan dari pembelajaran. Beberapa guru di sekolah khusus olahraga tepatnya di sekolah menengah atas Daerah Istimewa Yogyakarta telah melakukan pengambilan hasil belajar yang mencakup tiga aspek dalam pendidikan jasmani. Pernyataan tersebut didapati oleh peneliti pada saat observasi di sekolah-sekolah yang terdapat kelas khusus olahraga.

Hasil observasi menunjukkan bahwa guru selalu memperhatikan tiga aspek penilaian dalam menentukan hasil belajar peserta didik. Guru memberikan nilai sesuai kinerja peserta didik saat pembelajaran. Kerap kali guru memberikan nilai yang tidak optimal walaupun nilai keterampilannya bagus namun tidak didukung dengan nilai kognitif dan afektif yang baik. Guru juga melakukan penilaian berdasarkan setiap pembelajaran bukan hanya pada saat ujian saja. Ditemui beberapa peserta didik mendapatkan nilai yang kurang optimal bahkan dibantu untuk mencapai kriteria ketuntasan minimum. Hal tersebut bukan tanpa alasan, guru menjelaskan peserta didik yang mendapatkan nilai kurang optimal disebabkan karena pada saat pembelajaran peserta didik ada yang menunjukkan afektif yang kurang baik, kognitif peserta didik tidak terlalu baik saat pembelajaran di sekolah.

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan di atas terdapat permasalahan yang terjadi antara lain kebugaran jasmani peserta didik belum berada pada kategori baik meskipun tidak semuanya, hal ditandai dengan jawaban peserta didik pada saat wawancara yang menyatakan kebanyakan dari mudah mengalami lelah pada saat pembelajaran. Hasil wawancara dengan beberapa guru pendidikan jasmani di Sekolah Menengah Atas Negeri di Daerah Istimewa Yogyakarta juga menyatakan bahwa motivasi peserta didik terlihat kurang baik pada saat pembelajaran, ditandai dengan peserta didik kurang aktif pada saat pembelajaran. Peserta didik menjadi kurang tanggap dalam merespon materi yang telah disampaikan oleh guru. Peserta didik juga ditemui memiliki kebiasaan belajar yang kurang baik pada saat ini

hal tersebut disebabkan peserta didik lebih memilih bermain game ketimbang harus belajar. Tingkat kecerdasan intelektual dari peserta didik juga belum diketahui. Guru juga menyebutkan bahwa dari hasil pengambilan nilai mata pelajaran pendidikan jasmani diketahui banyak peserta didik yang mencapai nilai Kriteria Ketuntasan Minimum dan beberapa peserta didik mendapat bantuan nilai dari guru pendidikan jasmani agar nilai mereka berada pada Kriteria Ketuntasan Minimum.

Berorientasi pada hasil yang didapatkan pada saat observasi dan beberapa literatur di atas, tingkat kebugaran jasmani, motivasi belajar, kecerdasan intelektual, dan kebiasaan belajar merupakan masalah yang penting untuk dikaji secara lebih mendalam. Untuk itu perlu diadakan suatu penelitian dengan judul “Hubungan Kebugaran Jasmani, Motivasi Belajar, Kecerdasan Intelektual, dan kebiasaan belajar dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Peserta Didik Kelas Khusus Olahraga Sekolah Menengah Atas Negeri se-Daerah Istimewa Yogyakarta.

B. Identifikasi Masalah

1. Banyak peserta didik kelas khusus olahraga yang belum paham dan belum menerapkan pola hidup sehat serta mudah mengalami lelah.
2. Belum diketahuinya Kebugaran jasmani pesesrta didik kelas khusus olahraga.
3. Rendahnya motivasi belajar peserta didik kelas khusus olahraga sehingga mereka kurang memahami materi yang diberikan oleh guru.
4. Belum diketahuinya intelegensi peserta didik kelas khusus olahraga.

5. Peserta didik kelas khusus olahraga belum memiliki kebiasaan belajar yang baik.
6. Beberapa peserta didik memiliki nilai mata pelajaran pendidikan jasmani yang kurang optimal.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi permasalahan yang ada, maka permasalahan yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah Hubungan Kebugaran Jasmani, Motivasi Belajar, Kecerdasan Intelektual, dan Kebiasaan Belajar dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut:

1. Adakah hubungan kebugaran jasmani dengan hasil belajar?.
2. Adakah hubungan motivasi belajar dengan hasil belajar?.
3. Adakah hubungan kecerdasan intelektual dengan hasil belajar?.
4. Adakah hubungan kebiasaan belajar dengan hasil belajar?.
5. Adakah hubungan kebugaran jasmani, motivasi belajar, kecerdasan intelektual, dan kebiasaan belajar secara bersama-sama dengan hasil belajar?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka tujuan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui hubungan antara kebugaran jasmani dengan hasil belajar.
2. Untuk mengetahui hubungan motivasi belajar dengan hasil belajar.
3. Untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan intelektual dengan hasil belajar.
4. Untuk mengetahui hubungan antara kebiasaan belajar dengan hasil belajar.
5. Untuk mengetahui hubungan antara kebugaran jasmani, motivasi belajar, kecerdasan intelektual, dan kebiasaan belajar secara bersama-sama dengan hasil belajar.

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan permasalahan di atas, maka diharapkan penelitian ini mempunyai manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis
 - a) Dapat digunakan oleh pihak sekolah sebagai pedoman untuk melaksanakan tes kebugaran jasmani.
 - b) Dapat digunakan sebagai referensi penelitian kebugaran jasmani, motivasi belajar, tingkat kecerdasan intelektual dan kebiasaan belajar peserta didik.

2. Manfaat praktis

a) Bagi guru

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai pengetahuan akan pentingnya kebugaran jasmani, motivasi belajar, kecerdasan intelektual, dan kebiasaan belajar peserta didik.

b) Bagi sekolah

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan penting untuk mengetahui kebugaran jasmani, motivasi belajar, tingkat kecerdasan, dan kebiasaan belajar untuk mendapat hasil belajar yang baik.

c) Bagi orangtua

1) Memahami akan pentingnya kebugaran jasmani putra dan putrinya sehingga bisa mengarahkannya pada kegiatan olahraga untuk kesehatan dan kebugaran.

2) Memahami akan kemampuan kecerdasan intelektual (IQ) putra dan putrinya sehingga dapat memacu belajar putra dan putrinya.

3) Memahami akan motivasi belajar penjas putra dan putrinya sehingga dapat memacu belajar putra dan putrinya.

4) Memahami akan pentingnya kebiasaan belajar yang baik sehingga dapat selalu mengingatkan putra putrinya untuk senantiasa belajar dengan baik dan sungguh- sungguh.

5) Memahami akan hasil belajar pendidikan jasmani putra dan putrinya sehingga dapat memperhatikan atau mengawasi untuk selalu belajar guna meningkatkan hasil belajar pendidikan jasmani.

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Kebugaran Jasmani

a. Pengertian Kebugaran Jasmani

Kebugaran jasmani merupakan kemampuan seseorang ketika melakukan aktivitas tanpa kelelahan dan masih mempunyai cadangan tenaga untuk aktivitas selanjutnya. Dengan kata lain kebugaran dapat didefinisikan sebagai kemampuan untuk melakukan aktivitas walaupun dalam keadaan sulit, dimana seseorang yang kebugarannya kurang baik maka tidak dapat melakukannya. Mondal (2014: 355) kebugaran jasmani merupakan kemampuan pada tubuh seseorang untuk melakukan aktivitas sehari-hari dengan tidak menimbulkan kelelahan yang berarti. Kebugaran jasmani adalah keadaan adaptif yang dapat didefinisikan sebagai seperangkat atribut yang dimiliki atau dicapai orang yang berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan aktivitas fisik. (Nwimo & Orji, 2015: 15). Kebugaran jasmani didefinisikan sebagai kemampuan untuk melakukan tugas sehari-hari dengan semangat dan kewaspadaan tanpa kelelahan yang berlebihan dengan energi yang cukup untuk menikmati kegiatan waktu luang, untuk memenuhi situasi yang tidak biasa dan keadaan yang tidak terduga. (Akre & Bhimani, 2015: 129).

Santika (2015: 42) mengemukakan kebugaran jasmani merupakan kemampuan tubuh mempertahankan kondisinya dalam kondisi aerobik. Bugar adalah suatu kondisi yang selalu diinginkan oleh setiap orang.

Ketika tubuh dalam kondisi yang bugar maka semua pekerjaan dapat diselesaikan. Sinuraya (2020: 26) menjelaskan bahwa kebugaran jasmani mencakup aspek kesehatan dan performa, unsur-unsur kebugaran jasmani meliputi kekuatan otot, daya tahan otot, daya tahan jantung, dan paru-paru, fleksibilitas, koordinasi, agilitas, kecepatan dan keseimbangan. Kebugaran jasmani memiliki banyak manfaat bagi seseorang, dengan memiliki kebugaran jasmani yang baik akan membantu seseorang dalam melakukan aktivitasnya dengan optimal.

Kebugaran jasmani merupakan wujud dari loyalitas fungsional seseorang untuk melakukan suatu pekerjaan secara tertentu dengan hasil yang baik atau memuaskan (Wirnantika, et al, 2017: 240). Kebugaran jasmani pada diri seseorang sangat dipengaruhi oleh kondisi kegiatan fisik yang dilakukan. Sehingga kebugaran jasmani yang baik akan memberikan dampak dalam menjalankan kegiatan menjadi lebih segar dan tidak cepat lelah.

Soraya et al., (2019: 249) menyebutkan bahwa kebugaran jasmani berfungsi mengembangkan kesanggupan kerja individu, sehingga dapat menyelesaikan tugas dengan baik tanpa mengalami kelelahan yang berarti. Tidak mengalami kelelahan berarti adalah setelah seseorang melakukan aktivitas, seseorang masih memiliki tenaga dan semangat untuk melakukan aktivitas yang lain yang bersifat mendadak. Kebugaran jasmani yang dibutuhkan setiap individu untuk bergerak dan melakukan pekerjaan tidak sama, sesuai dengan gerak atau pekerjaan yang dilakukan.

Kebugaran jasmani dapat memberikan pengaruh cukup besar terhadap aktivitas sehari-hari dalam dunia anak remaja, setidaknya dapat memberikan semangat dalam aktivitas belajar.

Kebugaran jasmani memiliki andil yang cukup besar dalam hasil belajar pendidikan jasmani. Dalam pembelajaran pendidikan jasmani aspek yang dominan terlibat adalah aspek psikomotor, apabila peserta didik tidak memiliki kebugaran jasmani yang baik maka psikomotor peserta didik tidak akan optimal dan berpengaruh dengan hasil belajar yang diperoleh peserta didik. Pendapat ini didukung oleh badan penelitian dunia dimana kebugaran jasmani memiliki pengaruh terhadap hasil akademik dan kognitif peserta didik. (Kyan, 2018: 1901).

Pendidikan jasmani yang dikembangkan di sekolah harus menjadi perhatian khusus supaya memberikan kontribusi dalam peningkatan hasil belajar peserta didik. Banyak fakta lapangan yang memberikan contoh mengenai dampak dari kebugaran jasmani terhadap kemampuan akademik peserta didik, hal ini memberikan asumsi bahwa kebugaran jasmani berkorelasi dalam peningkatan hasil belajar peserta didik (Wadsworth, Rudisill, Hastie, Boyd, & Rodriguez-Hernandez, 2014: 26). Fakta mengenai kebugaran jasmani lapangan adalah dengan dikemas dalam pendidikan jasmani, dengan pendidikan jasmani ini akan memberikan dampak terhadap peningkatan hasil belajar peserta didik. (Sallis et al., 2012: 125).

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa kebugaran jasmani adalah suatu kemampuan seseorang untuk melakukan suatu usaha atau aktivitas sehari-hari tanpa merasa kelelahan yang berarti dan masih dapat melakukan aktivitas yang lain. Kebugaran jasmani menjadi modal setiap individu untuk melakukan aktivitas jasmani walaupun aktivitas setiap individu berbeda-beda sesuai dengan profesinya masing-masing. Kebugaran jasmani merupakan kemampuan seseorang dalam melakukan suatu kegiatan dalam waktu yang lama dan beban yang cukup berat tanpa mengalami kelelahan yang berarti. Kondisi bugar memiliki peran penting dilihat dari kesegaran jasmani seseorang dalam menjalani aktivitas. Kebugaran jasmani menjadi kebutuhan individu yang berperan penting dalam menunjang rutinitas seseorang yang berupa aktivitas jasmani. Kebugaran jasmani juga memiliki andil yang besar bagi peserta didik untuk mendapatkan hasil belajar pendidikan jasmani yang optimal. Dengan memiliki tubuh bugar maka peserta didik mampu mengikuti pelajaran dengan maksimal.

Orang yang sehat belum tentu memiliki kebugaran jasmani yang baik serta belum tentu dapat melakukan aktivitas yang cukup berat namun sebaliknya, apabila seseorang memiliki kebugaran jasmani maka sudah pasti seseorang tersebut memiliki tubuh yang sehat. Derajat kebugaran dapat dipertahankan atau ditingkatkan dengan latihan. Kemampuan fisik seseorang ditentukan oleh derajat kebugaran. Makin tinggi derajat kebugaran jasmani seseorang maka semakin tinggi pula kemampuan kerja

fisik. Untuk meningkatkan kebugaran jasmani maka harus dilakukan secara berkelanjutan dengan beban yang meningkat berkala.

b. Komponen Kebugaran Jasmani

Agar seseorang dapat dikatakan bugar jasmaninya baik, maka semua setiap komponennya harus dalam keadaan baik. Kebugaran jasmani seseorang sangat ditentukan oleh berfungsinya komponen-komponen yang ada. Unsur kebugaran jasmani tidak dapat dipisahkan baik dalam peningkatan kebugaran maupun pemeliharaan. Komponen-komponen kebugaran jasmani adalah faktor penentu derajat kondisi setiap individu. Seseorang dikatakan bugar jika mampu melakukan segala aktivitas kehidupan sehari-hari tanpa mengalami suatu hambatan yang berarti, dan dapat melakukan tugas-tugas berikutnya dengan segera. Kebugaran jasmani menjadi komponen penting dalam menentukan status kesehatan seseorang, mulai dari status kesehatan kardiovaskuler, komposisi tubuh, kemampuan kognitif dan akademik (Judice et al., 2017: 138).

Ada beberapa komponen kebugaran jasmani baik yang berkaitan dengan kesehatan maupun yang berkaitan dengan keterampilan. Menurut Suhajana (2013: 3) komponen kebugaran jasmani terdiri dari kebugaran jasmani yang berkaitan dengan kesehatan, yang mengandung unsur empat pokok yaitu: kekuatan otot, daya tahan otot, daya tahan aerobik, dan fleksibilitas, serta kebugaran jasmani yang berkaitan dengan keterampilan, mengandung unsur: koordinasi, kelincahan, kecepatan gerak, dan keseimbangan.

Kebugaran jasmani memiliki dua komponen yaitu (1) kebugaran jasmani yang berhubungan dengan kesehatan meliputi: kelentukan, kekuatan, daya tahan, komposisi tubuh; (2) kebugaran jasmani yang berhubungan dengan keterampilan meliputi: keseimbangan, kelincahan, kecepatan, koordinasi, daya ledak, dan kecepatan reaksi (Prakoso & Hartono, 2015: 13). Sedangkan Menurut Andriyani (2017:128-136) komponen kebugaran terbagi menjadi: daya tahan jantung dan paru (*cardiorespiratory endurance*) kekuatan otot (*strenght*), kelentukan (*flexibility*), kecepatan (*speed*), daya ledak (*power*), kelincahan (*agility*), Keseimbangan (*balance*). Dengan memahami beberapa pendapat diatas, komponen kebugaran jasmani dikelompokkan menjadi dua yakni yang berkaitan dengan keterampilan dan berkaitan dengan kesehatan. Adapun penjelasan di atas adalah sebagai berikut:

- 1) Daya Tahan Jantung dan Paru Adalah kesanggupan jantung, paru-paru dan pembuluh darah untuk berfungsi secara optimal saat melakukan aktivitas dalam waktu lama tanpa mengalami kelelahan yang berarti (Andriyani, 2017:128). Daya tahan jantung dan paru merupakan tolak ukur dari tingkat kebugaran jasmani seseorang. Artinya, jika kondisi jantung dan paru baik, maka akan tercermin kebugaran jasmani yang baik pula. Daya tahan jantung paru sangat penting untuk menunjang kerja otot dengan mengambil oksigen dan menyalurkannya ke seluruh jaringan otot yang sedang aktif sehingga dapat digunakan untuk proses metabolisme tubuh.

- 2) Kekuatan Adalah kemampuan otot atau sekelompok otot untuk melakukan satu kali kontraksi secara maksimal melawan tahanan atau beban (Ngatman & Andriyani, 2017:130). Kekuatan otot merupakan unsur penting dari kemampuan gerak atau kebugaran jasmani seseorang (Mansur, 2014: 41). Pada saat menjalani aktivitas sehari-hari seseorang selalu menghadapi beban tertentu. Yoon et, al (2017: 765) Kekuatan otot juga mempengaruhi berfungsinya komponen-komponen fisik yang lain seperti daya tahan, daya ledak, kecepatan dan kelincahan. Untuk menunjang aktivitas fisik sehari-hari kekuatan otot yang dimiliki harus dikembangkan.
- 3) Fleksibilitas menurut Ngatman dan Andriyani (2017: 133) adalah kemampuan sendi untuk melakukan gerakan dalam ruang gerak sendi secara maksimal. Semakin luas ruang gerak sendi dan lentur otot-otot gerak seseorang dapat dikatakan fleksibilitasnya semakin bagus, demikian juga sebaliknya jika ruang gerak dan luas gerak sendi sempit maka pertanda bahwa fleksibilitas sendinya jelek. Fleksibilitas yang memadai seseorang dapat melaksanakan suatu tugas gerak dengan baik, fleksibilitas merupakan unsur penting dari kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan dan kebugaran jasmani terkait dengan performa.
- 4) Kecepatan (*speed*) menurut Baro et al (2017: 276) kecepatan adalah kemampuan untuk melakukan gerakan yang sejenis secara berturut-turut dalam waktusingkat. Jadi kecepatan adalah kemampuan

seseorang untuk berpindah dari satu tempat ke tempat yang lain dalam waktu yang sesingkat-singkatnya.

- 5) Power (*eksplosif*/ daya ledak) adalah gabungan antara kekuatan dan kecepatan. Suresh et al (2016: 6) Daya ledak adalah kemampuan otot atau sekelompok otot seseorang untuk mempergunakan kekuatan maksimal yang dikerahkan dalam waktu yang sependek pendeknya atau sesingkat singkatnya.
- 6) Kelincahan (*agility*) menurut Warren, et al (2015: 160) kelincahan adalah kemampuan merubah arah atau posisi tubuh dengan cepat dan tepat yang dilakukan bersama-sama dengan gerakan lainnya. Mansur (2015: 29) kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah dengan cepat tanpa kehilangan kontrol kecepatan dan keseimbangan badan.
- 7) Keseimbangan (*balance*) adalah kemampuan mempertahankan sikap dan posisi tubuh secara cepat pada saat berdiri (*static balance*) atau saat melakukan gerak (*dynamic balance*) (Tuunainen et al, 2013: 46).

Dari pendapat ahli di atas maka dapat disimpulkan bahwa kebugaran jasmani mempunyai komponen didalamnya yaitu segala bentuk keadaan fisik dalam tubuh yang terbagi dalam ketahanan tubuh seperti ketahanan jantung dan paru, otot, dan kelentukan. Tiga hal penting dalam kebugaran jasmani yaitu, fisik, fungsi organ dan respon otot. Dimana fisik itu menyangkut tentang otot, tulang dan bagian lemak. Sedangkan fungsi

organ yaitu yang berkenaan dengan efisiensi sistem jantung, pembuluh darah, dan pernapasan atau paru-paru. Serta respon otot yang berkenaan dengan kelenturan, kekuatan, kecepatan, dan kelemahan.

Dari sini dapat menentukan bahwa kebutuhan tingkat kebugaran jasmani setiap orang itu berbeda-beda tergantung pada aktivitasnya setiap hari dan tantangan aktivitas fisik yang dilakukan. Semakin berat aktivitas fisik yang dilakukan semakin banyak juga kebutuhan tingkat kebugaran jasmani yang dibutuhkan. Hal ini membuat tingkat kebugaran jasmani pada orang tersebut menjadi tinggi. Tetapi sebaliknya semakin ringan aktivitas fisik yang dilakukan, maka semakin sedikit juga tingkat kebugaran jasmani yang dibutuhkannya, dan itu menentukan rendahnya tingkat kebugaran jasmani orang tersebut.

c. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kebugaran Jasmani

Faktor yang menentukan kebugaran jasmani seseorang yaitu aktivitas fisik, lingkungan, status sosial dan ekonomi serta asupan nutrisi (Marco et al., 2017: 726). Memiliki kebugaran jasmani yang baik adalah keinginan setiap semua orang. Kebugaran jasmani yang baik akan bermanfaat bagi setiap manusia dalam hal fisik dan mental, seperti tidak merasakan kelelahan dalam beraktivitas sehari-hari. Menurut Arifin (2018: 25) menyatakan bahwa, pada dasarnya kebugaran jasmani dipengaruhi oleh dua faktor yang terbagi menjadi faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal merupakan faktor yang sudah melekat dan menetap pada seorang individu, seperti faktor genetik, usia, maupun jenis

kelamin. Sedangkan faktor eksternal ini merupakan faktor yang diperoleh dari luar seperti latihan, aktivitas fisik, gaya hidup, status gizi, dan lain-lain.

Kebugaran jasmani dapat ditentukan oleh beberapa faktor, salah satunya dengan menerapkan gaya hidup sehat. Perilaku hidup sehat adalah segala aktivitas, baik yang dapat diamati maupun yang tidak dapat diamati, yang berkaitan dengan pemeliharaan dan peningkatan kesehatan (Erwin Kriswanto, 2019: 23). Memiliki pola hidup yang sehat ada beberapa kebiasaan yang perlu diterapkan yaitu dengan: makan secara teratur, istirahat yang cukup, kontrol berat badan, olahraga teratur, tidak mengonsumsi alkohol, dan bebas dari rokok atau obat-obatan terlarang. Ada tiga kegiatan sehari-hari yang harus diperhatikan dalam meningkatkan kualitas hidup sehat (*quality of life*) yang apabila ketiga kegiatan tersebut dapat dilaksanakan secara teratur, rutin dan berkelanjutan akan memberikan hasil yang baik untuk kebugaran jasmani seseorang, adapun ketigal tersebut sebagai berikut:

- 1) Mengatur Pola Makan

Manusia memerlukan energi untuk melakukan aktivitas tiap hari. Energi dapat diperoleh dari makanan dengan proporsi karbohidrat 60%, lemak 25%, dan protein 15%. Aktivitas fisik dan asupan nutrisi yang baik dapat menjaga kebugaran jasmani seseorang dan merupakan pencegahan dari berbagai jenis penyakit berbahaya (Meeusen, 2014: 56). Faktor yang mempengaruhi kebugaran jasmani seseorang salah

satunya adalah asupan gizi dari kualitas makanan (Sulistiono 2014: 23). Kegunaan makanan untuk tubuh yakni sebagai sumber tenaga seperti karbohidrat, lemak, protein, vitamin, dan mineral. Kebutuhan makanan setiap individu berbeda-beda tergantung pada jenis kelamin, usia, berat badan, dan aktivitas fisik.

Asupan makanan dengan gizi seimbang yang cukup dari segi kualitas dan kuantitas dapat memenuhi kebutuhan energi dan gizi individu. Terpenuhinya energi dan gizi akan bermanfaat pada kesehatan dan kebugaran tubuh. Makanan dan gizi merupakan faktor penentu kualitas kinerja dan kebugaran jasmani seseorang.

2) Istirahat secara teratur

Istirahat diperlukan manusia untuk memberikan recovery, sehingga dapat melakukan kerja sehari-hari dengan baik. Istirahat digunakan tubuh untuk membuang asam laktat, sehingga tubuh bisa kembali bugar. Istirahat bagi orang dewasa adalah tidur selama 7-8 jam setiap hari, sedangkan untuk anak-anak dalam masa pertumbuhan bisa sampai 10 jam setiap hari. Pada kondisi tidur, tubuh melakukan proses pemulihan untuk mengembalikan stamina tubuh hingga berada dalam kondisi yang optimal (Sarfriyanda, 2015: 1178).

Dampak positif akan diterima oleh kesehatan tubuh ketika durasi tidur terpenuhi. Segala fungsi vital tubuh akan berkurang, aktivitas pada tingkat metabolisme akan diturunkan, sel-sel tubuh akan diperbaiki dan energi akan dipulihkan selama proses tidur. Selain itu, otak akan

mengintegrasikan pengetahuan baru, serta membentuk asosiasi baru ketika seseorang tidur, hal ini akan membuat pikiran lebih segar (Baert., et al, 2015: 91). Kualitas tidur yang tidak dijaga akan menimbulkan efek negatif pada tubuh dan berdampak pada kebugaran seseorang.

3) Berolahraga secara rutin

Olahraga adalah komponen penting dari proses kompleks yang melibatkan pengembangan, pembelajaran dan asimilasi keterampilan, nilai-nilai, norma, persepsi diri, identitas dan peran yang disediakan oleh berbagai variabel lingkungan keluarga dan keterlibatan sosial, seperti kelompok sosio-demografi, profesi, pendidikan dan area tempat tinggal, yang mungkin menjadi faktor potensial yang mempengaruhi olahraga anak-anak dan remaja di waktu luang mereka (Batista, Cubo, & Martins, 2016: 297). Olahraga yang dilakukan oleh manusia akan berhubungan erat dengan kualitas hidup, kesehatan, dan kesejahteraan (Chen, Hui, Lang, & Tao, 2016: 12).

Olahraga merupakan bentuk gerakan fisik yang dilakukan oleh tubuh sebagai penunjang kegiatan sehari-hari. Olahraga menurut Depkes RI (2015) adalah “Setiap gerakan tubuh yang meningkatkan pengeluaran tenaga dan energi atau pembakaran kalori.” Olahraga dapat dikategorikan cukup apabila seseorang melakukan latihan fisik selama 30 menit setiap hari atau minimal 3-5 hari dalam seminggu. Olahraga yang dilakukannya dapat bersifat rekreatif, kompetitif, dan olahraga untuk kesehatan atau kebugaran. Partisipasi secara teratur

dalam olahraga atau aktivitas jasmani lainnya berpengaruh kepada pembentukan keluarga yang sehat (McMillan & Janssen, 2016: 67).

Olahraga memiliki banyak manfaat antara lain dapat meningkatkan kebugaran jasmani, menghilangkan stres, dan membuat percaya diri. Olahraga dapat menjadikan sarana mencapai prestasi, dan olahraga dapat menjaga imun tetap stabil. Olahraga merupakan salah satu alternatif atau kegiatan yang efektif untuk mencapai kebugaran jasmani. Olahraga dan asupan nutrisi yang baik dapat menjaga kebugaran jasmani seseorang dan merupakan pencegahan dari berbagai jenis penyakit berbahaya (Karkera & Swaminathan, 2013: 139). Sedangkan Lee et.al (2016: 57) mengungkapkan bahwa untuk mengurangi resiko penurunan fungsi kognitif serta kondisi tingkat kesehatan yang buruk, perlu dilakukan tindakan pemeliharaan kebugaran melalui olahraga yang reguler sebagai bagian dari strategi pola hidup sehat. Untuk mencapai tingkat kebugaran jasmani yang optimal, dibutuhkan aktivitas olahraga yang terencana, sistematis dan berkelanjutan.

Selain penerapan gaya hidup sehat ada beberapa faktor lain yang mempengaruhi kualitas hidup terkait dengan kebugaran jasmani seseorang. Menurut Mukti (2014: 57) Usia, jenis kelamin, bentuk tubuh, tingkat kesehatan, berat badan, pola istirahat dan kegiatan fisik merupakan faktor-faktor yang berpengaruh terhadap tingkat kebugaran jasmani. Selain itu, faktor indeks masa tubuh, dan latihan fisik juga

berpengaruh terhadap kebugaran jasmani. Adapun faktor lain yang mempengaruhi kebugaran jasmani seseorang menurut Armade & Manurizal (2019: 145) adalah sebagai berikut:

a) Faktor Makanan dan Gizi

Sejak masih dalam kandungan, manusia sudah memerlukan makanan dan gizi yang cukup yang digunakan untuk pertumbuhan. Jadi dalam pembinaan kebugaran jasmani tubuh haruslah cukup makanan yang bergizi, dan harus dapat dimanfaatkan oleh tubuh sebagai mana fungsi yang semestinya.

b) Faktor Usia

Pada usia pertumbuhan (anak-anak) kebugaran jasmani akan lebih baik, karena pada usia ini fungsi organ tubuh akan tumbuh dengan optimal. Sedangkan orang tua akan terjadi penurunan kebugaran jasmani dikarenakan banyak jaringan-jaringan (sel-sel) dalam tubuh yang mengalami kerusakan.

c) Faktor Kebiasaan

Hidup Sehat (cara hidup sehat) Untuk meningkatkan kebugaran jasmani, maka kita harus menerapkan hidup sehat dalam kehidupan sehari-harinya, seperti makan makanan yang bersih dan bergizi, menjaga kebersihan pribadi dan beristirahat yang cukup.

d) Faktor Lingkungan

Lingkungan adalah tempat dimana seseorang itu tinggal dalam waktu yang lama. Dalam hal ini menyangkut lingkungan fisik, serta sosial ekonomi. Mulai dari pekerjaannya, perumahan, daerah tempat tinggal dan sebagainya.

e) Faktor Latihan dan Olahraga

Peningkatan kebugaran jasmani juga bisa dilakukan melalui latihan-latihan rutin dan gemar berolahraga. Sebab kalau kita melakukan latihan dan olahraga secara teratur, maka kebugaran jasmani kita akan meningkat dan kita tidak akan mudah lelah.

f) Faktor Teknologi

Teknologi yang dipakai pada zaman sekarang ini juga mempengaruhi kebugaran jasmani seseorang ini dapat dilihat dari teknologi apa yang digunakan oleh seseorang tersebut misalnya pada olahraga fitness yang telah menggunakan teknologi yang modern dan canggih.

2. Motivasi Belajar Pendidikan Jasmani

a. Pengertian Motivasi

Motivasi merupakan sebuah dorongan yang dapat membuat seorang individu melakukan tindakan atau perbuatan. Motivasi merupakan kegiatan yang mengakibatkan, menyalurkan dan memelihara perilaku manusia, cerminan yang paling sederhana tentang motivasi dapat dilihat dari aspek perilaku ini. Motivasi merupakan salah satu aspek psikis yang mendorong seseorang untuk mengekspresikan kemampuan suatu tindakan dalam mencapai tujuan yang dikehendaknya. M., (2016: 84) menyatakan bahwa motivasi berasal dari kata “motif”, diartikan sebagai daya upaya yang mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu. Motif dapat dikatakan sebagai daya penggerak dari dalam dan dan didalam subjek untuk melakukan aktivitas-aktivitas tertentu demi mencapai suatu tujuan. Dalam belajar, motivasi merupakan hal yang sangat penting.

Motivasi dapat juga dikatakan serangkaian usaha untuk menyediakan kondisi-kondisi tertentu sehingga seseorang mau dan ingin melakukan sesuatu, dan bila ia tidak suka, maka akan berusaha untuk meniadakan atau mengelakan perasaan tidak suka itu, motivasi itu dapat dirangsang oleh faktor dari luar tetapi motivasi itu adalah tumbuh di dalam diri seseorang. Motivasi didalamnya terdapat keinginan untuk melakukan sesuatu dan menentukan kemampuan bertindak untuk memuaskan kebutuhan individu. Motivasi memberikan dorongan untuk tindakan yang bertujuan dengan arah yang diinginkan Baik fisik maupun mental,

sehingga aktivitas menjadi bagian yang sangat penting dalam motivasi (Lee & Martin, 2017: 148). Motivasi bersifat dinamis dan kontekstual yang berhubungan dengan strategi pembelajaran yang hanya mampu dikontrol oleh diri peserta didik sendiri (Wong & Chen, 2013: 263).

Motivasi dapat berupa motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Menurut Komarudin (2017: 25-27) Motivasi intrinsik merupakan motif-motif yang aktif dalam diri sendiri sehingga tidak perlu dirangsang. Sedangkan motivasi ekstrinsik akan aktif apabila ada rangsangan dari luar. Motivasi akan menyebabkan terjadinya suatu perubahan energi yang ada pada diri manusia, sehingga akan bergayut dengan persoalan gejala kejiwaan, perasaan dan juga emosi, untuk kemudian bertindak atau melakukan sesuatu keseluruhan daya penggerak baik dari dalam diri maupun dari luar. Motivasi intrinsik sangat berhubungan erat dengan perasaan diri sendiri tanpa dipengaruhi oleh faktor luar. Perasaan tersebut dapat berupa kenyamanan, kepuasan, kesenangan, kegembiraan, dan juga ketertarikan.

Sedangkan Motivasi ekstrinsik mengacu pada sesuatu yang berasal dari luar dan terpisah dari perilaku diri seseorang (Wong et al., 2013: 272). Motivasi ekstrinsik inilah yang dapat dimanfaatkan oleh seseorang untuk memanipulasi perilaku agar seseorang dapat memperoleh perubahan perilaku yang diinginkan. Motivasi intrinsik yang dimiliki akan mempengaruhi sikap dan minat untuk mengikuti pembelajaran. Sedangkan motivasi ekstrinsiknya dapat ditimbulkan dari lingkungan belajar yang

dapat mempengaruhi aktivitas belajarnya, memberitahukan kemajuan belajar sehingga siswa merasa usahanya lebih dihargai. Kemudian, melalui persaingan agar berusaha menjadi yang terbaik. Apabila seseorang sudah mempunyai suatu motivasi, maka ia akan siap mengerjakan suatu pekerjaan sesuai dengan yang dikehendaki (Darmaji, 2019: 99).

Dari beberapa pendapat ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa Motivasi adalah sebuah dorongan dari dalam atau dari luar diri seseorang untuk melakukan sebuah perbuatan atau tindakan, tingkah laku sehingga dapat mencapai kebutuhan dan tujuan yang diinginkan.

b. Pengertian Belajar

Belajar adalah kegiatan atau aktivitas penting bagi setiap manusia termasuk didalamnya belajar bagaimana seharusnya belajar. Belajar tidak dibatasi usia, waktu dan juga tempat. Dapat dikatakan bahwa kegiatan pada kehidupan sehari-hari merupakan kegiatan belajar. Alfrey., et al (2017: 107) Belajar merupakan suatu proses berpikir kompleks yang terjadi pada setiap orang. Proses belajar mencakup pengaturan stimulus yang diterima dan menyesuaikan dengan struktur kognitif yang telah dimiliki dan terbentuk dipikiran seseorang berdasarkan pemahaman dan pengalaman sebelumnya. Sebagai tanda seseorang telah belajar yaitu dengan berubahnya tingkah laku dalam dirinya baik yang menyangkut perubahan bersifat pengetahuan, keterampilan nilai dan sikap seseorang tersebut. Perubahan itu terjadi karena interaksinya dengan lingkungan (Arief Sadiman, 2014: 66).

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.

Sedangkan Menurut Ikhsan (2017: 42) belajar merupakan akibat adanya interaksi antarstimulus dan respons. Seseorang dianggap belajar apabila dapat menunjukkan perubahan perilakunya. Dalam belajar yang penting adalah input yang berupa stimulus output yaitu respons. Maka dari itu belajar sebagai suatu usaha sadar yang dilakukan oleh individu dalam perubahan tingkah lakunya baik dari latihan dan juga pengalaman yang menyangkut aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik untuk memperoleh tujuan tertentu.

Pendapat dari beberapa ahli tersebut dapat diambil kesimpulan tentang pengertian dari belajar yaitu segala aktivitas atau kegiatan yang dilakukan oleh seseorang dengan sengaja supaya mendapatkan pengetahuan pemahaman dan konsep melalui pengalaman dan pelatihan yang mengakibatkan perubahan tingkah laku ke arah yang lebih baik pada aspek kognitif, afektif, maupun psikomotor.

c. Pengertian Motivasi Belajar

Menurut Sardiman A.M (2014: 74), “Motivasi belajar adalah faktor psikis yang bersifat non-intelektual”. Peranannya yang khas adalah dalam hal penumbuhan gairah, merasa senang dan semangat untuk belajar. Menurut Purwa Atmaja Prawira (2013: 320) menyatakan bahwa “Motivasi Belajar adalah segala sesuatu yang ditujukan untuk mendorong atau memberikan semangat kepada seseorang yang melakukan kegiatan belajar agar menjadi lebih giat lagi dalam belajarnya untuk memperoleh prestasi yang lebih baik lagi”. Motivasi belajar adalah keseluruhan daya penggerak psikis dalam diri seseorang yang menimbulkan kegiatan belajar, dan menjamin kelangsungan pembelajaran demi mencapai satu tujuan baik ditimbulkan dari dirinya sendiri maupun dari luar.

Motivasi yakni dikatakan sebagai penggerak tingkah laku ke arah tujuan yang didasari dengan adanya suatu kebutuhan yang sangat berperan dalam pembelajaran (Babenko & Mosewich, 2017: 78). Dan juga motivasi dapat diartikan sebagai bagian dari suatu kegiatan yang sangat erat hubungannya dengan tingkah laku setiap individu (Bernal et al., 2012: 39). Karena dengan adanya motivasi yang sangat kuat pada setiap individu tersebut maka pada saat melakukan kegiatan akan mencapai keberhasilan dan tercapainya tujuan dari suatu kegiatan tersebut. Sebab itu motivasi belajar sangat penting bagi peserta didik untuk mencapai hasil belajar maksimal. Karena jika tidak memiliki motivasi dalam belajar maka peserta didik akan bermalas-malasan pada saat pembelajaran. Kurangnya motivasi

belajar dari peserta didik akan membuat mereka tidak optimal dalam belajar dan menyebabkan peserta didik mendapat hasil belajar yang buruk (Auger et al., 2010: 50).

Berdasarkan pendapat ahli di atas dapat disimpulkan bahwa motivasi belajar adalah besarnya dorongan yang timbul baik dari dalam diri sendiri maupun dari luar. Hal tersebut yang mendorong individu melakukan perubahan tingkah laku untuk mencapai keberhasilan dalam proses belajar. Motivasi belajar yang baik akan membantu peserta didik dalam mencapai hasil belajar yang optimal.

d. Pengertian Pendidikan Jasmani

Lengkana (2017: 12) Pendidikan jasmani adalah pelajaran yang memiliki kelebihan dan mempunyai status yang sama pentingnya dengan pelajaran lainnya. Tujuan pembelajaran pendidikan jasmani adalah untuk menjaga kebugaran dan melatih keterampilan gerak, meningkatkan kemampuan fisik, dan memperoleh pengetahuan lebih luas. Pendidikan Jasmani merupakan suatu proses interaksi antara peserta didik dan lingkungan yang dikelola melalui pendidikan jasmani secara sistematis untuk membentuk manusia seutuhnya, yaitu untuk mengembangkan aspek fisik, psikomotor, kognitif, dan aspek afektif (Komarudin, 2016: 73). Pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan motorik, fisik, pengetahuan, penghayatan nilai (mental-emosional-spiritual dan sosial), dan pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan (Asrul, 2018: 175).

Huang & Hsu (2019: 69) mengatakan bahwa Pendidikan jasmani adalah program berkelanjutan dengan tujuan memberikan peserta didik gaya hidup pengetahuan yang sehat, keterampilan, kebugaran fisik, dan sikap. Pendidikan jasmani merupakan suatu bagian dari program pendidikan umum yang memberikan kontribusi, terutama melalui pengalaman gerak, terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak secara menyeluruh (Tomoliyus, 2013: 233). Pendidikan jasmani tidak hanya mempelajari satu cabang olahraga saja, tetapi banyak cabang olahraga yang dipelajari sehingga peserta didik mempunyai wawasan yang luas dalam melakukan aktivitas gerak. Pelajaran pendidikan jasmani juga bisa membentuk karakter peserta didik karena terdapat aspek afektif, kognitif dan psikomotor.

Sebagai kegiatan intrakurikuler pendidikan jasmani dan olahraga berperan memelihara atau bahkan dapat meningkatkan derajat sehat peserta didik yang terlibat didalamnya (Giriwijoyo & Sidik, 2019: 19). Dapat juga dikatakan bahwa pendidikan jasmani dan olahraga merupakan pendidikan yang menggunakan aktivitas gerak jasmani untuk mencapai perkembangan individu secara menyeluruh (Setiawan, 2017:143). Muhammad et al., (2020: 393) Pendidikan Jasmani merupakan aktivitas jasmani yang dirancang dan disusun secara sistematis untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan serta pembentukan karakter dalam rangka mencapai tujuan pendidikan.

Berdasarkan pendapat ahli di atas dapat disimpulkan pendidikan jasmani adalah sebuah pendidikan menggunakan aktivitas jasmani dengan media gerak tubuh yang dirancang untuk menghasilkan beragam pengalaman berupa belajar, pengembangan fisik, mental, sosial, intelektual dan kesehatan.

e. Pengertian Motivasi Belajar Pendidikan Jasmani

Berdasarkan pendapat di atas tentang pengertian motivasi belajar dan penjas dapat disimpulkan bahwa Motivasi Belajar Pendidikan jasmani adalah bentuk dorongan dari dalam atau luar diri seseorang untuk melakukan kegiatan belajar penjas melalui aktivitas jasmani agar lebih giat lagi sehingga pada akhirnya diperoleh hasil belajar penjas yang lebih baik.

f. Macam-Macam Motivasi

Dilihat dari jenisnya motivasi dibedakan menjadi dua, yaitu motivasi intrinsik dan ekstrinsik. Menurut Komarudin (2017: 25-27) motivasi intrinsik adalah motivasi yang berasal dari individu dirinya sendiri dengan tujuan yang ingin dicapai adalah kepuasan untuk dirinya sendiri. Sedangkan motivasi ekstrinsik adalah motivasi yang berasal dari luar seperti lingkungan sekitar dengan tujuan yang ingin dicapai adalah untuk mendapatkan *reward*. Adapun pengertian dari motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik adalah sebagai berikut:

1) Pengertian Motivasi Intrinsik

Motivasi intrinsik adalah motif-motif yang menjadi aktif atau berfungsinya tidak perlu adanya sebuah rangsangan dari luar diri

individu itu sendiri, karena dalam diri setiap individu sudah ada dorongan untuk melakukan sesuatu.

2) Pengertian Motivasi Ekstrinsik

Motivasi ekstrinsik adalah motif-motif yang aktif dan berfungsinya karena adanya perangsang dari luar. Dalam kegiatan belajar motivasi ini tetap penting, tidak dapat di kesampingkan atau dianggap tidak baik. Karena keadaan peserta didik dinamis, berubah-ubah, dan juga mungkin komponen lain dalam proses belajar kurang menarik bagi peserta didik, sehingga diperlukan motivasi ekstrinsik.

g. Faktor yang Mempengaruhi Motivasi Belajar Penjas

Faktor- faktor yang mempengaruhi motivasi belajar peserta didik menurut Dimiyati dan Mudjiono (2014:97-99) antara lain:

- 1) Cita-Cita peserta didik. Dari segi emansipasi kemandirian, keinginan yang terpuasakan dapat memperbesar kemauan dan semangat belajar.
- 2) Kemampuan peserta didik. Keinginan seorang peserta didik perlu dibarengi dengan kemauan atau kecakapan mencapainya.
- 3) Kondisi peserta didik. Kondisi peserta didik meliputi kondisi jasmasi dan kondisi rohani yang mempengaruhi motivasi belajar.
- 4) Kondisi lingkungan peserta didik. Lingkungan peserta didik dapat berupa keadaan alam, lingkungan tempat tinggal, pergaulan sebaya, dan kehidupan masyarakat.
- 5) Unsur dinamis dalam belajar. Peserta didik memiliki perasaan, perhatian, kemauan, ingatan, dan pikiran yang mengalami perubahan berkat pengalaman hidup.
- 6) Upaya guru dalam membelajarkan peserta didik. Guru adalah seorang pendidik profesional. ia bergaul setiap hari dengan puluhan atau ratusan peserta didik. Upaya guru membelajarkan peserta didik terjadi di sekolah maupun diluar sekolah.

Granero., et al (2014: 364-370) faktor yang mempengaruhi motivasi belajar peserta didik diantaranya:

- 1) Kondisi Internal. Kondisi internal yaitu kondisi (situasi) yang ada didalam diri peserta didik itu sendiri misalnya kesehatannya, keamanannya ketentramannya dan sebagainya.
- 2) Kondisi Eksternal. Kondisi eksternal adalah kondisi yang ada diluar pribadi manusia, misalnya kebersihan rumah, penerangan, serta keadaan lingkungan.
- 3) Stategi belajar. Belajar yang efisien dapat tercapai apabila dapat menggunakan strategi yang tepat. Strategi belajar diperlukan untuk dapat mencapai hasil yang semaksimal mungkin.

3. Kecerdasan Intelektual

a. Pengertian Kecerdasan Intelektual

Inteligensi merupakan kemampuan mental yang menggabungkan proses berpikir secara rasional. Intelegensia tidak dapat diamati secara langsung, melainkan kesimpulan dari berbagai tindakan nyata yang merupakan manifestasi dari proses berpikir rasional. Kecerdasan dalam arti umum adalah suatu kemampuan umum yang membedakan kualitas orang yang satu dengan orang yang lain (Benjamin, 2013: 1231). Wechsler dalam (Uzma Hanif Gondal, 2013: 153) Kecerdasan Intelektual (IQ) adalah fenomena yang melibatkan penilaian mengenai kemampuan seseorang untuk mengamati, menganalisis dan menafsirkan keadaan dan juga bakat intelektual seorang individu yang terukur dapat dilambangkan secara numerik.

Nachiappan (2013: 893) Intelegensi adalah sutau kemampuan mental yang melibatkan proses berpikir secara rasional. Oleh sebab itu, intelegensi tidak dapat diamati secara langsung, melainkan harus

disimpulkan dari berbagai tindakan nyata yang merupakan manifestasi dari proses berpikir rasional. Conway., et al (2015: 419) intelegensi adalah kemampuan menghadapi dan menyesuaikan diri terhadap situasi baru secara cepat dan efektif. Kecepatan dan keefektifan dalam menyesuaikan diri dipengaruhi oleh kemampuan berpikir rasional yang perlu dilatih terus menerus. Hal tersebut didukung oleh pendapat Woods (2019: 206) kecerdasan intelektual dapat dikembangkan dengan mengoptimalkan kinerja otak disertai latihan praktis.

Kohbhanani (2013: 314) kecerdasan intelektual (IQ) merupakan pengkualifikasian kecerdasan manusia yang didominasi kemampuan daya pikir rasional dan logika. Lebih kurang 80%, IQ diturunkan dari orangtua, sedangkan selebihnya dibangun pada usia sangat dini yaitu 0-2 tahun kehidupan manusia yang pertama. Sifatnya relatif digunakan sebagai prediktor keberhasilan individu dimasa depan. Inteligensi juga diartikan sebagai kemampuan global yang dimiliki oleh individu agar bisa bertindak secara terarah dan berpikir secara bermakna serta bisa berinteraksi dengan lingkungan secara efisien (Lv, 2016: 86).

Indikator kecerdasan intelektual menurut Zebec (2015: 109) terdapat 4 komponen untuk mengukur kecerdasan intelektual, yaitu:

- 1) Kemampuan verbal merupakan kemampuan dalam bidang bahasa.
- 2) Kemampuan numerik merupakan kemampuan dalam perhitungan atau angka.
- 3) Kemampuan logis merupakan kemampuan dalam berpikir secara logika.
- 4) Kemampuan berpikir spasial merupakan kemampuan dalam bidang bentuk.

Sementara itu IQ adalah skor yang diperoleh dari sebuah alat tes kecerdasan. Tes tersebut hanya memberikan sedikit indikasi mengenai taraf kecerdasan seseorang, namun tidak menggambarkan kecerdasan seseorang secara keseluruhan Sopiah (2014: 163). *Intelligence Quotients* (IQ) adalah skor yang diperoleh dari sebuah tes kecerdasan. Hasil tes ini memberikan indikasi mengenai taraf kecerdasan seseorang dan menggambarkan kecerdasan seseorang hampir keseluruhan. Menurut Veriansyah (2018: 41) Tingkat inteligensi merupakan keseluruhan kecakapan yang dimiliki seseorang sehingga dapat bertindak dan berpikir secara terarah dan baik. Tingkat inteligensi seseorang khususnya siswa dapat diukur melalui tes IQ.

Kecerdasan intelektual memiliki peran yang cukup penting bagi peserta didik dalam pembelajaran dalam konteks memahami materi pembelajaran yang diberikan oleh guru. Sebab jika peserta didik tidak memiliki kecerdasan yang baik maka akan mempengaruhi pemahaman peserta didik dalam pembelajaran dan akan mengakibatkan kurang maksimalnya hasil belajar peserta didik itu sendiri. Kecerdasan intelektual memberikan sumbangan positif terhadap hasil belajar peserta didik, peserta didik yang memiliki kecerdasan intelektual pada kategori baik cenderung memiliki hasil belajar yang baik dibandingkan dengan peserta didik yang kecerdasan intelektualnya pada kategori rata-rata (Kosinski, 2012: 151)

Pietschnig (2015: 282) menyebutkan tiga indikator kecerdasan intelektual yang menyangkut tiga domain kognitif. Ketiga indikator tersebut adalah:

- 1) Kemampuan figur yaitu merupakan pemahaman dan nalar dibidang bentuk.
- 2) Kemampuan verbal yaitu merupakan pemahaman dan nalar dibidang bahasa.
- 3) Pemahaman dan nalar dibidang numerik atau yang berkaitan dengan angka biasa disebut dengan kemampuan numerik.

Umumnya masyarakat beranggapan hasil tes IQ berkaitan dengan kecerdasan. Seorang yang ber-IQ 130 dianggap berkemampuan luar biasa dalam segala bidang. Pemahaman seperti itu tidak tepat, IQ hanya mengukur kemampuan dan logika matematika, sedangkan kecerdasan mengacu pada kemampuan problem solving. Kenyataannya IQ tinggi tidak menjamin seseorang berhasil dalam kehidupan di masa mendatang, IQ hanya sebesar 20%. Banyak contoh yang membuktikan hal tersebut antara lain seseorang ber IQ tinggi, namun mampu berempati atau melakukan tindak pidana (Dutton, 2016: 163).

b. Faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Intelektual

Tingkat intelegensi seseorang dengan yang lainnya cenderung berbeda-beda. Hal ini disebabkan karena adanya beberapa faktor yang mempengaruhinya. Adapun beberapa faktor yang dapat mempengaruhi intelegensi seseorang menurut Sujanto (2012: 70) antara lain sebagai berikut:

- 1) Pengaruh faktor bawaan
Banyaknya penelitian telah menunjukkan bahwa individu-individu yang berasal dari satu keluarga atau bersanak saudara, nilai dalam tes IQ mereka berkorelasi tinggi (+ 0,50), orang yang lembar (+ 0,90), yang tidak bersanak saudara (+ 0,20), anak yang di adopsi korelasi dengan orang tua angkatnya (+ 0,10 - + 0,20).
- 2) Pengaruh faktor lingkungan
Pengaruh lingkungan yang amat sangat penting selain guru, rangsangan- rangsangan yang bersifat kognitif emosional dari lingkungan juga memegang peranan yang amat sangat penting, seperti pendidikan, latihan berbagai keterampilan, dan lain-lain (khususnya pada masa-masa produktif).
- 3) Pengaruh faktor gizi
Pemberian makanan bergizi ini juga merupakan salah satu hal yang paling penting, sebab perkembangan anak sangat dipengaruhi oleh gizi yang di konsumsi oleh karena itu banyak penelitian yang telah membuktikan ada hubungan antara pemberian makanan bergizi terhadap IQ seseorang.
- 4) Pengaruh faktor kematangan
Setiap organ dalam tubuh yang dimiliki manusia mengalami pertumbuhan dan perkembangan dari masa ke masa. Tiap organ (fisik maupun psikis) dapat dikatakan telah matang jika telah mencapai kesanggupan menjalankan fungsinya.
- 5) Pengaruh faktor pembentukan
Segala keadaan di luar diri seseorang yang mempengaruhi perkembangan IQ
- 6) Minat dan pembawaan yang khas
Minat mengarahkan perbuatan kepada suatu tujuan dan merupakan dorongan bagi perbuatan itu. Dalam diri manusia terdapat dorongan-dorongan (motif- motif) yang mendorong manusia untuk berinteraksi dengan dunia luar.
- 7) Kebebasan
Kebebasan berarti bahwa manusia itu dapat memilih metode-metode tertentu dalam memecahkan masalah sesuai dengan kebutuhannya.

Berdasarkan pengertian di atas IQ adalah kecerdasan manusia yang dimiliki oleh otak manusia yang bisa melakukan beberapa kemampuan, seperti kemampuan menalar, menyelesaikan masalah, berpikir, memahami gagasan, menggunakan bahasa, dan belajar. Kecerdasan Intelektual merupakan hal penting yang harus dimiliki oleh setiap peserta didik karena memiliki peranan yang cukup penting terhadap hasil belajar peserta didik.

4. Kebiasaan Belajar

a. Pengertian Kebiasaan Belajar

Seseorang yang ingin berhasil dalam belajar hendaknya mempunyai pengetahuan yang luas tentang belajar dan kebiasaankebiasaan serta sikap belajar yang baik (Oemar Hamalik, 2014: 10). Kebiasaan belajar merupakan salah satu faktor yang berpengaruh dalam pencapaian hasil belajar peserta didik. Kebiasaan belajar dapat diartikan sebagai salah satu cara atau teknik yang menetap pada diri peserta didik pada waktu menerima pelajaran, membaca buku, mengerjakan tugas, dan pengaturan waktu untuk menyelesaikan tugas (Djaali, 2012: 127). Menurut Slameto (2015: 82) Kebiasaan belajar merupakan cara yang dipakai atau jalan yang harus dilalui untuk mencapai suatu tujuan yaitu untuk mendapatkan pengetahuan, sikap, kecakapan dan ketrampilan. Cara-cara belajar merupakan suatu cara yang ditempuh secara berulang-ulang yang dilakukan peserta didik dalam belajar untuk mencapai hasil belajar yang diinginkan.

Berdasarkan Uraian di atas dapat disimpulkan bahwa Kebiasaan Belajar adalah suatu kegiatan belajar yang biasa dilakukan oleh pserta didik secara teratur dan berulang-ulang dalam kesehariannya sebagai upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan, sehingga dapat meningkatkan hasil belajar yang ingin dicapai.

b. Pembentukan Kebiasaan Belajar

Pembentukan kebiasaan belajar harus dimulai sejak dini kepada seorang peserta didik. Hal ini dimaksudkan agar peserta didik merasa terbiasa melakukan kegiatan belajar dalam kesehariannya. Nana Sudjana (2017: 165-173) berpendapat bahwa: Keberhasilan peserta didik dalam menguasai pelajaran banyak tergantung pada kebiasaan belajar yang dilakukan secara teratur yakni:

- 1) Cara mengikuti pelajaran di sekolah
- 2) Cara belajar mandiri
- 3) Cara belajar kelompok
- 4) Cara mempelajari buku pelajaran
- 5) Cara menghadapi ujian.

Cara mengikuti pelajaran di sekolah merupakan bagian penting dari proses belajar, peserta didik dituntut untuk dapat menguasai bahan pelajaran. Guru dan peserta didik memegang peranan penting dalam mencapai tujuan pengajaran. Belajar mandiri di rumah merupakan tugas pokok peserta didik. Syarat utama belajar di rumah adalah keteraturan belajar yaitu memiliki jadwal belajar meskipun waktunya terbatas. Bukan lamanya belajar tetapi kebiasaan teratur dan rutin melakukan belajar setiap harinya meskipun dengan jam yang terbatas. Cara belajar sendiri di rumah sering menimbulkan kebosanan dan kejenuhan. Perlu adanya variasi cara belajar seperti belajar bersama dengan teman yang bisa dilakukan di sekolah, perpustakaan, dirumah teman ataupun tempat yang nyaman untuk belajar. Pikiran dari banyak orang lebih baik dari pikiran satu orang itulah manfaat belajar bersama.

Keberhasilan peserta didik dalam mengikuti pelajaran banyak bergantung pada kebiasaan belajarnya. Kebiasaan belajar dimulai dari cara mengikuti pelajaran, belajar mandiri di rumah, belajar kelompok, cara mempelajari buku dan sikap dalam menghadapi ujian/ulangan/tes. kebiasaan belajar di atas harus dimulai oleh diri sendiri dengan membiasakan diri dan mendisiplinkan diri dalam belajar. Hindari belajar dalam tempo dan kadar belajar yang berat saat akan ujian sebab kurang membantu dalam keberhasilan belajar. Kebiasaan belajar harus dimulai sejak dini kepada seorang peserta didik. Hal ini dimaksudkan agar peserta didik merasa terbiasa melakukan kegiatan belajar dalam kesehariannya.

c. Faktor-Faktor Kebiasaan Belajar

Sularti (2015: 94) mengemukakan faktor dari luar dan dari dalam peserta didik yang mempengaruhi kebiasaan belajar. Faktor dari luar peserta didik yang sering berpengaruh pada kebiasaan belajar adalah sebagai berikut:

- 1) Sikap guru. Guru yang kurang memahami dan mengerti tentang kondisi peserta didik, guru tidak adil, kurang perhatian, khususnya pada anak-anak yang kurang cerdas atau pada peserta didik yang memiliki gangguan emosi atau lainnya, guru yang sering marah jika peserta didik tidak dapat mengerjakan tugas.
- 2) Kasih sayang dan perhatian orang tua. Peserta didik yang malas pada umumnya berasal dari keluarga yang broken home, orang tua bercerai, memiliki ibu atau bapak tiri, sehingga orang tua kurang dapat mencurahkan perhatian dan kasih sayang pada anaknya, anak merasa ditelantarkan, disia-siakan, merasa bahwa dirinya tidak berarti.

Faktor dari dalam diri peserta didik yang sering mempengaruhi adalah sebagai berikut:

- 1) Minat, motivasi dan cita-cita. Pada umumnya peserta didik yang memiliki kebiasaan malas belajar atau sering tidak masuk sekolah karena tidak memiliki cita-cita atau harapan.
- 2) Pengendalian diri dan emosi. Peserta didik yang malas dapat disebabkan tidak dapat menolak ajakan teman, perasaan takut, kecewa atau tidak suka kepada guru, emosi yang tidak stabil seperti mudah tersinggung, mudah marah dan putus asa.
- 3) Kelemahan fisik, panca indra dan kecacatan lainnya. Peserta didik yang memiliki kekurangan fisik kurang dapat berkembang dengan normal dimungkinkan memiliki sikap dan kebiasaan belajar kurang baik, peserta didik ingin diperhatikan, kurang percaya diri dan sebaliknya sombong sekedar menutupi kekurangannya.
- 4) Kelemahan mental seperti kecerdasan/intelegensi dan bakat khusus.

Berdasarkan uraian mengenai faktor-faktor kebiasaan belajar, faktor dari luar peserta didik sangat jelas bahwa faktor lingkungan belajar sangat mempengaruhi kebiasaan belajar peserta didik dan faktor dari dalam peserta didik terdapat faktor yang berpengaruh terhadap kebiasaan belajar yaitu motivasi belajar peserta didik.

d. Indikator Kebiasaan Belajar

Menurut Sumadi Suryabrata (2016: 85-86) ada cara-cara dalam belajar yang dapat dijadikan sebagai indikator kebiasaan belajar yang baik yaitu:

- 1) Penyusunan jadwal belajar yang baik.
- 2) Kontinuitas dalam belajar.
- 3) Belajar mandiri di luar jam pelajaran di sekolah.
- 4) Mengalokasikan waktu belajar secara adil.
- 5) Menyediakan waktu belajar untuk mempersiapkan perlengkapan dan materi belajar.
- 6) Menyediakan waktu untuk mengulangi materi yang telah didapat di sekolah.

Cara-cara di atas harus dimulai oleh diri sendiri dengan membiasakan dan mendisiplinkan diri dalam belajar. Hindari belajar dalam tempo dan kadar yang berat saat ujian sebab kurang membantu keberhasilan belajar. Belajar akan lebih bermanfaat apabila itu terpolakan dalam perbuatan individu yang sedang belajar. Belajar bukan merupakan suatu proses yang langsung baik, sehingga pembentukan kebiasaan belajar yang baik perlu dikembangkan.

Winarno Surakhmad (2013: 79) mengemukakan bahwa bidang belajar yang perlu dilakukan oleh peserta didik sebagai indikator kebiasaan belajar yang baik, antara lain:

- 1) Mengikuti pelajaran dengan penuh perhatian
- 2) Menelaah isi buku atau konsentrasi saat membaca buku
- 3) Aktif membuat catatan
- 4) Belajar mandiri
- 5) Belajar dalam regu

Peserta didik yang dapat dan mampu membentuk kebiasaan belajar yang baik maka dalam menerima dan memahami pelajaran yang disampaikan oleh guru disekolah maupun yang dipelajari dari buku-buku pelajaran. Sebaliknya bagi peserta didik yang kebiasaan belajarnya kurang baik, maka peserta didik tidak akan bisa menerima dan memahami pelajaran yang disampaikan oleh guru sehingga hasil belajarnya rendah.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahawa indikator kebiasaan belajar adalah mengikuti pelajaran dengan penuh perhatian, aktif membuat catatan, membuat jadwal belajar, mengulang materi, mempersiapkan perlengkapan dan materi belajar, dan menelaah isi buku.

5. Hasil Belajar Pendidikan Jasmani

a. Pengertian Hasil Belajar

Menurut Anang (2020: 60) Hasil belajar merupakan produk evaluasi dari penampilan peserta didik selama mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga di sekolah. Peserta didik menunjukkan usaha dan kemampuannya baik secara kognitif, afektif, dan psikomotor selama dalam pembelajaran. Hasil belajar peserta didik tidak terlepas dari pengaruh keterampilan motorik salah satunya. Peran guru dan orangtua sangatlah penting dalam proses pendidikan agar peserta didik dapat mengoptimalkan potensi yang dimilikinya upaya-upaya pendidikan.

Hasil belajar adalah tujuan dari akhir dilaksanakannya proses kegiatan pembelajaran yang diperlihatkan atau diketahui melalui angka atau huruf. Hasil belajar merupakan sesuatu yang dicapai dan diperlihatkan perbuatannya dalam aspek pengetahuan, sikap, dan keahlian. Aspek kepribadian mempunyai pengaruh terhadap gaya belajar seseorang dan menjadi penentu utama untuk mencapai keberhasilan akademis. Menurut Susanti, (2016: 36) hasil belajar merupakan setiap hasil dari proses belajar mengajar yang dapat menghasilkan perubahan, pengukuran hasil belajar merupakan hasil dari penilaian belajar yang dijelaskan dalam bentuk simbol, huruf dan kalimat. Hasil belajar merupakan kemampuan yang dimiliki oleh siswa karena mendapat pengalaman belajar yang dapat dikategorikan yaitu ranah kognitif, afektif dan psikomotor.

b. Pengertian Hasil Belajar Pendidikan Jasmani

Berdasarkan pendapat di atas tentang pengertian hasil belajar dan pendidikan jasmani dapat disimpulkan hasil belajar penjas adalah perubahan tingkah laku siswa dan kemampuan-kemampuan yang dimiliki siswa setelah menerima pengalaman belajar penjas dengan menggunakan aktifitas jasmani yang mencakup bidang afektif, kognitif, dan psikomotor.

c. Klasifikasi Hasil Belajar

Berdasarkan klasifikasinya menurut Nana Sudjana (2017: 52) secara garis besar hasil belajar dibagi menjadi 3 ranah, yaitu ranah kognitif, afektif dan ranah psikomotor. Uraian dari masing- masing ranah tersebut adalah sebagai berikut:

- 1) Ranah Kognitif berkenaan dengan hasil belajar intelektual yang terdiri dari enam aspek, yakni pengetahuan atau ingatan, pemahaman, aplikasi, analisis, sintesis, dan evaluasi. Kognitif sebagai salah satu ranah dalam taksonomi pendidikan, secara umum diartikan sebagai potensi intelektual yang terdiri dari tahapan pengetahuan (*knowledge*), pemahaman (*comprehension*), penerapan (*application*), analisis (*analysis*), sintesis (*synthesis*), dan evaluasi (*evaluation*). Ada dua unsur lingkungan yang sangat penting peranannya dalam mempengaruhi perkembangan kognitif peserta didik, yaitu: Pertama, lingkungan keluarga, intervensi yang paling penting dilakukan oleh keluarga atau orang tua adalah memberikan pengalaman kepada anak dalam berbagai bidang kehidupan

sehingga anak memiliki informasi yang banyak yang merupakan alat bagi anak untuk berfikir (Gunawan & Palupi, 2016: 98).

- 2) Ranah Afektif berkenaan dengan sikap yang terdiri dari lima aspek yakni penerimaan, jawaban atau reaksi, penilaian, organisasi, dan internalisasi. Perkembangan aspek afektif dipengaruhi beberapa faktor, di antaranya: 1) Pertumbuhan jasmani/biologis; 2) perubahan interaksi dengan orang tua; 3) perubahan interaksi dengan teman sebaya; dan 4) perubahan pandangan luar. Misalnya, sikap dunia terhadap remaja sering tidak konsisten; dunia luar atau masyarakat masih menerapkan nilai yang berbeda terhadap remaja laki-laki dan perempuan. Seringkali remaja dimanfaatkan oleh pihak luar kedalam kegiatan- kegiatan yang merusak dirinya dan melanggar nilai-nilai moral.
- 3) Ranah Psikomotor berkenaan dengan hasil belajar keterampilan dan kemampuan bertindak. Ada enam aspek ranah psikomotor, yakni gerak refleks, keterampilan gerak dasar, kemampuan perseptual, keharmonisan atau ketepatan, gerakan keterampilan kompleks, gerakan ekspresif dan interpretatif. Perkembangan aspek psikomotorik dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi sifat jasmani yang diwariskan dari orang tuanya dan kematangan. Faktor eksternal meliputi kesehatan, makanan, dan stimulasi lingkungan (Puspitasari & Febrianti, 2018: 31).

d. Faktor yang Mempengaruhi Hasil Belajar

Didalam hasil belajar terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhinya. Berhasil atau tidaknya seseorang dalam belajar disebabkan beberapa faktor yang mempengaruhi pencapaian hasil belajar yaitu yang berasal dari dalam peserta didik yang belajar (faktor internal) dan ada pula yang berasal dari luar peserta didik yang belajar (faktor eksternal). H. Djaali (2012: 99), faktor yang mempengaruhi pencapaian hasil belajar berasal dari dalam diri seseorang yang belajar dan dari luar dirinya. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhinya sebagai berikut:

1) Faktor dari dalam diri

a) Kebugaran Jasmani

Apabila orang selalu sakit mengakibatkan tidak bergairah dalam belajar dan secara psikologi sering mengalami gangguan pikiran dan perasaan kecewa karena konflik.

b) Kecerdasan Intelektual

Faktor kecerdasan intelektual ini besar sekali pengaruhnya terhadap kemajuan belajar, sebab dengan intelegensi yang baik akan membantu peserta didik dalam berfikir rasional.

c) Minat dan Motivasi.

Minat yang besar (keinginan yang kuat) terhadap sesuatu merupakan modal yang besar untuk mencapai tujuan. Sedangkan motivasi merupakan dorongan dari diri sendiri maupun dari luar diri, umumnya karena kesadaran akan pentingnya sesuatu atau karena dorongan dari luar yg berasal dari guru dan orang tua.

d) Kebiasaan dalam Belajar

Memperhatikan teknik belajar, bagaimana bentuk catatan yang dipelajari dan pengaturan waktu belajar, tempat serta fasilitas belajar lainnya.

2) Faktor dari luar diri

a) Keluarga

Situasi keluarga sangat berpengaruh terhadap keberhasilan anak dalam keluarga. Pendidikan orang tua, status ekonomi, rumah kediaman, persentase hubungan orang tua, perkataan, dan

bimbingan orang tua mempengaruhi pencapaian hasil belajar anak.

b) Sekolah

Tempat, gedung sekolah, kualitas guru, perangkat instrumen pendidikan, lingkungan sekolah, dan rasio guru, murid perkelas mempengaruhi kegiatan belajar siswa.

c) Masyarakat

Keadaan masyarakat yang terdiri dari orang-orang berpendidikan akan mendorong anak untuk lebih giat dalam belajar.

d) Lingkungan sekitar

Bangunan, rumah, suasana sekitar, keadaan lalu lintas dan iklim dapat mempengaruhi pencapaian tujuan belajar dan tempat-tempat dengan iklim yang sejuk dapat menunjang proses belajar.

Sedangkan Dalyono (2014: 55) mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi kebugaran, intelegensi, bakat, minat, motivasi, dan kebiasaan belajar. Sedangkan faktor eksternal meliputi keluarga, sekolah, masyarakat dan lingkungan sekitar. Slameto (2015: 84) menyatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar banyak jenisnya, tetapi dapat digolongkan menjadi dua, yakni:

1) Faktor internal, yaitu faktor yang berasal dari dalam diri, meliputi:

a) Kebugaran jasmani sangat besar pengaruhnya terhadap kemampuan belajar. Bila seseorang tidak bugar dapat mengakibatkan tidak bergairah untuk belajar. Seseorang yang memiliki kebugaran jasmani yang kurang baik dapat mengganggu belajarnya dan mempengaruhi hasil belajarnya.

b) Intelegensi, aspek kejiwaan ini besar sekali pengaruhnya terhadap kemampuan belajar. Seseorang yang memiliki intelegensi baik umumnya mudah belajar dan hasilnya cenderung baik. Sebaliknya orang yang intelegensinya rendah, cenderung mengalami kesulitan dalam belajar, lambat berpikir, sehingga hasil belajarnya pun rendah. Bila seseorang mempunyai intelegensi tinggi dan bakat dalam bidang yang dipelajari, maka proses belajarnya akan lancar dan cenderung berhasil.

c) Minat dan motivasi adalah dua aspek psikis yang besar pengaruhnya terhadap pencapaian hasil belajar. Minat belajar yang besar cenderung memperoleh hasil belajar yang tinggi, sebaliknya minat belajar kurang akan memperoleh hasil belajar

yang rendah. Seseorang yang belajar dengan motivasi yang kuat, akan melaksanakan semua kegiatan belajarnya dengan sungguh-sungguh, penuh gairah atau semangat. Kuat lemahnya motivasi belajar seseorang turut mempengaruhi hasil belajar. Minat dan motivasi belajar ini dapat juga dipengaruhi oleh cara guru dalam menyampaikan materi pembelajaran. Guru yang menyampaikan materi dengan metode dan cara yang inovatif akan mempengaruhi juga minat dan motivasi siswanya.

- d) Kebiasaan belajar seseorang juga mempengaruhi pencapaian hasil belajar. Belajar tanpa memperhatikan teknik dan faktor fisiologis, psikologis, dan ilmu kesehatan akan memperoleh hasil yang kurang memuaskan. Kebiasaan belajar seseorang berbeda-beda. Ada yang dapat dengan cepat menyerap materi pelajaran dengan cara visual atau melihat langsung, audio atau dengan cara mendengarkan dari orang lain dan ada pula yang memiliki cara belajar kinestetik yaitu dengan gerak motoriknya misalnya dengan cara berjalan-jalan dan mengalami langsung aktivitas belajarnya.
- 2) Faktor eksternal, yaitu faktor yang berasal dari luar diri, meliputi:
- a) Keluarga sangatlah besar pengaruhnya terhadap keberhasilan peserta didik dalam belajar. Tinggi rendahnya pendidikan orang tua, besar kecilnya penghasilan, cukup atau kurang perhatian dan bimbingan orang tua, kerukunan antar anggota keluarga, hubungan antara anak dengan anggota keluarga yang lain, situasi dan kondisi rumah juga mempengaruhi hasil belajar.
 - b) Sekolah, Keadaan sekolah tempat belajar mempengaruhi keberhasilan belajar. Kualitas guru, metode mengajar, kesesuaian kurikulum dengan kemampuan peserta didik, keadaan fasilitas di sekolah, keadaan ruangan, jumlah peserta didik perkelas, pelaksanaan tata tertib sekolah, dan sebagainya, semua mempengaruhi hasil belajar.
 - c) Masyarakat, Keadaan masyarakat juga menentukan hasil belajar peserta didik. Bila di sekitar tempat tinggal peserta didik keadaan masyarakatnya terdiri dari orang-orang yang berpendidikan, akan mendorong peserta didik lebih giat belajar. Tetapi jika di sekitar tempat tinggal nakal, pengangguran, tidak bersekolah maka akan mengurangi semangat belajar sehingga hasil belajar berkurang.
 - d) Lingkungan sekitar, Keadaan lingkungan tempat tinggal, juga sangat mempengaruhi hasil belajar. Bila rumah berada pada daerah padat penduduk dan keadaan lalu lintas yang membisingkan, banyak suara orang yang hiruk pikuk, suara mesin dari pabrik, polusi udara, iklim yang terlalu panas, akan mempengaruhi gairah peserta didik dalam belajar. Tempat yang sepi dan beriklim sejuk akan menunjang proses belajar peserta didik.

Berdasarkan pendapat diatas faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar ada dua yaitu faktor internal yang merupakan faktor yang mempengaruhi hasil belajar dari dalam diri peserta didik itu sendiri dan faktor eksternal yaitu faktor yang mempengaruhi hasil belajar dari luar diri peserta didik. Tinggi rendahnya hasil belajar peserta didik dipengaruhi banyak faktor-faktor yang ada, baik yang bersifat internal maupun eksternal. Faktor-faktor tersebut sangat mempengaruhi upaya pencapaian hasil belajar peserta didik dan dapat mendukung proses pembelajaran, sehingga dapat tercapai tujuan dan hasil belajar yang optimal.

6. Kelas Khusus Olahraga

a) Pengertian Kelas Khusus Olahraga

Kelas khusus olahraga merupakan sebuah kelas yang dibentuk secara khusus untuk menampung peserta didik yang mempunyai potensi khusus. Salah satu potensi tersebut adalah bakat istimewa di bidang olahraga. Oleh karena itu dibentuk program kelas khusus olahraga guna menampung peserta didik yang mempunyai bakat istimewa di bidang olahraga. Sesuai dengan yang diungkapkan Sumaryanto (2010: 5) kelas khusus olahraga adalah kelas yang dibuat untuk kelompok peserta didik yang memiliki potensi istimewa olahraga dalam satuan pendidikan reguler pada jenjang pendidikan dasar dan menengah. Menurut Undang-Undang No. 3 tahun 2003 pasal 25 ayat 6 menyebutkan bahwa kelas khusus olahraga adalah kelas khusus yang disediakan dalam satuan pendidikan untuk menampung para peserta didik yang berbakat dalam bidang olahraga tertentu.

Kelas khusus olahraga adalah kelas yang dibuat untuk kelompok peserta didik yang memiliki bakat istimewa dibidang olahraga dalam satuan pendidikan reguler. Kelas khusus olahraga merupakan kegiatan ko-kurikuler yang nantinya diharapkan dapat meningkatkan minat dan sebagai wadah untuk menyalurkan bakat peserta didik untuk menjadi atlet yang memiliki potensi tinggi di masa mendatang. Ko-kurikuler sendiri merupakan bentuk kegiatan di luar proses pembelajaran di kelas, yang dilakukan di dalam sekolah maupun di luar sekolah dengan tujuan sebagai penunjang pelaksanaan program intrakurikuler agar peserta didik dapat lebih memahami bahan atau materi yang sudah dipelajarinya serta melatih peserta didik untuk melaksanakan tugasnya secara bertanggung jawab (Khodari, 2016: 120). Program kelas khusus olahraga nantinya akan menghasilkan peserta didik yang mampu berpotensi menjadi atlet unggulan dan berprestasi untuk mendukung masa depan dan didukung dengan pembinaan dan program latihan yang teratur.

Kelas Khusus Olahraga diselenggarakan dan dikelola untuk memberikan layanan pendidikan kepada peserta didik yang memiliki bakat istimewa dibidang olahraga agar mampu mengaktualisasikan potensi bakat istimewa yang ada pada dirinya sehingga menjadi prestasi nyata yang optimal. Dalam penyelenggaraan kelas khusus bakat istimewa olahraga, terdapat beberapa prinsip yang harus diperhatikan. Prinsip-prinsip penyelenggaraan tersebut meliputi: pemberdayaan masyarakat, pemerataan kesempatan memperoleh pendidikan, pertumbuhan partisipasi

masyarakat, kolaborasi pihak terkait, keberlangsungan dan system pembinaan yang jelas (Khodari, 2016: 126).

Kelas khusus olahraga adalah wujud layanan pendidikan, dapat berupa program pengayaan (*enrichment*) dan gabungan program percepatan dengan pengayaan (*acceleration- enrichment*) (Sumaryanto, 2010: 6). Program pengayaan adalah pemberian pelayanan pendidikan kepada peserta didik yang memiliki potensi kecerdasan atau bakat istimewa yang dimiliki dengan penyediaan kesempatan dan fasilitas belajar tambahan yang bersifat pendalaman, setelah yang bersangkutan menyelesaikan tugas yang diprogramkan untuk peserta didik lainnya

Kelas khusus olahraga bertujuan untuk membina dan mengembangkan bakat dan minat siswa dalam bidang olahraga, meningkatkan mutu akademis dan prestasi olahraga, meningkatkan kemampuan nerkompetisi secara seportif, meningkatkan kemampuan sekolah dalam membina dan mengembangkan kegiatan keolahragaan. Hasil yang diharapkan adanya kelas khusus olahraga yaitu terselenggaranya pembinaan dan pengembangan potensi siswa di bidang olahraga sehingga dapat meningkatkan prestasi olahraga dan akademik.

b) Tujuan Kelas Khusus Olahraga

Tujuan dari penyelenggaraan program kelas khusus olahraga secara umum adalah mengembangkan potensi bakat istimewa olahraga peserta didik untuk mencapai prestasi yang maksimal. Secara lebih rinci tujuan kelas khusus olahraga menurut Kemendiknas (2010: 5) adalah:

- a. Mengembangkan bakat dan minat siswa dalam bidang olahraga
- b. Meningkatkan mutu akademis dan prestasi olahraga
- c. Meningkatkan kemampuan berkompetisi secara sportif
- d. Meningkatkan kemampuan sekolah dalam pembinaan dan pengembangan kegiatan olahraga
- e. Meningkatkan kesehatan jasmani dan rohani
- f. Peningkatan mutu pendidikan sebagai bagian dari pembangunan karakter.

Sedangkan menurut Sumaryanto (2010: 7) Penyelenggaraan kelas

khusus olahraga bagi Peserta Didik bertujuan untuk:

- a. Memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengikuti program pendidikan sesuai dengan potensi keterampilan yang dimilikinya.
- b. Memenuhi hak asasi peserta didik sesuai kebutuhan pendidikan bagi dirinya.
- c. Meningkatkan efisiensi dan efektivitas proses pembelajaran bagi peserta didik.
- d. Membentuk manusia berkualitas yang memiliki kecerdasan spiritual, emosional, sosial dan intelektual serta memiliki ketahanan dan kebugaran fisik.
- e. Membentuk manusia berkualitas yang berkompeten dalam pengetahuan dan seni, berkeahlian dan berketerampilan, menjadi anggota masyarakat yang bertanggungjawab, serta mempersiapkan peserta didik mengikuti pendidikan lebih lanjut dalam rangka mewujudkan tujuan pendidikan nasional.

c) Karakteristik Program Kelas Khusus Olahraga

Dasar penyelenggaraan pembinaan olahraga di sekolah adalah olahraga pendidikan yaitu olahraga yang digunakan sebagai salah satu cara mendidik peserta didik. Olahraga pendidikan sebagai bagian proses mendidik hal ini dipertegas dalam undang undang nomor 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional dan olahraga yang dilaksanakan sebagai bagian proses pendidikan yang teratur dan berkelanjutan untuk memperoleh pengetahuan, kepribadian, keterampilan, kesehatan, dan

kebugaran jasmani. Pembinaan olahraga di sekolah dilaksanakan terintegrasi dalam mata pelajaran pendidikan jasmani. Seperti yang dikemukakan oleh Ratal Wirjasantosa (1984: 25) pendidikan jasmani ialah pendidikan yang menggunakan jasmani sebagai titik pangkal mendidik anak, dan anak dipandang sebagai suatu kesatuan jiwa raga. Pada perkembangannya olahraga dianggap sebagai salah satu bakat khusus istimewa yang memerlukan pembinaan secara khusus. Dalam pendidikan di sekolah, bakat istimewa ini dibina dengan program pendidikan khusus yang dikelompokkan dalam kelas khusus.

Kurikulum kelas khusus olahraga yaitu kurikulum tingkat satuan pendidikan. Berdasarkan pendapat Sumaryanto (2010: 7) kurikulum pendidikan bagi kelas khusus olahraga adalah kurikulum tingkat satuan pendidikan (KTSP), yang berdeferensiasi dan dimodifikasi serta 8 dikembangkan melalui sitem pembelajaran yang dapat memacu dan mewadai integrasi antara pengembangan spiritual, logika, nilai-nilai, etika dan estetika serta dapat mengembangkan kemampuan berpikir holistic, kreatif, sistemik dan sistematis, linear dan konvergen untuk memenuhi tuntutan masa kini dan masa mendatang. Sistem pembelajaran di kelas khusus olahraga menurut Sumaryanto (2010: 8) adalah penerapan mata pelajaran yang terdiri dari mata pelajaran umum dan mata pelajaran yang termasuk dalam rumpun bidang olahraga yang dilaksanakan secara khusus 6 jam pelajaran dengan rata-rata 3 kali pertemuan tiap minggu. Penambahan alokasi 4 jam pelajaran dikembangkan oleh sekolah dan

komite sekolah serta melibatkan ahli dari perguruan tinggi. Selain itu juga memanfaatkan fleksibilitas pengembangan KTSP yang diperkenankan dalam standar isi. Selama satu semester diperlukan waktu minimal 100 jam, dengan rincian 20% teori pengetahuan olahraga dan 80% kegiatan praktik.

Dari pengertian tersebut dapat disimpulkan kelas khusus olahraga merupakan kelas yang diperuntukkan bagi peserta didik dengan latar belakang bakat istimewa olahraga. Kelas khusus olahraga diselenggarakan menjadi bagian dari kelas reguler pada satuan pendidikan. Peserta didik kelas khusus olahraga mendapatkan kegiatan khusus dalam bidangnya sebanyak 6 jam dan masing-masing dibagi menjadi 3 kali pertemuan dalam seminggu. Peserta didik kelas khusus olahraga mendapatkan fleksibilitas pengembangan dalam satu semester dengan waktu minimal 100 jam yang terdiri dari 20% teori pengetahuan olahraga dan 80% kegiatan praktik.

7. Karakter Peserta Didik Kelas Khusus Olahraga

Peserta didik Kelas Khusus Olahraga rata-rata memiliki usia 15-18 tahun . Dimana pada usia tersebut termasuk dalam usia remaja. Remaja adalah perubahan perkembangan antara masa anak dan masa dewasa yang mengakibatkan perubahan fisik, kognitif dan psikososial. Perubahan psikologis yang terjadi pada remaja meliputi intelektual, kehidupan emosi dan kehidupan sosial (Gomes., et al, 2019: 559). Masa remaja merupakan masa transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, dan melibatkan

perubahan fisik maupun emosional, seiring meningkatnya kemandirian. Sawyer., et al (2018: 223) secara psikologi masa remaja adalah usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia di mana anak tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama, atau paling tidak sejajar.

Richardson., et al (2017: 173) remaja adalah suatu masa dimana individu berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai saat ia mencapai kematangan seksual. Individu mengalami perkembangan psikologis dan pola identifikasi dari anak-anak menjadi dewasa, serta terjadi peralihan dari ketergantungan sosial ekonomi yang penuh kepada keadaan yang relatif mandiri. Pada masa tersebut, ada dua hal yang penting menyebabkan remaja melakukan pengendalian diri. Dua hal tersebut adalah, pertama, hal yang bersifat eksternal, yaitu adanya perubahan lingkungan. Dan kedua, adalah hal yang bersifat internal, yaitu karakteristik di dalam diri remaja yang membuat remaja relatif lebih bergejolak dibandingkan dengan masa perkembangan lainnya.

Sarwono (2016: 74) ada 3 tahap perkembangan remaja dalam proses penyesuaian diri menuju dewasa yaitu:

a. Remaja Awal (*Early Adolescence*)

Seorang remaja pada tahap ini berusia 10-12 tahun masih terheran-heran akan perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuhnya sendiri dan dorongan- dorongan yang menyertai perubahan-perubahan itu. Mereka mengembangkan pikiran-pikiran baru, cepat tertarik pada lawan jenis dan mudah terangsang secara erotis. Dengan dipegang bahunya saja oleh lawan jenis, ia sudah berfantasi erotik. Kepekaan yang berlebihan ini ditambah dengan berkurangnya kendali

terhadap “ego”. Hal ini menyebabkan para remaja awal sulit dimengerti orang dewasa.

b. Remaja Menengah (*Middle Adolescence*)

Tahap ini berusia 13-15 tahun. Pada tahap ini remaja sangat membutuhkan kawan-kawan. Ia senang kalau banyak teman yang menyukainya. Ada kecenderungan “narcistic”, yaitu mencintai diri sendiri, dengan menyukai teman-teman yang mempunyai sifat-sifat yang sama dengan dirinya. Selain itu, ia berada dalam kondisi kebingungan karena ia tidak tahu harus memilih yang mana: peka atau tidak peduli, ramai-ramai atau sendiri, optimis atau pesimis, idealis atau materialis dan sebagainya. Remaja pria harus membebaskan diri dari Oedipoes Complex (perasaan cinta pada ibu sendiri pada masa kanak-kanak) dengan mempererat hubungan dengan kawan-kawan dari lawan jenis.

c. Remaja Akhir (*Late Adolescence*)

Tahap ini (16-19 tahun) adalah masa konsolidasi menuju periode dewasa dan ditandai dengan pencapaian lima hal dibawah ini:

- 1) Minat yang makin mantap terhadap fungsi-fungsi intelek.
- 2) Egonya mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang-orang lain dan dalam pengalaman-pengalaman baru.
- 3) Terbentuk identitas seksual yang tidak akan berubah lagi.
- 4) Egosentrisme (terlalu memusatkan perhatian pada diri sendiri) diganti dengan keseimbangan antara kepentingan diri sendiri dengan orang lain.
- 5) Tumbuh “dinding” yang memisahkan diri pribadinya dan masyarakat umum.

Berdasarkan defenisi-defenisi remaja dari beberapa ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa remaja adalah masa dimana seorang individu mengalami perubahan dan perkembangan, baik dalam segi fisiologis, psikologis dan kognitif. Mulai meninggalkan ciri-ciri tahapan perkembangan pada masa kanak-kanak dan mengalami perubahan-perubahan yang baru untuk menghadapi perkembangan pada masa dewasa peserta didik Sekolah Menengah Atas Negeri se Daerah Istimewa Yogyakarta berada pada kategori remaja tahap tengah dan akhir sebab mereka memiliki usia 15-18 tahun.

B. Penelitian yang Relevan

1. Penelitian Achmad Rifqirridho Azzaky dengan judul “Hubungan antara Kebugaran jasmani, intelegensi dan Motivasi dengan Prestasi Belajar Pendidikan Jasmani pada Siswa Kelas XI Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Bantarsari”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kebugaran jasmani, inteligensi, motivasi dengan prestasi belajar pendidikan jasmani siswa. Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa F-hitung 9,409 lebih besar dari Ftabel 2,79, berarti ada hubungan yang signifikan antara kebugaran jasmani, inteligensi, dan motivasi dengan prestasi belajar pendidikan jasmani siswa. Analisis korelasi ganda disertai dengan harga koefisien determinasi (R^2). Koefisien determinasi yang diperoleh adalah 0,361, artinya $(0,361 \times 100\%) = 36,1\%$ naik-turunnya prestasi belajar pendidikan jasmani siswa ditentukan oleh kombinasi kebugaran jasmani, inteligensi, dan motivasi, sedangkan sisanya 63,9% ditentukan oleh faktor atau variabel lain yang tidak dikaji dalam penelitian ini.
2. Penelitian Irwan Ritonga tahun 2019 dengan judul “Hubungan Kesegaran jasmani dan Motivasi Belajar dengan Hasil Belajar Siswa Kelas V SDN 12 Pulau Punjung” Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah 1) hubungan kesegaran jasmani terhadap hasil belajar siswa, 2) hubungan motivasi belajar terhadap hasil belajar siswa, 3) Hubungan secara bersama- sama kesegaran jasmani dan

motivasi belajar terhadap hasil belajar siswa. Hasil penelitian ini menggambarkan bahwa kesegaran jasmani berhubungan dengan hasil belajar siswa $r_{hitung} > r_{tabel} 0,654 > 0,396$, motivasi belajar siswa berhubungan dengan hasil belajar siswa putra $r_{hitung} > r_{tabel} 0,453 > 0,396$. Kesegaran jasmani berhubungan dengan hasil belajar siswa Putra SDN 12 Pulau Punjung $r_{hitung} > r_{tabel} 0,488 > 0,413$, motivasi belajar berhubungan dengan hasil belajar siswa putri $r_{hitung} > r_{tabel} 0,420 > 0,413$. Kesegaran jasmani dan motivasi belajar siswa bersama-sama berhubungan dengan hasil belajar siswa putra sebesar 51,5%. Kesegaran jasmani dan motivasi belajar bersama-sama berhubungan dengan hasil belajar siswa putri sebesar 76,9%.

3. Penelitian Azizah Nur Indarti tahun 2017 dengan judul "Hubungan Perilaku Hidup Sehat, Motivasi Belajar, dan Kecerdasan Inteligensi dengan Prestasi Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara perilaku hidup sehat, motivasi belajar, kecerdasan inteligensi dengan prestasi belajar Penjasorkes siswa. Jenis penelitian ini merupakan penelitian korelasional. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Ada hubungan yang signifikan antara perilaku hidup sehat dan prestasi belajar, dengan nilai $r_{x1.y} = 0,744 > r(0.05)(215) = 0,133$. (2) Ada hubungan yang signifikan antara motivasi belajar dan prestasi belajar, dengan nilai $r_{x2.y} = 0,614 > r(0.05)(215) = 0,133$. (3) Ada hubungan yang signifikan

antara kecerdasan inteligensi dan prestasi belajar, dengan nilai $r_{x3.y} = 0,617 > r(0.05)(215) = 0,133$. (4) Ada hubungan yang signifikan antara perilaku hidup sehat, motivasi belajar, kecerdasan inteligensi dengan prestasi belajar, dengan nilai F hitung 27,522 dan $R_{x1.x2. x3.y} = 0,751 > R(0.05)(215) = 0,133$.

C. Kerangka Berpikir.

Hasil belajar peserta didik dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah faktor internal. Faktor internal yang dimaksud adalah kebugaran jasmani, motivasi belajar, kecerdasan intelektual dan kebiasaan belajar memiliki sumbangan yang bermakna terhadap peningkatan Hasil belajar pendidikan jasmani. Kerangka berpikir akan dijelaskan sebagai berikut:

1. Hubungan Kebugaran Jasmani dengan Hasil Belajar

Kebugaran jasmani merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi hasil belajar, motivasi belajar dan kebiasaan belajar. Kebugaran jasmani merupakan kemampuan peserta didik ketika melakukan aktivitas tanpa kelelahan yang berarti. Kebugaran jasmani yang baik dalam belajar dapat berdampak pada output hasil belajar peserta didik. Kebugaran jasmani terbentuk melalui olahraga teratur pola makan yang sehat serta waktu istirahat yang teratur. Kebugaran jasmani yang baik akan menghasilkan hasil belajar yang baik.

Kebugaran jasmani merupakan faktor yang dapat mempengaruhi hasil belajar pendidikan jasmani peserta didik, kebugaran jasmani juga bisa mempengaruhi motivasi belajar peserta didik. Ketika ada peserta didik yang memiliki kebugaran jasmani yang baik maka peserta didik akan merasa nyaman dalam belajar. Hal itu akan berdampak pada motivasi peserta didik untuk belajar dan tentunya akan berdampak positif terhadap hasil belajar peserta didik. Berdasarkan uraian tersebut kebugaran jasmani yang baik dapat mendukung tercapainya tujuan belajar, dapat memicu motivasi peserta didik dalam belajar.

2. Hubungan Motivai Belajar dengan Hasil Belajar

Motivasi belajar merupakan hal penting dalam mencapai hasil belajar optimal. Motivasi belajar membuat peserta didik terdorong mempelajari materi pembelajaran dan membuat peserta didik dapat memahami materi dengan baik. Motivasi belajar tentunya juga akan membuat peserta didik lebih sering untuk belajar, hal itu akan menimbulkan dampak yang positif untuk kebaisaan belajar peserta didik. Peserta didik akan aktif dalam belajar, mengikuti pelajaran dengan penuh perhatian, aktif dalam membuat catatan, setelah dirumah akan mengulangi materi yang telah diterima di sekolah, dan dapat berkonsentrasi dalam belajar.

Motivasi belajar peserta didik yang tinggi untuk meraih hasil belajar yang baik akan membuat peserta didik tekun dalam mengikuti pembelajaran, ulet dalam menghadapi kesulitan, mendalami materi,

senang memecahkan masalah, dan berminat terhadap materi yang belum dikuasai.

3. Hubungan Kecerdasan intelektual dengan hasil belajar

Kecerdasan intelektual merupakan fenomena yang melibatkan penilaian mengenai kemampuan seseorang untuk mengamati, menganalisis dan menafsirkan keadaan dan juga bakat intelektual seorang individu. dengan tingkat kecerdasan yang tinggi akan mempermudah peserta didik menerima materi pelajaran dan dapat semaksimal mungkin untuk memecahkan masalah yang dihadapinya serta harus didukung dengan kebiasaan belajar yang baik, dengan begitu kecerdasan intelektual akan membantu peserta didik untuk mendapatkan hasil belajar yang baik.

4. Hubungan Kebiasaan Belajar dengan Hasil Belajar

Kebiasaan belajar merupakan suatu cara yang dilakukan oleh seseorang secara berulang-ulang, dan pada akhirnya menjadi suatu ketepatan dan bersifat otomatis. Kebiasaan yang efektif dan efisien diperlukan oleh setiap orang dalam aktivitas belajarnya karena sangat berpengaruh terhadap pemahaman dan hasil belajar yang akan mereka raih. Jika peserta didik ingin mendapatkan hasil belajar pendidikan jasmani yang baik maka harus memiliki kebiasaan belajar yang baik, hal itu membuat peserta didik mudah paham dengan materi yang disampaikan oleh guru sebab peserta didik sudah terbiasa dengan mempelajari materi-materi dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

5. Hubungan Kebugaran Jasmani, Motivai Belajar, Kecerdasan Intelektual dan Kebiasaan Belajar dengan Hasil Belajar

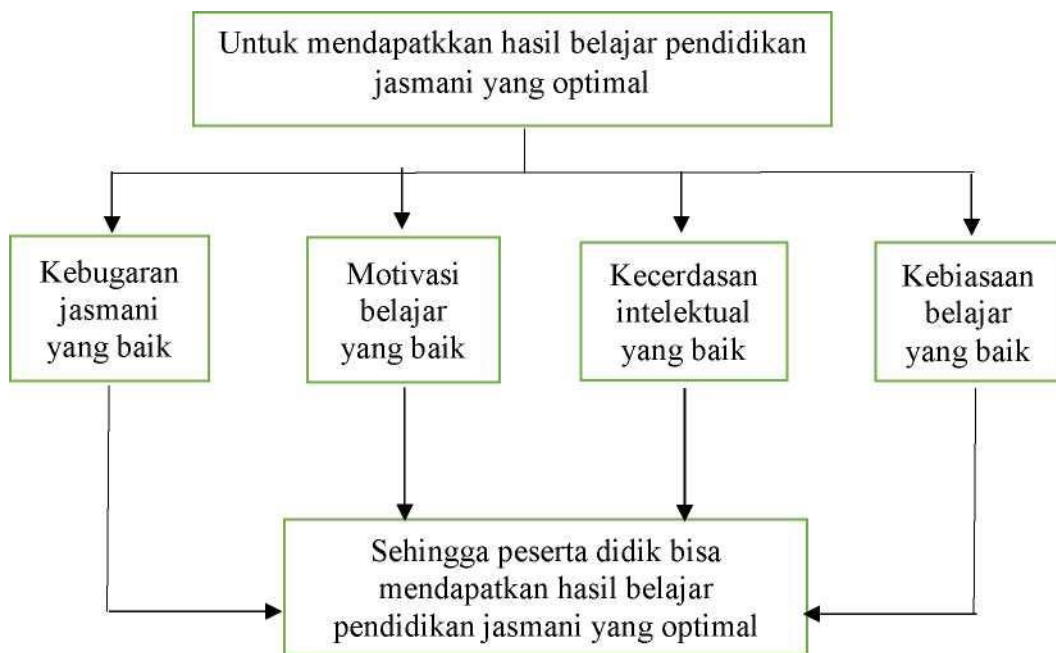
Hasil belajar merupakan akibat dari adanya proses belajar. hasil belajar dapat dipengaruhi dari kebugaran jasmani, motivasi belajar, kecerdasan intelektual, dan kebiasaan siswa dalam belajar. Kebugaran jasmani akan membuat siswa bersemangat dalam mengikuti pelajaran. Kebiasaan siswa dalam belajar juga dipengaruhi oleh situasi lingkungan belajarnya.

Kebugaran jasmani yang baik dapat meningkatkan motivasi peserta didik dalam belajar kemudian akan meningkatkan kualitas kebiasaan belajar peserta didik. Motivasi belajar yang besar dalam belajar didukung oleh dorongan dari berbagai pihak dapat menumbuhkan dorongan seorang siswa untuk melakukan usaha dalam meraih hasil belajar yang baik. Hasil belajar tentunya juga dipengaruhi oleh kecerdasan intelektual yang tinggi dari peserta didik.

Kebugaran jasmani yang baik dapat meningkatkan kualitas kebiasaan belajar peserta didik dan juga dapat meningkatkan kualitas proses belajar yang berdampak pada hasil belajar peserta didik. Motivasi belajar mampu merangsang peserta didik untuk aktif dalam melakukan kegiatan belajar. Kecerdasan intelektual akan membuat peserta didik dalam hal menalar materi yang disampaikan oleh guru.

Kebugaran jasmani, motivasi belajar, kecerdasan intelektual, dan kebiasaan belajar secara bersama-sama saling memperkuat dalam

pengaruhnya terhadap hasil belajar. Kebugaran jasmani yang baik, motivasi belajar yang baik, kecerdasan intelektual yang baik ditambah dengan kebiasaan belajar yang baik dapat meningkatkan hasil belajar yang baik pula. Adapun gambar kerangka berpikir penelitian ini adalah sebagai berikut:



Gambar 1. Kerangka Berpikir Penelitian

D. Hipotesis Penelitian

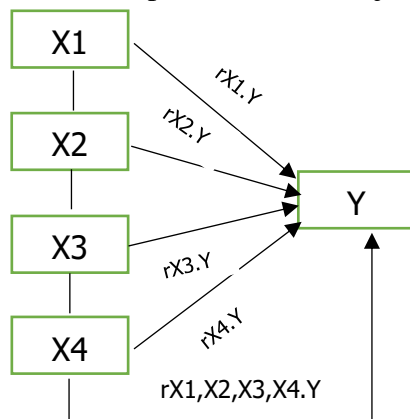
Berdasarkan kajian teori dan kerangka berfikir di atas, maka dapat diambil hipotesis sebagai berikut:

1. Ada hubungan yang signifikan antara kebugaran jasmani dengan hasil belajar.
2. Ada hubungan yang signifikan antara motivasi belajar dengan hasil belajar.
3. Ada hubungan yang signifikan antara kecerdasan intelektual dengan hasil belajar.
4. Ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan belajar dengan hasil belajar.
5. Ada hubungan yang signifikan antara kebugaran jasmani, motivasi belajar, kecerdasan intelektual, dan kebiasaan belajar secara bersama-sama dengan hasil belajar.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian korelasional yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel atau lebih. Dalam penelitian ini terdapat empat variabel bebas yaitu Kebugaran Jasmani, Motivasi Belajar, Kecerdasan Intelektual, dan Kebiasaan Belajar serta variabel terikat yaitu Hasil Belajar Pendidikan Jasmani. Digunakannya analisis korelasi menurut Sugiyono (2018: 272) adalah: “Untuk menerangkan kekuatan dan arah hubungan antar variabel”. Analisis korelasi bertujuan untuk mengukur kekuatan hubungan linier antara dua variabel. Tahap analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji validitas, uji reliabilitas, uji prasyarat, dan pengujian hipotesis menggunakan uji R dan uji F. Adapun desain dari penelitian ini disajikan seperti berikut:



Gambar 2. Desain Penelitian

Keterangan:

X1: Kebugaran Jasmani

X2: Motivasi Belajar

X3: Kecerdasan Intelektual

X4: Kebiasaan Belajar

Y: Hasil Belajar

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Sugiyono (2018:39) variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Dalam penelitian ini terdiri dari variabel bebas dan variabel terikat. Operasional variabel diperlukan untuk menjabarkan variabel penelitian ke dalam konsep dimensi dan indikator. Disamping itu, tujuannya adalah untuk memudahkan pengertian dan menghindari perbedaan persepsi dalam penelitian ini dan dapat dilakukan secara benar sesuai dengan judul penelitian.

Agar tidak terjadi salah pengertian tentang istilah yang ada pada tiap-tiap variabel penelitian maka dalam penelitian ini perlu ada definisi operasional variabel. Adapun istilah yang dimaksud adalah sebagai berikut:

1. Kebugaran Jasmani

Kebugaran Jasmani adalah kemampuan seseorang untuk melakukan aktivitas sehari-hari tanpa mengalami kelelahan yang berarti dan akan diukur dengan menggunakan Tes Kebugaran Jasmani Indonesia.

2. Motivasi Belajar

Motivasi Belajar adalah besarnya dorongan yang timbul baik dari dalam diri sendiri maupun dari luar yang mendorong individu melakukan perubahan tingkah laku untuk mencapai keberhasilan dalam proses belajar. skor motivasi yang diperoleh dari responden yaitu peserta didik melalui angket.

3. Kecerdasan Intelektual

Kecerdasan Intelektual adalah kemampuan untuk bertindak secara terarah, berfikir secara rasional, dan menghadapi lingkungan secara efektif. Untuk mengetahui seberapa tinggi atau rendah tingkat kecerdasan peserta didik akan menggunakan hasil tes IQ yang sudah ada dan telah dilakukan oleh sekolah.

4. Kebiasaan Belajar

Kebiasaan belajar merupakan salah satu faktor yang berpengaruh dalam pencapaian hasil belajar peserta didik. Untuk mengukur kebiasaan belajar peserta didik peneliti menggunakan angket kuisioner berupa pernyataan dari peserta didik. Angket yang digunakan yang disusun oleh peneliti kemudian diuji coba dahulu sebelum digunakan untuk penelitian.

5. Hasil Belajar Pendidikan Jasmani

Hasil belajar merupakan produk evaluasi dari penampilan peserta didik selama mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah. Peserta didik menunjukkan kemampuannya baik secara kognitif, afektif, dan psikomotor. Indikator hasil belajar pendidikan jasmani peserta didik adalah dengan melihat dokumen nilai rata-rata raport peserta didik semester ganjil tahun pelajaran 2021/2022.

C. Waktu dan Tempat Penelitian

Pengambilan data dilaksanakan pada bulan Januari-Februari bertempat di SMA Negeri se-DIY yang terdapat kelas khusus olahraga, Adapun jadwal pelaksanaan sebagai berikut:

1. Uji Coba Angket Motivasi Belajar pada tanggal 21-22 Januari 2022.
2. Uji Coba Angket Kebiasaan Belajar pada tanggal 21-22 Januari 2022.
3. Tes Kebugaran Jasmani pada tanggal 31 Januari-12 Februari.
4. Pengambilan data Kecerdasan Intelektual pada tanggal 31 Januari-12 Februari 2022.
5. Tes Motivasi Belajar Peserta didik pada tanggal 31 Januari-12 Februari 2022.
6. Tes Kebiasaan Belajar Peserta Didik pada tanggal 31 Januari-12 Februari 2022.
7. Pengambilan data hasil belajar pendidikan jasmani peserta didik pada tanggal 31 Januari-12 Februari 2022.

D. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi merupakan objek dalam penelitian ini dan dengan menentukan populasi maka peneliti akan mampu melakukan pengolahan data dan untuk mempermudah pengolahan data maka peneliti akan mengambil bagian dan jumlah dari karakteristik yang dimiliki oleh populasi yang disebut sampel. Sampel penelitian diperoleh dari teknik sampling tertentu. sedangkan sampel adalah sebagian dari populasi yang diteliti. Sampel merupakan sebagian atau bertindak sebagai perwakilan dari populasi sehingga hasil penelitian yang berhasil diperoleh dari sampel dapat digeneralisasikan pada populasi. Penarikan sampel diperlukan jika populasi yang diambil sangat besar, dan peneliti memiliki keterbatasan untuk menjangkau seluruh populasi.

1. Populasi

Sugioyono (2018: 80), populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang menjadi kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik Sekolah Menengah Atas Negeri Kelas Khusus Olahraga se-Daerah Istimewa Yogyakarta yang berjumlah 8 sekolah dan jumlah peserta didik yang berusia 16-19 tahun adalah 559 peserta didik.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Pengertian sampel menurut Sugiyono (2018:81) adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut sampel yang diambil dari populasi tersebut harus betul-betul *representative* (mewakili). Ukuran sampel merupakan banyaknya sampel yang akan diambil dari suatu populasi.

Sampel yang terlalu kecil dapat menyebabkan penelitian tidak dapat menggambarkan kondisi populasi yang sesungguhnya. Sebaliknya, sampel yang terlalu besar dapat mengakibatkan pemborosan biaya penelitian. Salah satu metode yang digunakan untuk menentukan jumlah sampel adalah menggunakan rumus Slovin (Sevilla et. al., 2013:182), sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Keterangan

n = Jumlah sampel

N = Jumlah populasi

e = Batas toleransi kesalahan (error tolerance).

Besaran atau ukuran sampel sangat tergantung dari besaran tingkat ketelitian atau toleransi kesalahan (*error tolerance*) yang diinginkan peneliti. Pada penelitian ini tingkat toleransi kesalahan penelitian maksimal adalah 5% (0,05). Makin besar tingkat kesalahan maka makin kecil jumlah sampel. Namun semakin besar jumlah sampel (semakin mendekati populasi) maka semakin kecil peluang kesalahan generalisasi dan sebaliknya. Dalam penelitian ini, peneliti mengambil toleransi kesalahan sebesar 5% (0,05).

Berdasarkan rumus di atas, maka jumlah sampel yang akan diambil dalam penelitian adalah:

$$\begin{aligned} n &= \frac{559}{1 + 559 \cdot (0,05)^2} \\ &= \frac{559}{2,4} \\ &= 233 \end{aligned}$$

Dari hasil perhitungan tersebut dapat diketahui jumlah sample total adalah 233 peserta didik. Kemudian dilakukan penentuan jumlah sampel pada masing-masing sekolah dengan menentukan proporsinya sesuai

dengan jumlah peserta didik pada sekolah menengah atas negeri kelas khusus olahraga yang akan diteliti. Jumlah sampel setiap sekolah didapatkan dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$N = \frac{n}{S} \times n$$

Keterangan:

N : jumlah sampel tiap sekolah

n : jumlah populasi tiap sekolah

S : jumlah total populasi di semua sekolah

Hasil yang didapatkan dari masing-masing proporsional random sampling adalah sebagai berikut:

| | |
|--|-----------------------------------|
| Sekolah Menengah Atas Negeri Yogyakarta | $\frac{74}{559} \times 233 = 31$ |
| Sekolah Menengah Atas Negeri Sleman | $\frac{137}{559} \times 233 = 57$ |
| Sekolah Menengah Atas Negeri Bantul | $\frac{104}{559} \times 233 = 43$ |
| Sekolah Menengah Atas Negeri Gunungkidul | $\frac{128}{559} \times 233 = 54$ |
| Sekolah Menengah Atas Negeri Kulon Progo | $\frac{116}{559} \times 233 = 48$ |

Tabel 1. Jumlah Populasi dan Sampel Penelitian

| No. | Kota/Kabupaten di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta | Jumlah Sekolah | Populasi Peserta didik Usia 16-19 Tahun | Sampel Peserta didik usia 16-19 tahun |
|-----|---|----------------|---|---------------------------------------|
| 1. | Yogyakarta | 1 Sekolah | 74 | 31 |
| 2. | Sleman | 2 Sekolah | 137 | 57 |
| 3. | Bantul | 1 Sekolah | 104 | 43 |
| 4. | Gunungkidul | 2 Sekolah | 128 | 54 |
| 5. | Kulon Progo | 2 Sekolah | 116 | 48 |
| | Jumlah | 8 Sekolah | 559 | 233 |

Sumber: Observasi Peneliti

3. Teknik Pengambilan Sampel

Pada penelitian ini digunakan teknik pengambilan Sampel Proporsional Random Sampling dengan alasan bahwa kelas khusus olahraga yang memiliki kebugaran jasmani yang lebih baik daripada yang kelas non olahraga. Sugiyono (2018: 131) Proporsional Random Sampling yaitu cara pengambilan sampel dari anggota populasi dengan menggunakan cara acak tanpa memperhatikan strata dalam populasi tersebut. Cara yang ditempuh dengan mengundi sampel penelitian.

Langkah-langkah yang dimaksudkan adalah:

- a) Masing-masing sekolah menengah atas negeri kelas khusus olahraga akan dipilih sejumlah peserta didik sesuai dengan jumlah yang ditentukan sebelumnya
- b) dibuat potongan kertas kecil sejumlah peserta didik di sekolah menengah atas negeri kelas khusus olahraga
- c) nama-nama peserta didik yang ditulis pada potongan kertas, kemudian digulung dan dimasukkan dalam botol dan dikocok, lalu dikeluarkan satu persatu

- d) kertas yang keluar, dicatat sebagai sampel kemudian dikembalikan ke botol, lalu dikocok untuk mendapatkan sampel berikutnya
- e) jika yang keluar nama yang sudah menjadi sampel, maka dikembali lagi dan dikocok lagi hingga keluar nama yang lain sebanyak jumlah peserta didik yang dibutuhkan. Begitu dilakukan seterusnya pada peserta didik kelas khusus olahraga yang lain hingga terpenuhi sejumlah peserta didik yang akan dijadikan sampel penelitian.

E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan alat bantu pada waktu penelitian menggunakan suatu metode pengumpulan data. Instrumen yang akan digunakan dalam pengambilan data masing-masing variabel adalah sebagai berikut:

- a. Instrumen yang digunakan untuk mengukur kebugaran jasmani menggunakan Tes Kebugaran Jasmani Indonesia dengan validitas sebesar 0,96 untuk putra 0,71 untuk putri dan reliabilitas sebesar 0,72 untuk putra 0,67 untuk putri (Kemendiknas, (2010: 3)
- b. Instrumen yang digunakan untuk mengukur motivasi belajar pendidikan jasmani dengan menggunakan angket kuesioner validitasnya $>0,17$ dan reliabilitas sebesar 0,94.
- c. Instrumen yang digunakan untuk mengukur kecerdasan intelektual dengan menggunakan hasil tes IQ yang sudah ada yang sudah pernah dilakukan oleh pihak sekolah dengan validitas sebesar 0,64 dan reliabilitas sebesar 0,84.

- d. Instrumen yang digunakan untuk mengetahui kebiasaan belajar peserta didik menggunakan angket kuesioner validitasnya $> 0,17$ dan reliabilitas sebesar 0,88.
- e. Instrumen yang digunakan untuk menentukan hasil belajar siswa adalah menggunakan buku raport siswa semester dua (genap) tahun ajaran 2020/2021.

2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan tes, yaitu mengukur dan dokumentasi. Tes dan pengukuran dilihat dari hasil kebugaran jasmani, motivasi belajar, kecerdasan intelektual, dan kebiasaan belajar sedangkan hasil belajar pendidikan jasmani dilihat dari nilai raport semester genap tahun ajaran 2020/2021. Adapun instrumen yang digunakan adalah sebagai berikut:

a. Instrumen Untuk Mengukur Kebugaran Jasmani

1) Tes Lari 15 menit

Tes ini adalah salah satu tes lapangan yang berfungsi untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani. Para olahragawan menggunakan jarak tempuh lari selama 15 menit. Dan hasilnya dikonfirmasi ke dalam table kategori kebugaran jasmani untuk menetapkan status kebugaran peserta tes.

2) Tes Lari 2,4 KM

Tes lari 2,4 Km ini adalah tes lapangan untuk mengukur kebugaran jasmani seseorang melalui kecepatan lari dengan menempuh

jarak 2,4 Km. Pengukuran kebugaran jasmani yang dilakukan dengan menggunakan tes lari 2,4 km bertujuan untuk mengetahui daya tahan kerja jantung dan pernapasan (kebugaran aerobik). Tes ini mengukur waktu tempuh sejauh 2,4 Km dan waktu yang dicatat dimasukkan ke dalam table kategori kebugaran. Waktu yang dicatat dalam satuan menit dua angka dibelakang koma.

3) Multistage Fitness Test (MFT)

Tes ini mengukur koordinasi jantung paru dan pembuluh darah atau Cardiovascular. Pada tes ini testi melakukan lari 20 meter secara bolak-balik dengan lebar lintasan satu hingga satu setengah meter untuk setiap testi, Tes ini bersifat langsung dilakukan dilapangan terbuka dengan serangkaian nada untuk menentukan irama setiap shuttle-nya. Rangkaian nada yang berupa bunyi “tut” yang telah direkam dan rangkaian sistematis dalam kaset atau media penyimpan lainnya. Pada awal tes irama akan berjalan lambat, secara bertahap irama akan lebih cepat sehingga semakin akhir sesi akan semakin cepat irama shuttle yang harus dilakukan testi. Testi akan berhenti apabila tidak mampu lagi mempertahankan ketepatan langkahnya, tahap ini menunjukkan tingkat konsumsi oksigen maksimal yang dimiliki testi tersebut. Berdasarkan hasil penelitian tes ini memiliki validitas yang tinggi untuk mengukur kemampuan seseorang menghirup oksigen secara maksimal dalam waktu tertentu.

4) Tes Kesegaran Jasmani Indonesia (TKJI)

Tes Kesegaran Jasmani Indonesia adalah untuk mengukur dan menentukan tingkat kebugaran jasmani. TKJI ini merupakan tes tergolong yaitu untuk anak umur 6-9 tahun, 10-12 tahun, umur 13-15 tahun, dan umur 16-19 tahun. Berikut ini akan dijelaskan tentang Tes Kesegaran Jasmani Indonesia (TKJI):

- a) Tes Kesegaran Jasmani Indonesia berupa serangkaian tes yang terdiri dari:
 - 1) Lari 60 meter
 - 2) Gantung siku tekuk 60 detik
 - 3) Baring duduk 60 detik
 - 4) Lari 1200 meter

- b) Tes Kesegaran Jasmani Indonesia ini memerlukan alat dan fasilitas diantaranya:
 - 1) Lintas lari atau lapangan yang datar dan tidak licin
 - 2) Stopwatch
 - 3) Bendera start
 - 4) Tiang pancang
 - 5) Nomor dada
 - 6) Palang tunggal
 - 7) Papan berskala untuk loncat tegak
 - 8) Serbuk kapur
 - 9) Formulir isian dan alat tulis
 - 10) Pluit
 - 11) Alat tulis

- c) Tes Kesegaran Jasmani Indonesia ini merupakan rangkaian tes oleh karena itu semua tes harus dilakukan dalam satu satuan waktu. Urutannya adalah sebagai berikut:
 - 1) Lari 60 meter
 - 2) Gantung siku tekuk
 - 3) Baring duduk 60 detik
 - 4) Loncat tegak
 - 5) Lari 1000 meter untuk putri dan 1200 meter untuk putra

5) Harvard Step-Ups Test

Tes ini adalah pengukuran untuk mengetahui kemampuan aerobik. Tes *Harvard Step-Ups Test* merupakan tes ketahanan terhadap kardiovaskuler. Tes ini menghitung kemampuan untuk berolahraga secara terus menerus dalam jangka waktu yang lama tanpa kelelahan. Dengan melangkah naik turun bangku pada papan setinggi 50 cm dengan jumlah 30 langkah permenit dalam waktu 5 menit atau sampai kelelahan. Kemudian didudukkan atau merupakan akhir tes dan denyut jantung dihitung dalam 1 sampai 1,5, 2 sampai 2,5 dan 3 sampai 3,5 menit.

Dalam penelitian ini tes yang digunakan untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani peserta didik adalah dengan menggunakan Tes Kebugaran Jasmani Indonesia. Berikut adalah rangkaian dalam menggunakan Tes Kebugaran Jasmani Indonesia:

Tes Kesegaran Jasmani Indonesia adalah untuk mengukur dan menentukan tingkat kebugaran jasmani. TKJI ini merupakan tes tergolong yaitu untuk anak umur 6-9 tahun, 10-12 tahun, umur 13-15 tahun, dan umur 16-19 tahun. Berikut ini akan dijelaskan tentang Tes Kesegaran Jasmani Indonesia (TKJI):

- a) Tes Kesegaran Jasmani Indonesia berupa serangkaian tes yang terdiri dari:
 - 1) Lari 60 meter
 - 2) Gantung siku tekuk 60 detik
 - 3) Baring duduk 60 detik
 - 4) Lari 1200 meter

- b) Tes Kesegaran Jasmani Indonesia ini memerlukan alat dan fasilitas diantaranya:
- 1) Lintas lari atau lapangan yang datar dan tidak licin
 - 2) Stopwatch
 - 3) Bendera start
 - 4) Tiang pancang
 - 5) Nomor dada
 - 6) Palang tunggal
 - 7) Papan berskala untuk loncat tegak
 - 8) Serbuk kapur
 - 9) Formulir isian dan alat tulis
 - 10) Pluit
 - 11) Alat tulis
- c) Tes Kesegaran Jasmani Indonesia ini merupakan rangkaian tes oleh karena itu semua tes harus dilakukan dalam satu satuan waktu. Urutannya adalah sebagai berikut:
- 1) Lari 60 meter
 - 2) Gantung siku tekuk
 - 3) Baring duduk 60 detik
 - 4) Loncat tegak
 - 5) Lari 1000 meter untuk putri dan 1200 meter untuk putra
- d) Petunjuk Umum
- 1) Peserta tes
 - a) Dalam kondisi sehat dan siap untuk melaksanakan tes.
 - b) Diharapkan sudah makan maksimal 2 jam sebelum tes.
 - c) Memakai sepatu dan pakaian olahraga.
 - d) Melakukan pemanasan (*warming up*).
 - e) Memahami tata cara pelaksanaan tes
 - f) Jika tidak dapat melaksanakan salah satu/lebih dari tes maka tidak mendapatkan nilai/gagal.
 - 2) Petugas tes
 - a) Mengarahkan peserta untuk melakukan pemanasan (*warming up*).
 - b) Memberikan nomor dada yang jelas dan mudah dilihat petugas.
 - c) Memberikan pengarahan kepada peserta tentang petunjuk pelaksanaan tes dan mengizinkan mereka untuk mencoba gerakan-gerakan tersebut.
 - d) Memperhatikan kecepatan perpindahan pelaksanaan butir tes ke butir tes berikutnya dengan tempo sesingkat mungkin dan tidak menunda waktu.
 - e) Tidak memberikan nilai pada peserta yang tidak dapat melakukan satu butir tes atau lebih.
 - f) Mencatat hasil tes menggunakan formulir tes perorangan.

Langkah-langkah menilai hasil tes kebugaran jasmani:

1) Hasil kasar

Hasil setiap item tes yang dicapai oleh peserta didik yang telah mengikuti tes disebut hasil kasar. Tingkat kebugaran jasmani peserta didik tidak dapat dinilai secara langsung berdasarkan hasil yang telah dicapai. Karena satuan ukuran yang dipakai masing-masing item tes tidak sama.

2) Nilai tes

Hasil kasar yang masih merupakan satuan ukuran yang berbeda-beda tersebut perlu diganti, pengganti ini adalah nilai. Nilai tes kebugaran jasmani peserta didik diperoleh dengan mengubah hasil kasar setiap item tes menjadi nilai terlebih dahulu. Setelah hasil kasar item tes diubah menjadi nilai, langkah berikutnya adalah menjumlahkan nilai-nilai dari kelima item tes tersebut. Hasil penjumlahan tersebut menjadi dasar untuk menentukan klasifikasi kebugaran jasmani peserta didik.

Ketentuan untuk mengubah hasil kasar menjadi nilai dan norma tes kebugaran jasmani dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 2. Nilai Tes Kebugaran Jasmani Indonesia Usia 16-19 Tahun Putra

| No. | Lari 60 m | Gantung Angkat Tubuh | Baring Duduk 60 detik | Loncat tegak | Lari 1200 m | Nilai | Kategori |
|-----|-----------|----------------------|-----------------------|--------------|-------------|-------|---------------|
| 1. | ≤ 7,2" | ≥19 | ≥41 | ≥73 | ≤3,4" | 5 | Baik sekali |
| 2. | 7,3"-8,3" | 14-18 | 30-40 | 60-72 | 3,15"-4,25" | 4 | Baik |
| 3. | 8,4"-9,6" | 9-13 | 21-29 | 50-59 | 4,26"-5,12" | 3 | Sedang |
| 4. | 9,7"-11" | 5-8 | 10-20 | 39-49 | 5,13"-6,33" | 2 | Kurang |
| 5. | 11,1"-dst | 0-4 | 0-9 | ≤38 | ≥6,35" | 1 | Kurang sekali |

Sumber: (Kemendiknas 2010: 28).

Tabel 3. Nilai Tes Kebugaran Jasmani Indonesia Usia 16-19 Tahun Putri

| No. | Lari 60 m | Gantung Siku Tekuk | Baring Duduk 60 detik | Loncat tegak | Lari 1200 m | Nilai | Kategori |
|-----|-------------|--------------------|-----------------------|--------------|-------------|-------|---------------|
| 1. | ≤8,4" | >40" | ≥29 | ≥50 | ≤3,52" | 5 | Baik sekali |
| 2. | 8,5"-9,8" | 20"-39" | 20-28 | 39-49 | 3,53"-4,56" | 4 | Baik |
| 3. | 9,9"-11,4" | 08"-19" | 10-19 | 31-38 | 4,57"-5,58" | 3 | Sedang |
| 4. | 11,5"-13,4" | 03"-07" | 3-9 | 23-30 | 5,59"-7,23" | 2 | Kurang |
| 5. | ≥ 13,5" | 0-02" | 0-2 | ≤22 | ≥7,24" | 1 | Kurang sekali |

Sumber: (Kemendiknas 2010: 28).

Hasil data taksiran tersebut kemudian dikelompokkan dalam lima klasifikasi kebugaran jasmani yaitu kurang sekali, kurang, sedang, baik, dan baik sekali. Penghitungan tersebut berdasarkan statistik data taksiran, kemudian dibuat tabel dan grafik mengenai tingkat kebugaran jasmani peserta didik. Adapun tabelnya sebagai berikut:

Tabel 4. Norma Penilaian Tes Kebugaran jasmani Indonesia Usia 16- 19 Tahun

| No. | Jumlah Nilai | Klasifikasi |
|-----|--------------|--------------------|
| 1. | 22-25 | Baik Sekali (BS) |
| 2. | 18-21 | Baik (B) |
| 3. | 14-17 | Sedang (S) |
| 4. | 10-13 | Kurang (K) |
| 5. | 5-9 | Kurang Sekali (KS) |

Sumber: (Kemendiknas, 2010: 30).

b. Instrumen Untuk Mengukur Motivasi Belajar

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu angket yang telah disesuaikan dengan teori kebutuhan Maslow digunakan untuk mengukur tingkat motivasi belajar peserta didik. Kuesioner dalam penelitian ini disusun oleh peneliti dan berjumlah sebanyak 30 butir pernyataan yang berkaitan dengan faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik. Instrumen ini sebelumnya telah divalidasi oleh Dr. Komarudin, M.A dan Dr. Ermawan Susanto, M.Pd. Tingkat validitas dan reliabilitas instrumen akan diuji cobakan . Adapun kisi- kisi uji coba instrumen sebagai berikut:

Tabel 5. Kisi-Kisi Instrumen Kuesioner Motivasi Belajar

| Variabel | Faktor | Indikator | Butir Soal | |
|------------------|------------|--|----------------|----------|
| | | | + | - |
| Motivasi Belajar | Intrinsik | a. Adanya hasrat dan keinginan berhasil | 1, 2, 4, 5 | 3 |
| | | b. Adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar | 6, 7 | 8, 9, 10 |
| | | c. Adanya harapan dan cita-cita masa depan | 11, 12, 13, 14 | 15 |
| | Ekstrinsik | a. Adanya penghargaan dalam belajar | 16, 17, 19 | 18, 20 |
| | | b. Adanya keinginan yang menarik dalam belajar | 21, 22, 23 | 24, 25 |
| | | c. Adanya lingkungan yang kondusif | 26, 27, 28 | 29, 30 |

Tabel 6. Skor Jawaban Instrumen Kuesioner

| No. | Alternatif Jawaban | Pernyataan Positif | Pernyataan Negatif |
|-----|---------------------|--------------------|--------------------|
| 1. | Sangat Setuju | Skor 5 | Skor 1 |
| 2. | Setuju | Skor 4 | Skor 2 |
| 3. | Kurang Setuju | Skor 3 | Skor 3 |
| 3 | Tidak Setuju | Skor 2 | Skor 4 |
| .4 | Sangat tidak Setuju | Skor 1 | Skor 5 |

Angket yang telah disusun sebelum digunakan untuk mengumpulkan data yang sebenarnya maka terlebih dahulu harus diuji cobakan (Try Out). Uji coba dimaksudkan untuk mendapat instrumen yang benar-benar valid dan reliabel. Untuk mengetahui validitas dan reliabilitas instrumen, maka perlu dilakukan uji validitas dan reliabilitas instrumen. Selengkapnya dijelaskan sebagai berikut:

1) Uji Validitas

Uji validitas item merupakan uji instrumen data untuk mengetahui seberapa cermat suatu item dalam mengukur apa yang ingin diukur. Item dapat dikatakan valid jika adanya korelasi yang signifikan dengan skor totalnya, hal ini menunjukkan adanya dukungan item tersebut dalam mengungkapkan sesuatu yang ingin diungkap. Item biasanya berupa pertanyaan-pertanyaan yang ditujukan kepada responden dengan menggunakan bentuk kuesioner dengan tujuan untuk mengungkap sesuatu (Priyatno, 2016: 51).

Dalam penelitian ini validitas instrument diuji dengan menggunakan bantuan program SPSS 26 dengan metode korelasi product moment. Teknik uji validitas instrumen dengan korelasi product moment yaitu dengan mengkorelasikan skor tiap item dengan skor total

yang merupakan jumlah tiap skor item.

Priyatno (2016:55) apakah item-item setiap instrumen valid atau tidak valid dapat dilakukan dengan dua cara yaitu:

- a) Dalam menentukan apakah item valid atau tidak valid maka dilihat pada nilai signifikansi kurang dari 0,05 maka item valid, tetapi jika nilai signifikansi lebih dari 0,05 maka tidak valid.
- b) Dengan membandingkan r hitung (nilai pearson correlation) dengan r tabel (didapat dari tabel r). Jika nilai positif dan r hitung $>$ r tabel, maka item dapat dinyatakan valid. Jika r hitung $<$ r tabel, maka item dinyatakan tidak valid.

Berdasarkan uji validitas yang sudah dilakukan dari keseluruhan 30 butir pernyataan didapatkan hasil yang valid untuk masing-masing butir pernyataan. Berdasarkan perhitungan SPSS didapati 30 butir pernyataan tersebut mendapat nilai r hitung $>$ r tabel dan sig $<$ 0,05. Adapun r hitung yang didapat adalah $>$ r tabel 0,179 dengan begitu maka seluruh butir pernyataan motivasi belajar dapat dinyatakan VALID.

2) Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas digunakan untuk mengetahui keajegan atau konsistensi alat ukur yang biasanya digunakan koesioner. Maksudnya apakah alat ukur tersebut akan mendapatkan pengukuran yang tetap konsisten jika pengukuran diulang kembali. Metode yang sering digunakan untuk mengukur skala rentang adalah Cronbach Alpha. Uji reabilitas merupakan kelanjutan dari uji validitas, dimana item yang masuk pengujian adalah item yang valid saja. Untuk menentukan apakah instrument reliable atau tidak menggunakan batasan 0,6.

Menurut Priyatno (2016: 60) 0,8 dapat diterima dan diatas 0,8 adalah baik sekali. Jika dilihat dari tabel maka koefisien reliabilitas adalah sebagai berikut:

Tabel 7. Standar untuk Menginterpretasikan Koefisien Reliabilitas

| Koefisien Reliabilitas | Kategori |
|-------------------------------|---------------------|
| 0,95-0,99 | <i>Excellent</i> |
| 0,90-0,94 | <i>Very Good</i> |
| 0,80-0,89 | <i>Acceptable</i> |
| 0,70-0,79 | <i>Poor</i> |
| 0,60-0,79 | <i>Questionable</i> |

Berdasarkan uji reliabilitas yang sudah dilakukan untuk instrumen motivasi belajar dan didapati nilai koefisien reliabilitas nya pada nilai 0,941 maka instrumen motivasi belajar dapat dikategorikan pada kategori *Very Good* atau baik sekali.

c. Instrumen Untuk Mengukur Kecerdasan Intelektual

Intelligence Structure Test (IST) merupakan alat tes inteligensi yang dikembangkan oleh Rudolf Amthaeur di Frankfrurt Main Jerman pada tahun 1953 dan telah diadaptasi di Indonesia. IST berdasarkan pada teori inteligensi yang menyatakan bahwa inteligensi merupakan suatu gestalt yang terdiri dari bagian- bagian yang saling berhubungan secara bermakna Abbamonte (2016: 6).

Norma IST tersedia untuk umur 12 tahun sampai umur 60 tahun dengan pembagian kelompok umur sebagai berikut 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19-20,21-25, 26-30, 31-35, 36-40,41-45, 46-50 dan 51-60 tahun. Norma IST per kelompok umur tersedia untuk masing-masing subtes serta norma untuk mendapatkan IQ. Norma IST disusun dengan mengubah skor

mentah menjadi Standardized Score (SS) atau skor baku dengan rata-rata (mean, disingkat M) 100 dan simpang baku (Standard Deviation, disingkat S). Penggunaan tabel norma kelompok umur sebagai berikut:

- 1) Cocokkan umur peserta tes dengan tabel norma kelompok umur.
- 2) Dapatkan skor baku atau norma SS dengan mencocokkan skor mentah (RS) peserta tes pada tabel norma subtes yang sesuai.
- 3) Pada tabel dibagian atas lembar jawaban halaman pertama, tuliskan skor mentah (RS) dan skor baku (SS) untuk subtes yang sesuai.
- 4) Menggolongkan IQ per subtes berdasarkan penggolongan Wechsler, gunakan tabel konversi SS IST ke IQ Wechsler dan persentil (semua umur) untuk mengkonversi SS ke dalam IQ Wechsler. Lalu gunakan tabel untuk penggolongan IQ berdasarkan Skala David Wechsler untuk menentukan kategori IQ. Adapun tabel penggolongan IQ adalah sebagai berikut:

Tabel 8. Penggolongan IQ berdasarkan skala David Wechsler

| <i>SS IST</i> | <i>IQ</i> | Kategori |
|----------------------|------------------|------------------------|
| > 120 | > 130 | Sangat Superior |
| 113-119 | 120-129 | Superior |
| 107-112 | 110-119 | Di atas rata-rata |
| 93-106 | 90-109 | Rata-rata |
| 87-92 | 80-89 | Di bawah rata-rata |
| 80-86 | 70-79 | Lambat Belajar |
| < 69 | < 69 | Keterbelakangan Mental |

Pengumpulan data terkait tingkat kecerdasan intelektual menggunakan hasil tes IQ yang sudah pernah dilakukan oleh pihak sekolah kemudian disesuaikan dengan tabel pengkategorian.

d. Instrumen Untuk Mengukur Kebiasaan Belajar

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu angket yang akan digunakan untuk mengetahui kebiasaan belajar peserta didik. Angket yang digunakan dalam penelitian ini disusun oleh peneliti dan berjumlah sebanyak 30 butir pernyataan. Instrumen ini sebelumnya telah divalidasi oleh Dr. Komarudin, M.A dan Dr. Ermawan Susanto, M.Pd. Tingkat validitas dan reliabilitas instrumen tersebut akan diuji cobakan pada peserta didik. Kisi-kisi uji coba instrumen sebagai berikut:

Tabel 9. Kisi-Kisi Instrumen kuesioner Kebiasaan Belajar

| No. | Faktor | Indikator | Butir Soal | |
|-----|------------|--|------------|------------|
| | | | + | - |
| 1. | Intrinsik | a. Kesadaran akan adanya manfaat dalam belajar | 1, 3, 4 | 2 |
| | | b. Aktif dalam pembelajaran | 5, 6 | 7, 8 |
| | | c. Mengulang Materi Pembelajaran | 9, 10 | 11, 12 |
| | | d. Belajar Mandiri dirumah | 13, 14 | 15, 16 |
| 2. | Ekstrinsik | a. Ajakan teman sejawat | 19, 20, 21 | 17, 18 |
| | | b. Perhatian dari orangtua | 24, 25 | 22, 23, 26 |
| | | c. Perhatian dari guru | 27, 28 | 29, 30 |

Tabel 10. Skor Jawaban Instrumen Kuesioner

| No. | Alternatif Jawaban | Pernyataan Positif | Pernyataan Negatif |
|-----|---------------------|--------------------|--------------------|
| 1. | Sangat Setuju | Skor 5 | Skor 1 |
| 2. | Setuju | Skor 3 | Skor 2 |
| 3. | Kurang Setuju | Skor 3 | Skor 3 |
| 4. | Tidak Setuju | Skor 2 | Skor 4 |
| 5. | Sangat tidak Setuju | Skor 1 | Skor 5 |

Angket yang telah disusun sebelum digunakan untuk mengumpulkan data yang sebenarnya maka terlebih dahulu harus diuji cobakan (Try Out). Uji coba dimaksudkan untuk mendapat instrumen yang benarbenar valid dan reliabel. Untuk mengetahui validitas dan reliabilitas instrumen, maka perlu dilakukan uji validitas dan reliabilitas instrumen. Selengkapnya dijelaskan sebagai berikut:

1) Uji Validitas

Uji validitas item merupakan uji instrumen data untuk mengetahui seberapa cermat suatu item dalam mengukur apa yang ingin diukur. Dapat dikatakan valid jika adanya kolerasi yang signifikan dengan skor totalnya, hal ini menunjukkan adanya dukungan item tersebut dalam mengungkapkan sesuatu yang ingin diungkap. Item biasanya berupa pernyataan yang ditujukan kepada responden dengan menggunakan bentuk kuesioner dengan tujuan untuk mengungkap sesuatu (Priyatno, 2016: 51).

Dalam penelitian ini validitas instrumen diuji dengan menggunakan bantuan program SPSS 26 dengan metode kolerasi product moment. Teknik uji validitas intrumen dengan kolerasi product moment yaitu dengan cara mengkolerasikan skor tiap item dengan skor total yang merupakan jumlah tiap skor item.

Menurut Priyatno (2016:55) apakah item-item setiap instrumen valid atau tidak valid dapat dilakukan dengan dua cara yaitu:

- a) Dalam menentukan apakah item valid atau tidak valid maka dilihat pada nilai signifikansi kurang dari 0,05 maka item valid, tetapi jika nilai signifikansi lebih dari 0,05 maka tidak valid.
- b) Dengan membandingkan r hitung (nilai pearson correlation) dengan r tabel (didapat dari tabel r). Jika nilai positif dan r hitung $>$ r tabel, maka item dapat dinyatakan valid. Jika r hitung $<$ r tabel, maka item dinyatakan tidak valid.

Berdasarkan uji validitas yang sudah dilakukan dari keseluruhan 30 butir pernyataan didapatkan hasil yang valid untuk masing-masing butir pernyataan. Berdasarkan perhitungan SPSS didapati 30 butir pernyataan tersebut mendapat nilai r hitung $>$ r tabel dan nilai sig $<$ 0,05. Adapun r hitung yang didapat adalah $>$ r tabel 0,179 dengan begitu maka seluruh butir pernyataan kebiasaan belajar dapat dinyatakan VALID.

2) Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas digunakan untuk mengetahui konsistensi alat ukur yang biasanya digunakan kuisioner. Maksudnya apakah alat ukur tersebut akan mendapatkan pengukuran yang tetap konsisten jika pengukuran diulang kembali. Metode yang sering digunakan untuk mengukur skala rentang adalah Cronbach Alpha. Uji reabilitas merupakan kelanjutan dari uji validitas, dimana item yang masuk pengujian adalah item yang valid saja. Untuk menentukan apakah instrument reliable atau tidak menggunakan batasan 0,6. Menurut Priyatno (2016: 60) 0,8 dapat diterima dan diatas 0,8 adalah baik. Jika dilihat dari tabel maka koefisien reliabilitas adalah sebagai berikut:

Tabel 11. Standar untuk Menginterpretasikan Koefisien Reliabilitas

| Koefisien Reliabilitas | Kategori |
|-------------------------------|---------------------|
| 0,95-0,99 | <i>Excellent</i> |
| 0,90-0,94 | <i>Very Good</i> |
| 0,80-0,89 | <i>Acceptable</i> |
| 0,70-0,79 | <i>Poor</i> |
| 0,60-0,79 | <i>Questionable</i> |

Berdasarkan uji reliabilitas yang sudah dilakukan untuk instrumen kebiasaan belajar dan didapati nilai koefisien reliabilitas nya pada nilai 0,883 maka instrumen kebiasaan belajar belajar dapat dikategorikan pada kategori *Acceptable* atau dapat diterima.

e. Instrumen Untuk Mengukur Hasil Belajar

Instrumen yang digunakan untuk menentukan hasil belajar peserta didik adalah menggunakan buku raport. Berdasarkan nilai raport semester satu (ganjil) tahun ajaran 2021/2022 maka akan dapat diketahui keberhasilan peserta didik selama belajar satu semester.

F. Teknik Analisis Data

1. Analisis Deskriptif

Analisis statistik deskriptif dapat mendeskripsikan atau memberikan gambaran tentang objek penelitian melalui sampel atau data keseluruhan tanpa analisis dan kesimpulan yang umum. Analisis tersebut meliputi modus, median, mean, nilai maksimum, nilai minimum, standar deviasi dan tabel distribusi frekuensi. (Sugiyono, 2018: 29). Analisis selanjutnya deskripsi data dikelompokkan menjadi 5 kategori dengan menggunakan nilai rata-rata hitung (*arithmetic mean*) dan standar deviasi. Adapun pengkategorian datanya sebagai berikut:

Tabel 12. Pedoman Pengkategorian

| No. | Interval | Kategori |
|-----|--------------------------------------|---------------|
| 1. | $X > (M + 1,5 SD)$ | 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 = Rata-rata Hitung

SD = Standar Deviasi

X = Skor Peserta Didik

2. Uji Prasyarat

Priyatno (2016: 38) Uji prasyarat digunakan untuk mengetahui ada tidaknya normalitas residual, linieritas, multikolinieritas, dan heteroskedastisitas pada model regresi. Model regresi linear dapat dikatakan sebagai model yang baik jika memenuhi uji prasyarat, yaitu data residual terdistribusi normal, tidak adanya multikolinieritas, dan heteroskedastisitas. Apabila ada satu syarat saja yang tidak terpenuhi, hasil analisis regresi tidak dapat dikatakan bersifat BLUE (Best Linear Unbiased Estimator). Adapun bagian dari uji prasyarat sebagai berikut:

a) Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk menguji pada model regresi, apakah variabel dependen atau variabel independen memiliki data yang berdistribusi normal. Uji normalitas dijalankan untuk mendeteksi apakah data berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas dapat menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov. Kriteria apabila nilai sig > tingkat sig (0,05) artinya data berdistribusi normal. (Priyatno, 2016:39).

b) Uji Linieritas

Uji linearitas adalah uji untuk mengetahui apakah variabel bebas yang digunakan sebagai prediktor mempunyai hubungan yang linear atau tidak dengan variabel terikatnya. Menurut Priyatno (2016: 44-50) menyatakan bahwa uji linieritas digunakan untuk mengetahui linieritas data, yaitu apakah dua variabel mempunyai hubungan yang linier atau tidak. Uji ini digunakan sebagai prasyarat dalam analisis regresi linier. Pengujian menggunakan aplikasi SPSS dengan menggunakan *test of linearity* pada taraf signifikansi 0,05. Dua variabel dinyatakan mempunyai hubungan yang linier apabila nilai signifikansi dari *linearity* kurang dari 0,05 dan nilai signifikansi dari *deviation from linearity* lebih dari 0,05.

c) Uji Multikolinieritas

Menurut Priyatno (2016: 116), multikolinieritas artinya antar variabel independen yang terdapat dalam model regresi memiliki hubungan linear mendekati sempurna. Uji multikolinieritas bertujuan untuk menguji apakah model regresi ditemukan adanya korelasi antar variabel bebas. Model regresi yang baik seharusnya tidak terjadi korelasi mendekati sempurna diantara variabel bebasnya. Cara untuk mengetahui ada atau tidak gejala multikolinieritas yaitu dengan melihat nilai tolerance dan Variance Inflation Factor (VIF), apabila nilai VIF kurang dari 10 dan Tolerance lebih dari 0,1, maka dinyatakan tidak terjadi multikolinieritas.

d) Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas bertujuan untuk menguji apakah dalam model regresi terjadi ketidaksamaan varian dari residual pada satu pengamatan ke pengamatan yang lain. Model regresi yang baik adalah tidak terjadi Heteroskedastisitas. Pengujian ini dapat dilakukan dengan Glejser, uji korelasi Spearman, uji Park dan melihat pola titik pada grafik Scatter plot. Jika nilai sig uji $t >$ tingkat signifikansi (0,05) maka tidak terjadi heterokedastisitas. (Priyatno, 2016:117-118).

3. Uji Hipotesis

a) Uji Korelasi

Priyatno (2016: 147) Uji korelasi digunakan untuk mengetahui hubungan variabel independen terhadap variabel dependen dengan persamaan linier. Uji korelasi menggunakan uji R bertujuan untuk mengukur seberapa besar kekuatan hubungan antara variabel bebas terhadap variabel terikat. Dinyatakan memiliki hubungan apabila nilai $R_{hitung} > R_{tabel}$.

b) Uji Regresi Berganda

Uji regresi berganda menggunakan uji F untuk menguji variabel independen secara bersama-sama terhadap variabel dependen. (Priyatno, 2016: 167). Pengujian dilakukan dengan membandingkan nilai F_{hitung} dengan F_{tabel} pada derajat kesalahan 0.05. Apabila nilai $F_{hitung} >$ nilai F_{tabel} , maka berarti variabel bebasnya secara bersama-sama memberikan hubungan yang signifikan terhadap variabel terikat.

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian

Penelitian ini terdiri dari empat variabel bebas yaitu variabel Kebugaran Jasmani (X1), Motivasi Belajar (X2), Kecerdasan Intelektual (X3), dan Kebiasaan Belajar (X4) serta variabel terikat yaitu Hasil Belajar Pendidikan jasmani (Y). Hasil penelitian masing-masing variabel dideskripsikan berdasarkan kategori yang telah ditentukan. Deskripsi data penelitian yang diperoleh masing-masing variabel secara rinci diuraikan sebagai berikut:

1. Kebugaran Jasmani

a) Kebugaran jasmani peserta didik putra

Kebugaran jasmani dilambangkan dengan X1, diperoleh skor maksimum sebesar 24, skor minimum sebesar 10, Mean diperoleh sebesar 16,84, Standar deviasi diperoleh sebesar 4,08, dan Median sebesar 17. Deskripsi hasil penelitian kebugaran jasmani Peserta Didik putra Kelas Khusus Olahraga Sekolah Menengah Atas Negeri Se-Daerah Istimewa Yogyakarta disajikan pada tabel dan gambar berikut:

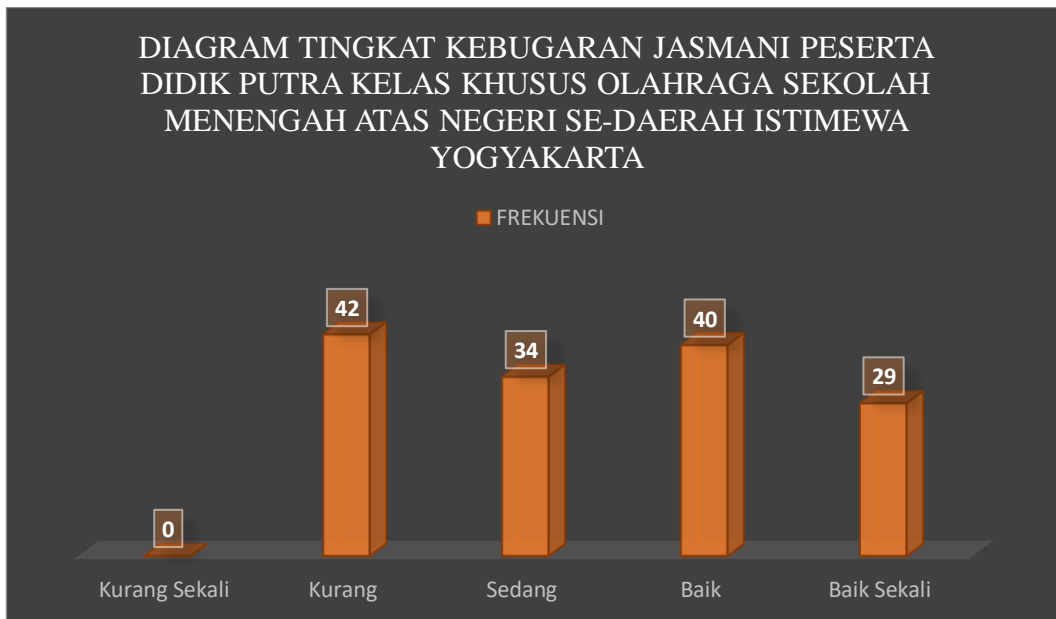
Tabel 13. Deskriptif Statistik Kebugaran Jasmani Peserta Didik Putra Kelas Khusus Olahraga Se-Daerah Istimewa Yogyakarta.

| STATISTIK | |
|------------------|-------|
| N | 145 |
| Mean | 16,84 |
| Median | 17 |
| Std. Deviation | 4,08 |
| Minimum | 10 |
| Maximum | 24 |

Tabel 14. Distribusi Frekuensi Kebugaran Jasmani Peserta Didik Putra

| No. | Interval | Kategori | Frekuensi | Persentase |
|---------------|----------|---------------|-----------|------------|
| 1. | 22-25 | Baik Sekali | 29 | 20,0% |
| 2. | 18-21 | Baik | 40 | 27,6% |
| 3. | 14-17 | Sedang | 34 | 23,4% |
| 4. | 10-13 | Kurang | 42 | 29,0% |
| 5. | 5-9 | Kurang Sekali | 0 | 0,0% |
| Jumlah | | | 145 | 100% |

Dari tabel di atas diketahui bahwa kebugaran jasmani peserta didik putra berada pada kategori baik sekali sebanyak 29 peserta didik (20,0%), berada pada kategori baik sebanyak 40 Peserta didik (27,6%), berada pada kategori sedang sebanyak 34 Peserta didik (23,4%), berada pada kategori kurang sebanyak 42 Peserta didik (29,0%), dan berada pada kategori kurang sekali sebanyak 0 peserta didik (0,0%). Jadi dapat disimpulkan bahwa kebugaran jasmani peserta didik putra kelas khusus olahraga Sekolah Menengah Atas Negeri Se-Daerah Istimewa Yogyakarta berada pada kategori kurang sebesar 29,0%. Apabila digambarkan dalam bentuk histogram adalah sebagai berikut:



Gambar 3. Diagram Batang Variabel Kebugaran Jasmani Peserta Didik Putra

b) Kebugaran jasmani peserta didik putri

Diperoleh skor maksimum sebesar 23, skor minimum sebesar 10, Mean diperoleh sebesar 16,11, Standar deviasi diperoleh sebesar 4,03, dan Median sebesar 16. Deskripsi hasil penelitian kebugaran jasmani Peserta Didik putri Kelas Khusus Olahraga Sekolah Menengah Atas Negeri Se-Daerah Istimewa Yogyakarta disajikan pada tabel dan gambar berikut:

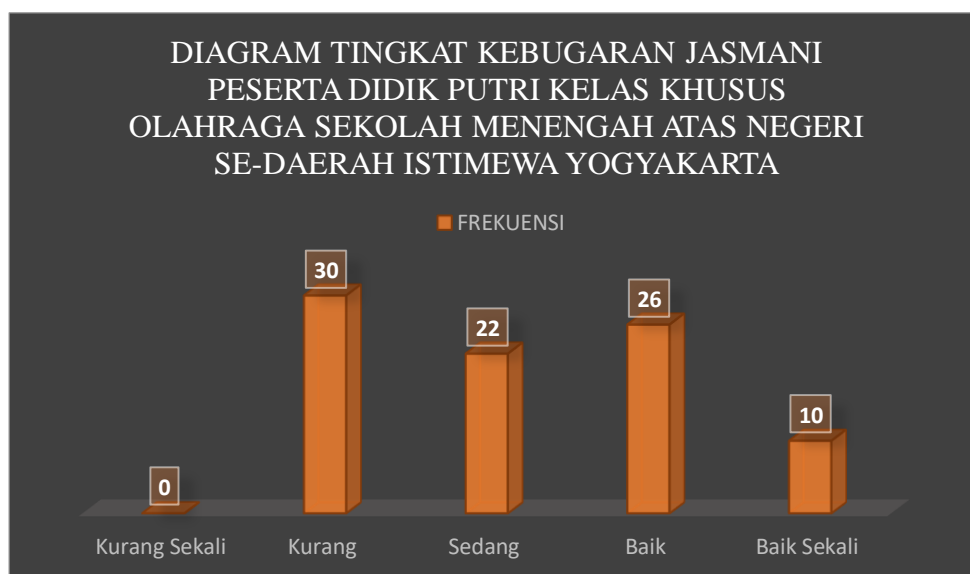
Tabel 15. Deskriptif Statistik Kebugaran Jasmani Peserta Didik Putri Kelas Khusus Olahraga Se-Daerah Istimewa Yogyakarta.

| STATISTIK | |
|------------------|-------|
| N | 88 |
| Mean | 16,11 |
| Median | 16 |
| Std. Deviation | 4,03 |
| Minimum | 10 |
| Maximum | 23 |

Tabel 16. Distribusi Frekuensi Kebugaran Jasmani Peserta Didik Putri

| No. | Interval | Kategori | Frekuensi | Persentase |
|---------------|----------|---------------|-----------|------------|
| 1. | 22-25 | Baik Sekali | 10 | 11,4% |
| 2. | 18-21 | Baik | 26 | 29,5% |
| 3. | 14-17 | Sedang | 22 | 25,0% |
| 4. | 10-13 | Kurang | 30 | 34,1% |
| 5. | 5-9 | Kurang Sekali | 0 | 0,0% |
| Jumlah | | | 88 | 100% |

Dari tabel di atas diketahui bahwa kebugaran jasmani peserta didik putri berada pada kategori baik sekali sebanyak 10 peserta didik (11,4%), berada pada kategori baik sebanyak 26 Peserta didik (29,5%), berada pada kategori sedang sebanyak 22 Peserta didik (25,0%), berada pada kategori kurang sebanyak 30 Peserta didik (34,1%), dan berada pada kategori kurang sekali sebanyak 0 peserta didik (0,0%). Jadi dapat disimpulkan bahwa kebugaran jasmani peserta didik putri kelas khusus olahraga Sekolah Menengah Atas Negeri Se-Daerah Istimewa Yogyakarta berada pada kategori kurang sebesar 34,1%. Apabila digambarkan dalam bentuk histogram adalah sebagai berikut:



Gambar 4. Diagram Batang Variabel Kebugaran Jasmani Peserta Didik Putri

2. Motivasi Belajar

Motivasi belajar dilambangkan dengan X_2 , diperoleh skor maksimum sebesar 145 dan skor minimum sebesar 93, Mean diperoleh sebesar 118,54, Standar deviasi diperoleh sebesar 14,00, dan Median sebesar 120 Selanjutnya disusun distribusi frekuensi berdasar deskripsi hasil penelitian motivasi belajar Peserta Didik Kelas Khusus Olahraga Sekolah Menengah Atas Negeri Se-Daerah Istimewa Yogyakarta. Deskripsi hasil penelitian motivasi belajar disajikan pada tabel dan gambar berikut:

Tabel 17. Deskriptif Statistik Motivasi Belajar Peserta Didik Sekolah Menengah Atas Negeri Se-Daerah Istimewa Yogyakarta

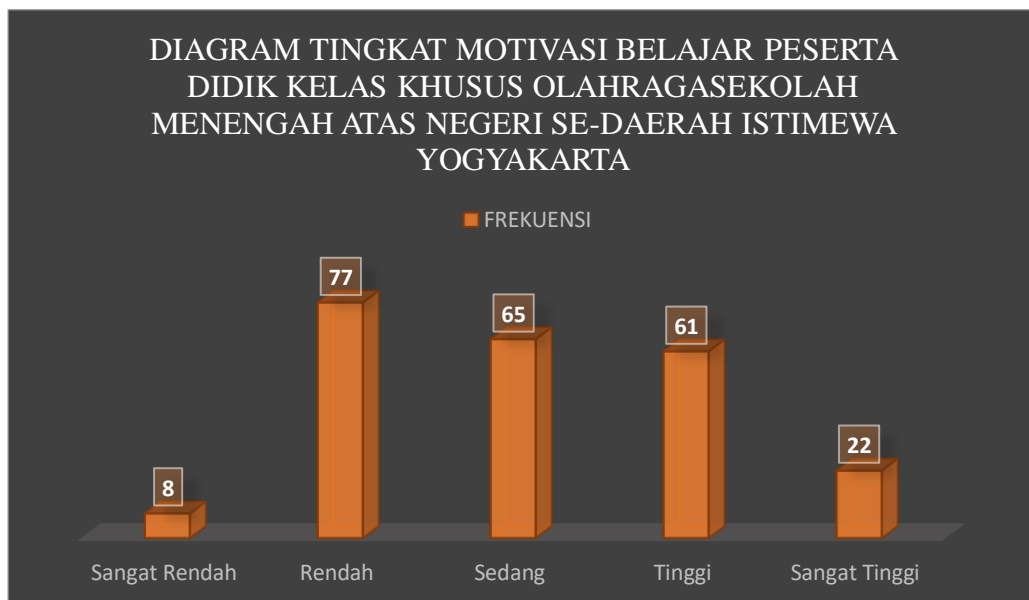
| STATISTIK | |
|------------------|--------|
| N | 233 |
| Mean | 118,54 |
| Median | 120 |
| Std. Deviation | 14,00 |
| Minimum | 93 |
| Maximum | 145 |

Tabel 18. Distribusi Frekuensi Motivasi Belajar

| No. | Interval | Kategori | Frekuensi | Persentase |
|---------------|-----------------|-----------------|------------------|-------------------|
| 1. | 140-150 | Sangat Tinggi | 22 | 9,5% |
| 2. | 125-139 | Tinggi | 61 | 26,2% |
| 3. | 111-124 | Sedang | 65 | 27,9% |
| 4. | 97-110 | Rendah | 77 | 33,1% |
| 5. | <96 | Sangat Rendah | 8 | 3,3% |
| Jumlah | | | 233 | 100% |

Dari tabel di atas diketahui bahwa motivasi belajar berada pada kategori sangat tinggi sebanyak 22 peserta didik (9,5%), berada pada kategori tinggi sebanyak 61 Peserta didik (26,2%), berada pada kategori

sedang sebanyak 65 Peserta didik (27,9%), berada pada kategori rendah sebanyak 77 Peserta didik (33,1%), dan berada pada kategori sangat rendah sebanyak 8 peserta didik (3,3%). Jadi dapat disimpulkan bahwa motivasi belajar peserta didik kelas khusus olahraga Sekolah Menengah Atas Negeri Se-Daerah Istimewa Yogyakarta berada pada kategori rendah sebesar 33,1%. Apabila digambarkan dalam bentuk histogram adalah sebagai berikut:



Gambar 5. Diagram Batang Variabel Motivasi Belajar

3. Kecerdasan Intelektual

Kecerdasan Intelektual dilambangkan dengan X₃, hasil penelitian tingkat kecerdasan intelektual dari peserta didik diperoleh skor maksimum sebesar 116 dan skor minimum sebesar 95 Mean diperoleh sebesar 104,69 dan Median sebesar 103 Standar deviasi sebesar 4,76 Selanjutnya disusun distribusi frekuensi tingkat kecerdasan intelektual Peserta Didik Kelas Khusus Olahraga Sekolah Menengah Atas Negeri Se-Daerah Istimewa

Yogyakarta kategorinya mengacu pada hasil Tes IQ. Dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 19. Deskriptif Statistik Kecerdasan Intelektual Peserta Didik Sekolah Menengah Atas Negeri Se-Daerah Istimewa Yogyakarta

| STATISTIK | |
|------------------|--------|
| N | 233 |
| Mean | 104,69 |
| Median | 103 |
| Std. Deviation | 4,76 |
| Minimum | 95 |
| Maximum | 116 |

Tabel 20. Dsitribusi Frekuensi Kecerdasan Intelektual

| No. | Interval | Kategori | Frekuensi | Persentase |
|---------------|-----------------|------------------------|------------------|-------------------|
| 1. | >130 | Sangat Superior | 0 | 0,0% |
| 2. | 120-129 | Superior | 0 | 0,0% |
| 3. | 110-119 | Di atas rata-rata | 45 | 3,4% |
| 4. | 90-109 | Rata-rata | 188 | 96,6% |
| 5. | 80-89 | Di bawah rata-rata | 0 | 0,0% |
| 6. | 70-79 | Lambat Belajar | 0 | 0,0% |
| 7. | <69 | Keterbelakangan Mental | 0 | 0,0% |
| Jumlah | | | 233 | 100% |

Dari tabel di atas diketahui bahwa kecerdasan intelektual berada pada kategori sangat superior sebanyak 0 peserta didik (0,0%), berada pada kategori superior sebanyak 0 Peserta didik (0,0%), berada pada kategori diatas rata-rta sebanyak 45 Peserta didik (19,3%), berada pada kategori rata-rata sebanyak 188 Peserta didik (80,7%), berada pada kategori dibawah rata-rata sebanyak 0 peserta didik (0,0%), berada pada kategori lambat beajar sebanyak 0 Peserta didik (0,0%), dan berada pada kategori keterbelakangan mental sebanyak 0 Peserta didik (0,0%). Jadi dapat disimpulkan bahwa kecerdasan intelektual peserta didik Kelas Khusus Olahraga Sekolah Menengah Atas Negeri Se-Daerah Istimewa

Yogyakarta berada pada kategori Rata-rata sebesar 80,7%. Apabila digambarkan dalam bentuk histogram adalah sebagai berikut:



Gambar 6. Diagram Batang Variabel Kecerdasan Intelektual

4. Kebiasaan Belajar

Kebiasaan belajar dilambangkan dengan X4, diperoleh skor maksimum sebesar 142, skor minimum sebesar 91, Mean diperoleh sebesar 117,19, Standar deviasi diperoleh sebesar 12,31, dan Median sebesar 115 Selanjutnya disusun distribusi frekuensi berdasar deskripsi hasil penelitian kebiasaan belajar Peserta Didik Kelas Khusus Olahraga Sekolah Menengah Atas Negeri Se-Daerah Istimewa Yogyakarta. Deskripsi hasil penelitian disajikan pada tabel dan gambar berikut:

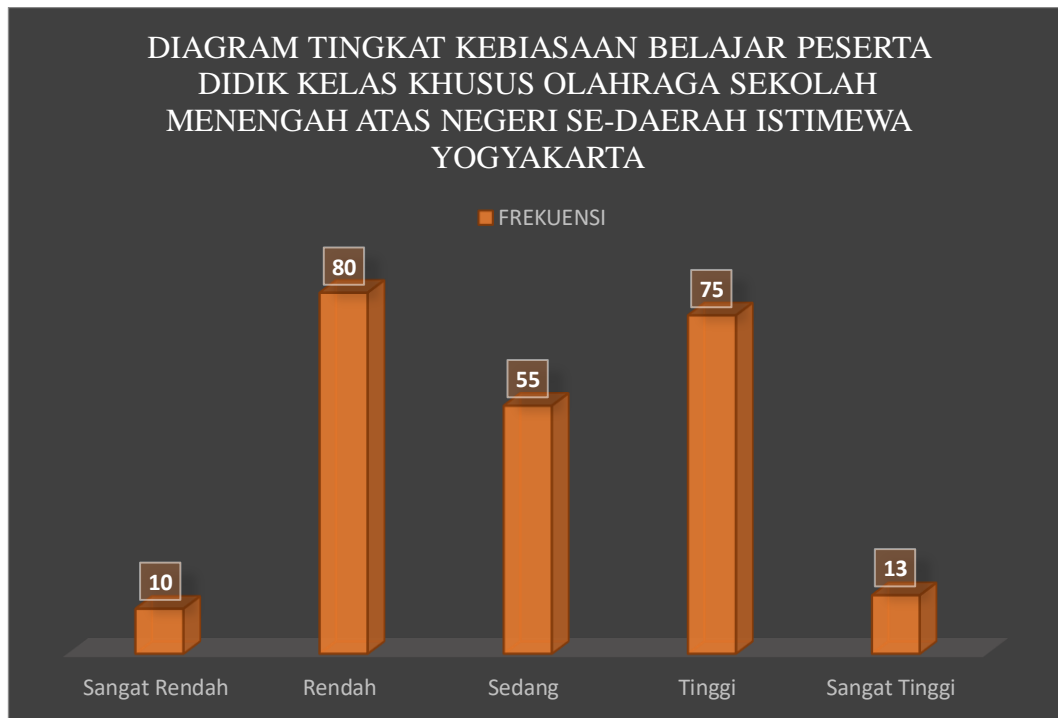
Tabel 21. Deskriptif Statistik Kebiasaan Belajar Peserta Didik Sekolah Menengah Atas Negeri Se-Daerah Istimewa Yogyakarta

| STATISTIK | |
|------------------|--------|
| N | 233 |
| Mean | 117,19 |
| Median | 115 |
| Std. Deviation | 12,31 |
| Minimum | 91 |
| Maximum | 142 |

Tabel 22. Dsitribusi Frekuensi Kebiasaan Belajar

| No. | Interval | Kategori | Frekuensi | Persentase |
|---------------|-----------------|-----------------|------------------|-------------------|
| 1. | > 142 | Sangat Tinggi | 13 | 5,5% |
| 2. | 130-142 | Tinggi | 75 | 32,1% |
| 3. | 116-129 | Sedang | 55 | 23,6% |
| 4. | 103-115 | Rendah | 80 | 34,3% |
| 5. | <103 | Sangat Rendah | 10 | 4,5% |
| Jumlah | | | 233 | 100% |

Dari tabel di atas diketahui bahwa kebiasaan belajar berada pada kategori sangat tinggi sebanyak 13 peserta didik (5,5%), berada pada kategori tinggi sebanyak 75 Peserta didik (32,1%), berada pada kategori sedang sebanyak 55 Peserta didik (23,6%), berada pada kategori rendah sebanyak 80 Peserta didik (34,3%), dan berada pada kategori sangat rendah sebanyak 10 peserta didik (4,5%). Jadi dapat disimpulkan bahwa kebugaran kebiasaan belajar peserta didik kelas khusus olahraga Sekolah Menengah Atas Negeri Se-Daerah Istimewa Yogyakarta berada pada kategori rendah sebesar 36,0%. Apabila digambarkan dalam bentuk histogram adalah sebagai berikut:



Gambar 7. Diagram Batang Variabel Kebiasaan Belajar.

5. Hasil Belajar Pendidikan Jasmani

Hasil belajar penjas dilambangkan dengan Y, diperoleh skor maksimum sebesar 88, dan skor minimum sebesar 76, Mean diperoleh sebesar 81,14, Standar deviasi diperoleh sebesar 2,60, dan Median sebesar 81 Selanjutnya disusun distribusi frekuensi berdasarkan deskripsi hasil belajar pendidikan jasmani Peserta Didik Kelas Khusus Olahraga Sekolah Menengah Atas Negeri Se-Daerah Istimewa Yogyakarta. Deskripsi hasil penelitian hasil belajar disajikan pada tabel dan gambar berikut:

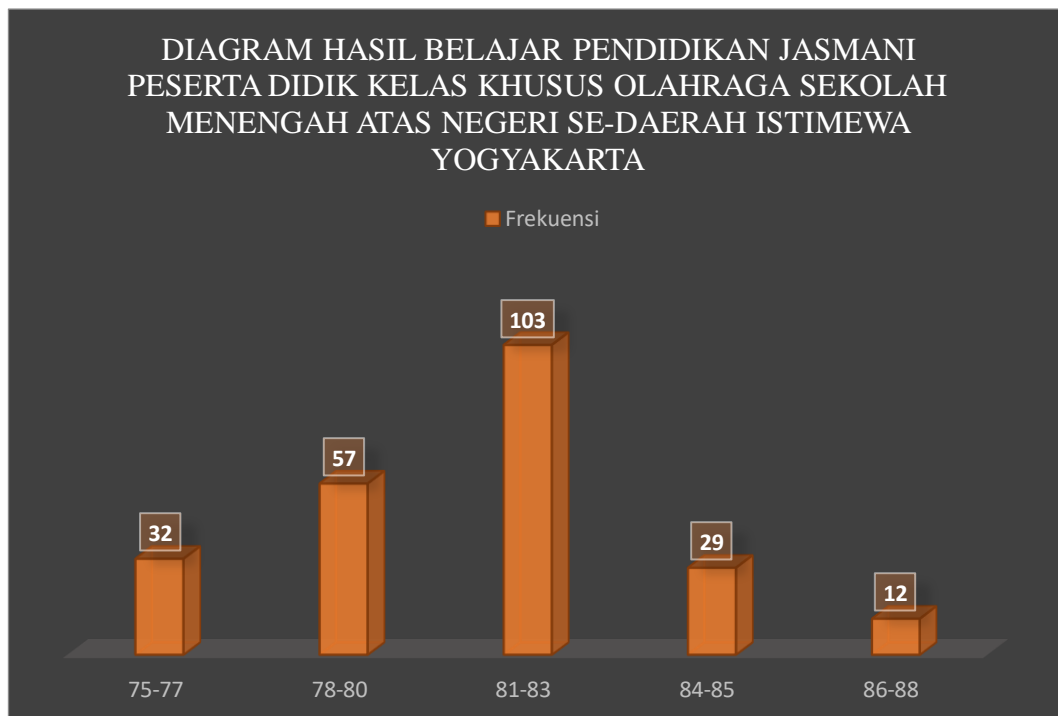
Tabel 23. Deskriptif Statistik Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Peserta Didik Sekolah Menengah Atas Negeri Se-Daerah Istimewa Yogyakarta

| STATISTIK | |
|------------------|-------|
| N | 233 |
| Mean | 81,14 |
| Median | 81 |
| Std. Deviation | 2,60 |
| Minimum | 76 |
| Maximum | 88 |

Tabel 24. Dsitribusi Frekuensi Hasil Belajar Pendidikan Jasmani

| No. | Interval | Frekuensi | Persentase |
|---------------|----------|-----------|------------|
| 1. | 75-77 | 32 | 13,8% |
| 2. | 78-80 | 57 | 24,4% |
| 3. | 81-83 | 103 | 44,2% |
| 4. | 84-85 | 29 | 12,4% |
| 5. | 86-88 | 12 | 5,2% |
| Jumlah | | 233 | 100% |

Apabila digambarkan dalam bentuk histogram adalah sebagai berikut:



Gambar 8. Diagram Batang Variabel Hasil Belajar Pendidikan Jasmani

B. Hasil Uji Hipotesis

Analisis data digunakan untuk menjawab hipotesis yang telah diajukan, sebelum menguji hipotesis diperlukan beberapa uji persyaratan yang harus dipenuhi agar hasilnya dapat dipertanggung jawabkan. Adapun persyaratan meliputi uji normalitas dan uji linearitas. Hasil uji prasyarat analisis dan uji hipotesis disajikan berikut ini.

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan menggunakan rumus Kolmogorov–Smirnov dengan bantuan program SPSS. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui normal atau tidaknya suatu data penelitian adalah jika $p > 0,05$ (5%) maka data dinyatakan berdistribusi normal. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 25. Hasil Uji Normalitas

| One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test | | |
|---|----------------|-------------------------|
| | | Unstandardized Residual |
| N | | 233 |
| Normal Parameters ^a . | Mean | .0000000 |
| | Std. Deviation | 1.16492034 |
| | | |
| Most Extreme Differences | Absolute | .037 |
| | Positive | .027 |
| | Negative | -.037 |
| Test Statistic | | .037 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | | .200 |
| a. Test distribution is Normal. | | |

Dari hasil di atas diperoleh nilai signifikan (p) $> 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa data dinyatakan berdistribusi normal.

2. Uji Linieritas

Tujuan uji linieritas adalah untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dan terikat apakah linier atau tidak. Pengujian menggunakan aplikasi SPSS dengan melihat *deviation from linearity* pada taraf signifikansi 0,05. dinyatakan mempunyai hubungan yang linier apabila nilai signifikansi dari *deviation from linearity* lebih dari 0,05.

Hasil uji linieritas disajikan pada tabel berikut ini:

Tabel 26. Hasil Uji Linieritas

| Hubungan | Sig | P | Keterangan |
|----------------------|------------|----------|-------------------|
| Hubungan X1 dengan Y | 0,062 | 0,05 | Linier |
| Hubungan X2 dengan Y | 0,058 | 0,05 | Linier |
| Hubungan X3 dengan Y | 0,100 | 0,05 | Linier |
| Hubungan X4 dengan Y | 0,119 | 0,05 | Linier |

Hasil uji linieritas di atas menunjukkan hubungan X1 dengan Y diperoleh nilai sig $0,062 > 0,05$ artinya terdapat hubungan yang linier antara variabel kebugaran jasmani dengan hasil belajar. Hubungan X2 dengan Y diperoleh nilai sig $0,058 > 0,05$ artinya terdapat hubungan yang linier antara variabel motivasi belajar dengan hasil belajar. Hubungan X3 dengan Y diperoleh nilai sig $0,100 > 0,05$ artinya terdapat hubungan yang linier antara variabel kecerdasan intelektual dengan hasil belajar. Hubungan X4 dengan Y diperoleh nilai sig $0,119 > 0,05$ artinya terdapat hubungan yang linier antara variabel kebiasaan belajar dengan hasil belajar.

3. Uji Multikolinieritas

Uji multikolinieritas bertujuan untuk menguji apakah model regresi ditemukan adanya korelasi antar variabel bebas. Model regresi yang baik seharusnya tidak terjadi korelasi mendekati sempurna diantara variabel bebasnya. Cara untuk mengetahui ada atau tidak gejala multikolinieritas yaitu dengan melihat nilai tolerance dan Variance Inflation Factor (VIF), apabila nilai VIF kurang dari 10 dan Tolerance lebih dari 0,1, maka dinyatakan tidak terjadi multikolinieritas. Adapun hasil uji multikolinieritas pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 27. Uji Multikolinieritas

| Variabel | Tolerance | VIF |
|------------------------|------------------|------------|
| Kebugaran Jasmani | 0,589 | 1,699 |
| Motivasi Belajar | 0,327 | 3,058 |
| Kecerdasan Intelektual | 0,558 | 1,793 |
| Kebiasaan Belajar | 0,346 | 2,891 |

Berdasarkan analisis diatas didapatkan nilai VIF Kebugaran jasmani = 1,699 dan nilai tolerance = 0,589. Nilai VIF Motivasi belajar = 3,058 dan nilai tolerance = 0,327. Nilai VIF Kecerdasan Intelektual = 1,793 dan nilai tolerance = 0,558. Nilai VIF kebiasaan belajar = 2,891 dan nilai tolerance = 0,346. Sesuai dengan syarat suatu data dikatakan tidak terjadi multikolinieritas apabila nilai VIF < 10 dan variance > 0,1. Data penelitian ini tidak terjadi multikolinieritas karena nilai VIF dan tolerance seluruh variabel < 10 dan > 0,1. Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa data dalam penelitian ini dinyatakan tidak terjadi multikolinieritas.

4. Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas bertujuan untuk menguji apakah dalam model regresi terjadi ketidaksamaan varian dari residual pada satu pengamatan ke pengamatan yang lain. Model regresi yang baik adalah tidak terjadi Heteroskedastisitas. Pengujian ini dapat dilakukan dengan Glejser, uji korelasi Spearman, uji Park dan melihat pola titik pada grafik Scatter plot. Jika nilai sig uji t > tingkat signifikansi (0,05) maka tidak terjadi heterokedastisitas.

Tabel 28. Uji Heteroskedastisitas

| Variabel | Nilai sig | Sig |
|------------------------|-----------|------|
| Kebugaran jasmani | 0,551 | 0,05 |
| Motivasi belajar | 0,613 | 0,05 |
| Kecerdasan intelektual | 0,964 | 0,05 |
| Kebiasaan belajar | 0,532 | 0,05 |

Berdasarkan hasil uji heterokedastisitas di atas didapatkan nilai sig > 0,05. Sesuai dengan syarat suatu data dikatakan tidak terjadi heterokedastisitas apabila nilai sig > 0,05 sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa data dalam penelitian ini tidak terjadi heterokedastisitas.

5. Pengujian Hipotesis

Setelah uji prasyarat data terpenuhi, langkah selanjutnya melakukan uji hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu hubungan antara kebugaran jasmani (X1), motivasi belajar (X2), kecerdasan intelektual (X3), dan kebiasaan belajar (X4) terhadap hasil belajar penjas (Y). Hubungan masing-masing X1 dengan Y, hubungan X2 dengan Y, hubungan X3 dengan Y, dan hubungan X4 dengan Y menggunakan uji

korelasi product moment dari Karl person, sedangkan hubungan X1, X2, X3, dan X4 secara bersama-sama terhadap Y menggunakan analisis regresi berganda dengan uji F. Hasil uji korelasi dan analisis regresi berganda sebagai berikut:

a. Analisis Korelasi

Analisis korelasi digunakan untuk mencari hubungan dua variabel yaitu variabel bebas dengan variabel terikat. Hasil uji korelasi dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 29. Hasil Uji Korelasi

| Variabel | Hasil belajar penjas | Nilai sig XY |
|------------------------|----------------------|--------------|
| Kebugaran jasmani | 0,745 | 0,000 |
| Motivasi belajar | 0,764 | 0,000 |
| Kecerdasan intelektual | 0,752 | 0,000 |
| Kebiasaan belajar | 0,738 | 0,000 |

Tabel 30. Koefisien Korelasi

| Koefisien Korelasi | |
|--------------------|--------------|
| 0,00-0,25 | Sangat Lemah |
| 0,26-0,50 | Cukup |
| 0,51-0,75 | Kuat |
| 0,76-0,99 | Sangat Kuat |
| 1,00 | Sempurna |

Sumber: spssindonesia.com

- 1) Hubungan antara Kebugaran Jasmani dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Uji korelasi pertama mencari hubungan antara kebugaran jasmani dengan hasil belajar pendidikan jasmani. Hasil analisis menunjukkan nilai R adalah 0,745 dengan nilai sig sebesar $0,000 < 0,05$ maka dapat dinyatakan terdapat hubungan yang positif yang kuat dan signifikan antara kebugaran jasmani dengan hasil belajar pendidikan jasmani.

- 2) Hubungan antara Motivasi belajar dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Uji korelasi kedua mencari hubungan antara motivasi belajar dengan hasil belajar pendidikan jasmani. Hasil analisis menunjukkan nilai R adalah 0,764 dengan nilai sig sebesar $0,000 < 0,05$ maka dapat dinyatakan terdapat hubungan positif yang sangat kuat dan signifikan antara Motivasi belajar dengan hasil belajar pendidikan jasmani.
- 3) Hubungan antara Kecerdasan Intelektual dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Uji korelasi ketiga mencari hubungan antara kecerdasan intelektual dengan hasil belajar pendidikan jasmani. Hasil analisis menunjukkan nilai R adalah 0,752 dengan nilai sig sebesar $0,000 < 0,05$ maka dapat dinyatakan terdapat hubungan positif yang kuat dan signifikan antara Kecerdasan intelektual dengan hasil belajar pendidikan jasmani.
- 4) Hubungan antara Kebiasaan belajar dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Uji korelasi keempat mencari hubungan antara kebiasaan belajar dengan hasil belajar pendidikan jasmani. Hasil analisis menunjukkan nilai R adalah 0,738 dengan nilai sig sebesar $0,000 < 0,05$ maka dapat dinyatakan terdapat hubungan positif yang kuat dan signifikan antara kebiasaan belajar dengan hasil belajar pendidikan jasmani.

b. Analisis Uji Regresi Berganda

Uji hipotesis selanjutnya yaitu mencari hubungan antara kebugaran jasmani, motivasi belajar, kecerdasan intelektual, dan kebiasaan belajar secara bersama-sama dengan hasil belajar pendidikan jasmani. Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan analisis uji F. Diperoleh nilai F hitung sebesar 228,753 dan F tabel sebesar 2,37 (dengan $df_1=4, df_2=229$), Hasil analisis uji F disajikan pada tabel berikut:

Tabel 31. Hasil Uji F

| Hubungan Variabel | F Hitung | F Tabel | R | Nilai Sig |
|-----------------------------|-----------------|----------------|----------|------------------|
| X1, X2, X3, dan X4 dengan Y | 228,753 | 2,37 | 0,895 | 0,000 |

Hasil analisis uji F hubungan antara kebugaran jasmani, motivasi belajar, kecerdasan intelektual, dan kebiasaan belajar secara bersama-sama terhadap hasil belajar pendidikan jasmani. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang sangat kuat dan signifikan antara kebugaran jasmani, motivasi belajar, kecerdasan intelektual, dan kebiasaan belajar secara bersama-sama terhadap hasil belajar pendidikan jasmani.

c. Sumbangan Efektif dan Relatif Kebugaran jasmani, motivasi belajar, kecerdasan intelektual dan kebiasaan belajar terhadap hasil belajar pendidikan jasmani.

Sumbangan Efektif digunakan untuk mengetahui seberapa besar sumbangan masing-masing prediktor dalam menunjang efektifitas garis

regresi untuk keperluan pengadaan prediktor. Sumbangan relatif adalah untuk mengetahui seberapa besar sumbangan masing-masing prediktor terhadap nilai kriterium. Syarat untuk menghitung sumbangan efektif dan sumbangan relative adalah dengan memiliki hasil analisis korelasi dan regresi. Besarnya sumbangan dari masing-masing variabel bebas terhadap variabel terikat adalah sebagai berikut:

Tabel 32. Sumbangan Relatif dan Sumbangan Efektif

| Variabel | Sumbangan Relatif (SR) % | Sumbangan Efektif (SE)% |
|-----------------|---------------------------------|--------------------------------|
| X1 | 31,7 | 25,4 |
| X2 | 22,1 | 17,7 |
| X3 | 29,7 | 23,8 |
| X4 | 16,5 | 13,2 |
| Jumlah | 100 | 80,1 |

Berdasarkan hasil perhitungan di atas dapat diketahui bahwa sumbangan efektif (SE) variabel kebugaran jasmani (X1) terhadap hasil belajar pendidikan jasmani (Y) adalah sebesar 25,4%, sumbanagn Efektif (SE) variabel motivasi belajar (X2) terhadap hasil belajar pendidikan jasmani (Y) adalah sebesar 17,7%, sumbanagn Efektif (SE) variabel kecerdasan intelektual (X3) terhadap hasil belajar pendidikan jasmani (Y) adalah sebesar 23,8%, sumbanagn Efektif (SE) variabel kebiasaan belajar (X4) terhadap hasil belajar pendidikan jasmani (Y) adalah sebesar 13,2%. Dengan demikian dapat disimpulkan Variabel kebugaran jasmani (X1) memiliki sumbangan yang lebih dominan dari variabel motivasi belajar, kecerdasan intelektual, dan kebiasaan belajar. Jumlah total sumbangan efektif sama dengan hasil R Square yaitu

80,1%. Hasil dari sumbangan efektif dapat dijelaskan bahwa sebesar 80,1% peserta didik yang hasil belajar pendidikan jasmaninya di pengaruhi oleh variabel kebugaran jasmani, motivasi belajar, kecerdasan intelektual, dan kebiasaan belajar. Berdasarkan hasil data di atas maka dapat disimpulkan bahwa sumbangan relatif variabel kebugaran jasmani terhadap hasil belajar pendidikan jasmani sebesar 31,7%. Sumbangan relatif variabel motivasi belajar terhadap hasil belajar pendidikan jasmani sebesar 22,1%. Sumbangan relatif variabel kecerdasan intelektual terhadap hasil belajar pendidikan jasmani sebesar 29,7%. Sumbangan relatif variabel kebiasaan belajar terhadap hasil belajar pendidikan jasmani sebesar 16,5%. Total dari sumbangan relatif sebesar 100%.

C. Pembahasan

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis di atas diperoleh variabel bebas mempunyai hubungan yang positif dan signifikan terhadap variabel terikat baik secara sendiri-sendiri maupun secara bersama-sama. Adapun pembahasan dari hasil uji hipotesis adalah sebagai berikut:

a. Hubungan antara Kebugaran Jasmani dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani

Hasil analisis data membuktikan ada hubungan yang positif dan signifikan antara kebugaran jasmani dengan hasil belajar pendidikan jasmani, ditunjukkan dengan nilai R sebesar 0,745 dan nilai sig sebesar 0,000. Karena nilai sig $0,000 < 0,05$ maka dapat dinyatakan terdapat

hubungan yang positif dan signifikan antara kebugaran jasmani dengan hasil belajar pendidikan jasmani. Kemudian melihat dari tabel pengkategorian yang menunjukkan tingkat kebugaran jasmani yang rendah dan hasil belajar yang kurang optimal, artinya tingkat kebugaran jasmani juga memiliki perananan penting bagi peserta didik untuk mendapatkan hasil belajar pendidikan jasmani yang optimal. Maka dari itu peserta didik harus selalu menjaga dan meningkatkan kebugaran jasmaninya pada tingkat kebugaran yang baik agar pada saat mengikuti pembelajaran tetap memiliki semangat dan fokus yang tinggi serta dapat memahami materi yang disampaikan oleh guru.

Kebugaran jasmani yang baik akan mendukung keberhasilan seseorang dalam belajar, baik itu belajar gerak maupun teori. Peserta didik yang mempunyai kebugaran jasmani pada kategori baik dia mempunyai pola hidup yang baik, melakukan aktifitas fisik/olahraga teratur, menjaga pola makan dengan makan makanan yang sehat dan bergizi, dan mempunyai kecukupan energi yang baik. Kebugaran jasmani yang baik akan menunjang pola pikir dari peserta didik menjadi baik dan akan membantu peserta didik memperoleh hasil belajar pendidikan jasmani yang baik. Hal itu senada dengan penelitian dari Castelli., et al (2015: 15) yang menyebutkan bahwa peserta didik yang memiliki kebugaran jasmani yang baik akan lebih mudah dalam mengerjakan tugas yang diberikan guru dan bermanfaat dalam peningkatan hasil belajar peserta didik.

Guna meningkatkan hasil belajar yang optimal maka perlu adanya mempromosikan pentingnya kebugaran jasmani di sekolah. Kebugaran jasmani ini harus terintegrasi dalam mata pelajaran pendidikan jasmani supaya bisa meningkatkan pengetahuan peserta didik. Pendapat ini didukung oleh badan riset dunia dimana kebugaran jasmani memiliki pengaruh terhadap hasil akademik dan kognitif siswa. (Kyan, Takakura, & Miyagi, 2018: 1901). Hal ini perlu dilakukan dengan memberikan teladan, pengetahuan dan keterampilan dalam pendidikan jasmani (Bertills, Granlund, Dahlström, & Augustine, 2018: 387). Pendidikan jasmani yang dikembangkan di sekolah harus menjadi perhatian khusus supaya memberikan kontribusi dalam peningkatan hasil belajar pendidikan jasmani peserta didik. Banyak fakta dilapangan yang memberikan contoh mengenai dampak dari kebugaran jasmani terhadap hasil belajar peserta didik, hal ini memberikan asumsi bahwa kebugaran jasmani berkorelasi dalam peningkatan hasil belajar peserta didik (Wadsworth., et al, 2014: 34). Fakta kebugaran jasmani dilapangan adalah dengan dikemas dalam pendidikan jasmani, dengan pendidikan jasmani akan memberikan dampak terhadap peningkatan hasil belajar peserta didik. (Sallis et al., 2012: 125).

Hal lain yang bisa digunakan dalam upaya mendapatkan hasil belajar yang optimal adalah menggabungkan pendidikan jasmani dengan aktifitas yang terstruktur maka akan meningkatkan kemampuan akademik peserta didik (Mullender-Wijnsma et al., 2015: 365). Guru juga harus bisa

memberikan konsep masa depan kepada peserta didik supaya peserta didik memiliki rasa yang kuat dalam meningkatkan kebugaran jasmaninya, Konsep diri ini diharapkan dapat meningkatkan perasaan saat ini dan masa depan (Pulung & Betaubun, 2019: 54). Dengan demikian peserta didik dengan kebugaran jasmani yang baik diharapkan hasil belajarnya juga baik.

Kontribusi kebugaran jasmani diharapkan dapat memberikan manfaat dalam meningkatkan kemampuan akademik dan konsentrasi peserta didik dalam belajar. Perubahan pola pikir ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang baik dimana kebugaran jasmani seseorang akan memberikan dampak baik terhadap peningkatan hasil belajar. Karena jika peserta didik tidak memiliki kebugaran yang baik, kemungkinan terjadinya penurunan kognitif pada peserta didik sangat tinggi. Hal tersebut didukung dengan penelitian dari Mora-Gonzalez et al (2019: 73) yang menyebutkan, penurunan kebugaran seseorang akan berdampak pada penurunan fungsi kognitif. Untuk menghindari dampak penurunan kognitif tersebut peserta didik perlu menjaga kebugaran jasmaninya dengan menjalani aktivitas fisik secara teratur. Didukung oleh pernyataan dari Lee et.al (2016: 57) yang mengungkapkan bahwa, untuk mengurangi risiko penurunan kognitif dan kondisi tingkat kesehatan yang buruk, perlu dilakukan tindakan pemeliharaan kebugaran melalui aktivitas fisik secara teratur dan olahraga sebagai bagian dari strategi gaya hidup sehat.

b. Hubungan Motivasi Belajar dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani

Hasil analisis data membuktikan ada hubungan yang positif dan signifikan antara motivasi belajar dengan hasil belajar pendidikan jasmani. Hal ini ditunjukkan dengan nilai R adalah 0,764 dengan nilai sig sebesar 0,000, karena nilai sig $0,000 < 0,05$ maka dapat dinyatakan terdapat hubungan positif yang kuat dan signifikan antara motivasi belajar dengan hasil belajar pendidikan jasmani. Kemudian melihat dari tabel pengkategorian yang menunjukkan tingkat motivasi belajar yang rendah dan hasil belajar yang kurang optimal, artinya tingkat motivasi belajar juga memiliki perananan penting bagi peserta didik untuk mendapatkan hasil belajar pendidikan jasmani yang optimal. Hal tersebut diartikan semakin rendah motivasi belajar peserta didik maka semakin kurang optimal hasil belajarnya tetapi apabila semakin tinggi motivasi belajar peserta didik maka akan semakin tinggi untuk memacu peserta didik memperoleh hasil belajar yang semakin baik.

Penelitian yang dilakukan oleh (Sevil et al., 2017: 448) pada peserta didik sekolah menengah Spanyol menunjukkan bahwa motivasi berkontribusi terhadap hasil belajar pendidikan jasmani peserta didik sebesar 35%. Motivasi belajar peserta didik ditampilkan sebagai variabel yang relevan karena motivasi berkaitan dengan tujuan belajar peserta didik, yang pada gilirannya membangkitkan situasi mental yang berbeda dalam diri peserta didik, sehingga mereka memiliki sikap positif atau

negatif terhadap belajar. Motivasi belajar dalam pembelajaran pendidikan jasmani sangat diperlukan oleh peserta didik untuk dapat mendorong peserta didik melakukan aktivitas-aktivitas yang terdapat dalam kegiatan pembelajaran baik itu aspek afektif, kognitif, maupun psikomotor. Motivasi belajar dalam pembelajaran pendidikan jasmani sangat diperlukan agar peserta didik dapat mengikuti pembelajaran yang sesuai dan tujuan pembelajaran dapat tercapai sehingga hasil belajar peserta didik menjadi optimal. Motivasi belajar dalam pembelajaran pendidikan jasmani tidak hanya dapat dibangkitkan oleh diri peserta didik, namun peran seorang guru untuk menumbuhkan motivasi belajar peserta didik (Gallegos et al., 2014: 132).

Misalnya dengan guru menjelaskan maksud dan tujuan tugas yang akan diberikan, memberikan cara orientasi sukses, modifikasi cabang olahraga, motivasi dalam diri peserta didik, pengajaran dengan menawarkan tugas, dan variasi antar tugas ajar. Untuk itu, tugas gerak disesuaikan dengan kemampuan dari peserta didik dan kriteria keberhasilan juga harus disesuaikan dengan tingkat perkembangan dari peserta didik. Ada tidaknya motivasi belajar sangat mempengaruhi keberhasilan belajar peserta didik. Keberhasilan belajar akan tercapai apabila pada diri adanya kemauan dan dorongan untuk belajar (Jurik V et al., 2014: 139).

Adanya motivasi yang baik dalam belajar akan menunjukkan hasil belajar yang baik. Dengan kata lain, bahwa dengan adanya ada usaha yang tekun dan terutama didasari oleh adanya motivasi, maka seseorang yang belajar akan dapat melahirkan hasil belajar yang baik. Jika individu memiliki motivasi untuk belajar, maka ia akan menerima hasil belajar yang optimal. Motivasi dapat berfungsi sebagai pendorong usaha dan pencapaian hasil belajar, adanya motivasi yang baik dalam belajar akan menunjukkan hasil belajar yang baik pula (Trenshaw K. F et al., 2016: 1194). Intensitas motivasi seseorang akan sangat menentukan tingkat pencapaian hasil belajarnya. Motivasi dan belajar adalah dua hal yang tidak dapat dipisahkan (Lotulung, C. F et al., 2018: 37).

Dalam kegiatan belajar diperlukan motivasi yang mendukung belajar peserta didik sebab belajar yang dilandasi dengan motivasi yang kuat maka akan memberikan hasil belajar yang lebih baik. Dalam pembelajaran faktor motivasi mempunyai pengaruh penting. Motivasi merupakan salah satu faktor yang sangat menentukan hasil belajar peserta didik, dalam hal ini yang menjadikan perilaku untuk belajar dengan penuh inisiatif, kreatif dan terarah. Peserta didik yang memiliki motivasi belajar tinggi, akan selalu berusaha untuk lebih baik dan ingin selalu dipandang sebagai peserta didik yang berhasil dalam lingkungannya. Sedangkan peserta didik yang tidak mempunyai motivasi belajar akan tidak menunjukkan kesungguhan dalam belajar, sehingga hasil belajar yang diperoleh tidak memuaskan. Makin tinggi motivasi belajar peserta didik

makin tinggi pula hasil belajar yang diperolehnya, dan begitu pula sebaliknya.

Penelitian yang dilakukan oleh Park, H. S. (2016: 147) menunjukkan bahwa motivasi belajar memiliki hubungan yang positif dengan hasil belajar hal ini mengandung arti bahwa semakin tinggi motivasi belajar, maka semakin tinggi pula hasil belajar pendidikan jasmani yang diperoleh peserta didik. Dalam proses pembelajaran motivasi belajar merupakan salah satu aspek dinamis yang sangat penting. Sering terjadi peserta didik yang kurang memiliki hasil belajar yang memuaskan bukan disebabkan oleh kemampuannya yang kurang, akan tetapi dikarenakan tidak adanya motivasi untuk belajar sehingga ia tidak berusaha untuk mengarahkan segala kemampuannya.

Kedudukan motivasi dalam belajar tidak hanya memberikan arah kegiatan belajar secara benar, lebih dari itu dengan motivasi seseorang akan mendapat pertimbangan-pertimbangan positif dalam kegiatan belajar. Dalam proses pembelajaran motivasi baik bagi guru dan peserta didik adalah sangat penting dalam mencapai keberhasilan belajar sesuai tujuan yang diharapkan. Proses pembelajaran akan mencapai keberhasilan apabila peserta didik memiliki motivasi belajar yang baik. Guru sebagai pendidik dan motivator harus selalu memotivasi peserta didik untuk belajar demi tercapainya tujuan dan tingkah laku yang diinginkan.

Sebuah meta-analisis yang disajikan oleh (Taylor et al., 2014: 342) menyoroiti peran motivasi pada hasil belajar peserta didik. Mereka juga menemukan bahwa motivasi yang baik dikaitkan dengan hasil belajar yang lebih tinggi. Sedangkan penelitian dari Barkoukis et al (2014: 406) menunjukkan bahwa motivasi yang lebih ditentukan sendiri menghasilkan hasil belajar pendidikan jasmani yang lebih tinggi dan, di samping itu, motivasi yang lebih rendah menghasilkan hasil belajar yang lebih rendah. Motivasi meningkatkan hasil positif tidak hanya dalam konteks pembelajaran umum tetapi juga dalam pembelajaran pendidikan jasmani (Cid et al., 2019: 220).

Berdasarkan pembahasan terkait hubungan motivasi belajar dengan hasil belajar pendidikan jasmani di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa motivasi belajar berkaitan erat dengan hasil belajar pendidikan jasmani peserta didik. Peserta didik yang tinggi motivasinya, umumnya baik hasil belajarnya. Sebaliknya, peserta didik yang rendah motivasinya rendah pula hasil belajarnya. Banyak penelitian yang membuktikan bahwa tingginya motivasi dalam belajar berhubungan dengan tingginya hasil belajar.

c. Hubungan antara Kecerdasan Intelektual dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani

Hasil analisis data membuktikan ada hubungan yang positif dan signifikan antara kecerdasan intelektual dengan hasil belajar. Hal ini ditunjukkan dengan nilai R adalah 0,752 dengan nilai sig sebesar 0,000. Karena nilai sig 0,000 maka dapat dinyatakan terdapat hubungan positif

yang kuat dan signifikan antara kecerdasan intelektual dengan hasil belajar pendidikan jasmani. Kecerdasan intelektual juga memiliki peranan terhadap hasil belajar pendidikan jasmani. Semakin tinggi tingkat kecerdasan intelektual peserta didik maka peluang mendapatkan hasil belajar yang optimal semakin tinggi dan justru sebaliknya semakin rendah tingkat kecerdasan intelektual maka peserta didik akan susah untuk mendapatkan hasil belajar yang optimal.

Banyak hal yang memiliki andil dalam optimalnya hasil belajar pendidikan jasmani peserta didik selain kebugaran jasmani yang baik dan motivasi yang baik tetapi juga ada peranan dari kecerdasan intelektual dari peserta didik. (Rowe et al., 2012: 144) menyebutkan bahwa kecerdasan intelektual peserta didik memiliki andil dengan hasil belajarnya, semakin tinggi tingkat kecerdasan intelektual peserta didik maka semakin tinggi pula hasil belajarnya. Hasil belajar tidak lepas dari adanya peranan kemampuan kognitif seseorang. Para ahli meyakini bahwa seseorang yang pandai dan sukses adalah yang mempunyai kecerdasan intelektual tinggi, sehingga mampu menyelesaikan masalah dengan logis dan akademis. Gunasekaran, S. S et al (2016: 154) menyatakan bahwa kecerdasan intelektual merupakan faktor yang mendasar untuk memprediksikan capaian keberhasilan belajar dari peserta didik.

Kecerdasan intelektual merupakan kecerdasan berpikir, yang dapat membantu manusia dalam menghadapi dan menyesuaikan diri dengan lingkungan, maupun memecahkan persoalan secara logis dengan

menggunakan konsep-konsep abstrak sehingga membentuk struktur berpikir yang efektif (Gottfredson, 2016: 116). Kecerdasan intelektual berpotensi dalam membentuk sikap atau tindakan berupa kecepatan, kemudahan dan ketepatan sehingga seseorang yang memiliki kualitas kecerdasan intelektual tinggi akan mampu menyelesaikan permasalahan dengan mudah, cepat dan akurat. Tingkat kecerdasan intelektual merupakan faktor yang menentukan berhasil tidaknya peserta didik di sekolah. Pengetahuan mengenai tingkat kecerdasan intelektual peserta didik akan membantu guru dalam menentukan apakah peserta didik mampu mengikuti proses pembelajaran, serta memprediksi keberhasilan atau kegagalan peserta didik yang bersangkutan setelah mengikuti proses pembelajaran. Kecerdasan intelektual juga akan menentukan keberhasilan peserta didik dalam mengembangkan potensi yang ada dalam diri masing-masing peserta didik (Sears, D. A et al., 2013: 1153).

Kecerdasan intelektual ini perlu dikembangkan agar peserta didik lebih cepat dan lebih tepat memecahkan berbagai persoalan dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Fungsi kecerdasan intelektual mulai dari tingkat mengingat, memahami, mengaplikasikan, menganalisis, mensintesis sampai dengan mengevaluasi menjadi sebuah proses berpikir yang melahirkan penalaran dan kreatifitas yang tinggi dari peserta didik. Dengan kecerdasan intelektual yang bagus, peserta didik diharapkan akan mampu mendapatkan hasil belajar pendidikan jasmani yang baik.

Hasil penelitian dari Al-Kalbani et al (2015: 575) menunjukkan bahwa kecerdasan intelektual mempengaruhi tinggi rendahnya hasil belajar dari peserta didik. Senada dengan penelitian Ava Guez et al (2018: 40) menunjukkan hasil yang signifikan pada hubungan antara kecerdasan intelektual dengan hasil belajar pendidikan jasmani. Semakin tinggi kecerdasan intelektual peserta didik, maka hasil belajar yang dicapai pun akan semakin tinggi. Demikian juga sebaliknya, semakin rendah kecerdasan intelektual peserta didik, maka prestasi belajarpun cenderung rendah. Hal tersebut didukung dengan penelitian dari Roth et al (2015: 118) yang menjelaskan bahwa peserta didik yang memiliki IQ tinggi memiliki hasil belajar yang lebih baik daripada peserta didik yang memiliki IQ rendah.

d. Hubungan antara Kebiasaan Belajar dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani

Hasil analisis data membuktikan ada hubungan yang positif dan signifikan antara kebiasaan dengan hasil belajar pendidikan jasmani, ditunjukkan dengan nilai R sebesar 0,738 dan nilai sig sebesar 0,000. Karena nilai sig $0,000 < 0,05$ maka dapat dinyatakan terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kebiasaan belajar dengan hasil belajar pendidikan jasmani. Kemudian melihat dari tabel pengkategorian yang menunjukkan kebiasaan belajar peserta didik pada kategori yang rendah dan hasil belajar yang kurang optimal, artinya kebiasaan belajar juga memiliki perananan penting bagi peserta didik untuk mendapatkan hasil

belajar pendidikan jasmani yang optimal. Hal tersebut diartikan semakin rendah kebiasaan belajar peserta didik maka semakin kurang optimal hasil belajarnya tetapi apabila semakin tinggi kebiasaan belajar peserta didik maka akan semakin tinggi peserta didik memperoleh hasil belajar yang optimal.

Keberhasilan peserta didik dalam belajar juga ditentukan oleh faktor yang berasal dari dalam diri maupun luar diri peserta didik itu sendiri. Faktor internal selain motivasi belajar yang menjadi indikator baiknya hasil belajar peserta didik adalah kebiasaan belajar peserta didik itu sendiri. Seorang peserta didik dikatakan memiliki kebiasaan belajar yang baik apabila ia mampu memilih cara-cara belajar yang baik sehingga tercapai suasana belajar yang benar-benar mendukungnya untuk belajar (Goda, Y et al., 2013: 867). Dengan suasana belajar yang menyenangkan, peserta didik akan lebih mudah memahami apa yang dipelajari sehingga penguasaan terhadap materi pelajaran juga akan semakin meningkat.

Tingkah laku dan kebiasaan belajar yang tekun, rajin, dan daya serta upaya yang kuat pasti akan memiliki hasil yang seimbang, namun jika tingkah laku dan kebiasaan belajar yang kurang baik dikhawatirkan akan melahirkan hasil belajar yang kurang baik juga. Secara parsial, kebiasaan belajar memberi peranan yang signifikan terhadap hasil belajar peserta didik. Semakin baik kebiasaan belajar yang dimiliki peserta didik, maka diharapkan akan semakin tinggi hasil belajarnya.

Ada beberapa aspek dalam kebiasaan belajar yang harus dilakukan peserta didik agar memiliki kebiasaan belajar yang baik. Aspek pertama dari kebiasaan belajar adalah keteraturan. Keteraturan yang dimaksud adalah kebiasaan mengikuti pelajaran secara teratur, mencatat hal-hal penting yang disampaikan oleh guru, menanyakan kepada guru pelajaran yang belum dipahami, menyimpan dan memelihara secara teratur alat perlengkapan untuk belajar, dan kebiasaan membaca buku-buku pelajaran. Aspek kedua adalah disiplin. Disiplin merupakan ketaatan atau kepatuhan terhadap rencana kerja yang telah ditentukan, meliputi disiplin dalam memantapkan penguasaan materi pelajaran, serta aktif berdiskusi di dalam kelas dengan teman sejawat. Aspek ketiga yaitu konsentrasi. Dalam belajar, konsentrasi berarti pemusatan pikiran terhadap suatu mata pelajaran dengan menyampingkan semua hal yang tidak berhubungan dengan apa yang sedang dipelajari. Ketiga aspek kebiasaan belajar tersebut harus diterapkan kepada peserta didik sebagai salah satu program untuk mencapai hasil belajar yang optimal.

Setiap peserta didik membutuhkan kebiasaan belajar yang efektif dalam kegiatan belajar, sehingga kebiasaan belajar mempunyai andil yang besar terhadap hasil belajar yang ingin dicapai. Pembentukan kebiasaan belajar juga perlu pengembangan, karena dengan pembentukan kebiasaan belajar maka hasil belajar yang ingin dicapai dapat diperoleh dengan optimal. Dengan membiasakan belajar dengan baik maka peserta didik dapat memperoleh berbagai manfaat. Karena dalam proses pembelajaran,

pembiasaan belajar juga termasuk salah satu hal yang penting bagi peserta didik.

Kebiasaan belajar merupakan salah satu kunci untuk mencapai hasil belajar yang baik, kebiasaan belajar peserta didik akan menentukan bagaimana ia akan belajar (Göğüş, A et al., 2011: 586). Jika peserta didik memiliki gaya belajar yang baik maka akan terbentuk kebiasaan baik yang juga dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik. Kebiasaan belajar yang baik dan juga kondusif bagi peserta didik akan memudahkan dalam hal menguasai materi pelajaran, sehingga peserta didik dapat memperoleh hasil belajar yang terbaik.

Kebiasaan belajar yang buruk akan menyulitkan peserta didik dalam memahami materi dalam proses pembelajaran di sekolah, menghambat kemajuan belajar, dan memperoleh hasil belajar yang kurang optimal. Karena kebiasaan belajar merupakan salah satu hal yang paling penting yang dapat mempengaruhi hasil belajar peserta didik, jika peserta didik memiliki kebiasaan belajar yang baik maka hasil belajarnya akan baik, sebaliknya jika kebiasaan belajar peserta didik tidak baik maka hasil belajarnya juga akan buruk. Oleh karena itu, perlu ditanamkan kepada peserta didik agar memiliki kebiasaan belajar yang baik sehingga peserta didik dapat mencapai hasil belajar yang optimal. Hal ini diperlukan untuk menumbuhkan kebiasaan belajar peserta didik sedikit demi sedikit untuk mencapai kebiasaan belajar yang baik.

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat dinyatakan bahwa kebiasaan belajar memiliki hubungan dengan hasil belajar peserta didik. Hal ini mengindikasikan bahwa hasil belajar akan semakin meningkat seiring dengan semakin baiknya kebiasaan belajar dari peserta didik.

e. Hubungan antara Kebugaran Jasmani, Motivasi Belajar, Kecerdasan Intelektual dan Kebiasaan Belajar dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani

Hasil analisis regresi ganda dengan uji F diperoleh nilai F hitung sebesar 228,753 dan F tabel sebesar 2,37 (dengan $df_1=4, df_2=229$), dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. Sedangkan nilai korelasinya yaitu sebesar 0,895. Hal tersebut dapat disimpulkan kebugaran jasmani (X1), motivasi belajar (X2), kecerdasan intelektual (X3), dan kebiasaan belajar secara bersama-sama mempunyai hubungan yang positif dan signifikan terhadap hasil belajar (Y). Besarnya sumbangan yang diberikan masing-masing variabel bebas terhadap variabel terikat adalah variabel kebugaran jasmani mempunyai sumbangan efektif sebesar 25,4% variabel motivasi belajar mempunyai sumbangan efektif sebesar 17,7% variabel kecerdasan intelektual mempunyai sumbangan efektif sebesar 23,8% dan kebiasaan belajar sebesar 13,2% sedangkan sisanya sebesar 19,9% disebabkan oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Dari hasil analisis diatas menunjukkan bahwa Kebugaran jasmani yang baik akan membantu peserta didik memiliki motivasi belajar yang tinggi. Dengan motivasi belajar yang tinggi peserta didik akan

meningkatkan pengetahuannya dan menambah intelegensi yang ia miliki. Ketiga hal tersebut tentunya akan memabntu peserta didik dalam mencapai hasil belajar pendidikan jasmani yang optimal tetapi ketiga hal di atas juga harus diikuti dengan kebiasaan belajar yang baik dari peserta didik. Kebugaran jasmani, motivasi belajar, kecerdasan intelektual, dan kebiasaan belajar yang baik akan membantu peserta didik mendapatkan hasil belajar pendidikan jasmani secara optimal. Peserta didik dengan keadaan kebugaran jasmani yang baik, motivasi belajar yang tinggi, intelegensi yang tinggi, dan kebiasaan belajar yang baik akan mampu mendapatkan hasil belajar pendidikan jasmani yang baik daripada peserta didik yang tidak memiliki kebugaran jasmani, motivasi belajar, kecerdasan intelektual, dan kebiasaan belajar yang baik khususnya pada peserta didik sekolah menengah atas.

D. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini telah dilaksanakan dan dilakukan sesuai prosedur ilmiah, namun demikian masih memiliki keterbatasan antara lain:

1. Disadari bahwa beberapa hal yang mempunyai hubungan dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani sangat banyak, sementara peneliti hanya melibatkan empat variabel saja yaitu Kebugaran Jasmani, Motivasi Belajar, Kecerdasan Intelektual, dan Kebiasaan Belajar. Meskipun antara variabel bebas dengan variabel terikat terdapat hubungan, besarnya hubungan kebugaran jasmani, motivasi belajar, kecerdasan intelektual, dan kebiasaan belajar terhadap hasil belajar ditunjukkan dengan koefisien

determinasi (R^2) sebesar 0,801 menunjukkan bahwa sumbangan kebugaran jasmani, motivasi belajar, kecerdasan intelektual, dan kebiasaan belajar terhadap hasil belajar pendidikan jasmani peserta didik sebesar 80,1% dan sisanya merupakan kontribusi dari variabel lain.

2. Pengukuran variabel, Motivasi Belajar, dan Kebiasaan Belajar diukur berdasarkan angket yang diisi sendiri oleh peserta didik sehingga belum dapat mengukur seberapa besar bagaimana motivasi belajar dan kebiasaan belajar secara menyeluruh. Hal ini dikarenakan penilaian peserta didik yang tentunya bersifat subyektif karena peserta didik menilai dirinya sendiri dan hasilnya sulit untuk dikontrol.
3. Keterbatasan tenaga dan waktu penelitian mengakibatkan peneliti tidak dapat mengontrol kesungguhan, kondisi fisik dan psikis tiap peserta didik pada saat melakukan tes.
4. Keterbatasan tempat penelitian sehingga peneliti tidak dapat membuat lapangan lintasan lari dengan spesifik.
5. Peneliti tidak dapat mengontrol asupan makanan, istirahat, dan aktivitas diluar sehingga pada saat tes tidak diketahui apakah peserta didik memiliki stamina yang cukup atau tidak
6. Hasil tes IQ peserta didik diambil dari hasil tes IQ yang telah dilakukan oleh sekolah.
7. Pengambilan data nilai raport peserta didik beberapa sudah di *mark up* oleh guru agar peserta didik mendapatkan nilai diatas kriteria ketuntasan minimum.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil analisis yang dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Berdasarkan analisis diperoleh nilai sig kebugaran jasmani dengan hasil belajar pendidikan jasmani $0,000 < 0,05$ sehingga dapat dinyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel kebugaran jasmani dengan variabel hasil belajar pendidikan jasmani. Nilai korelasi antara kebugaran jasmani dengan hasil belajar pendidikan jasmani sebesar 0,745 yang artinya hubungan kedua variabel tersebut dapat dikatakan kuat dan memiliki hubungan yang positif. Kebugaran jasmani memberikan sumbangan efektif sebesar 25,4% terhadap hasil belajar pendidikan jasmani. Hubungan tersebut dapat diartikan semakin baik kebugaran jasmani yang dimiliki oleh peserta didik maka akan semakin tinggi juga peluang peserta didik mendapatkan hasil belajar pendidikan jasmani yang optimal.
2. Berdasarkan analisis diperoleh nilai sig motivasi belajar dengan hasil belajar pendidikan jasmani $0,000 < 0,05$ sehingga dapat dinyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel motivasi belajar dengan variabel hasil belajar pendidikan jasmani. Nilai korelasi antara motivasi belajar dengan hasil belajar pendidikan jasmani sebesar 0,764 yang artinya hubungan kedua variabel tersebut dapat dikatakan kuat dan memiliki hubungan yang positif. Motivasi Belajar

memberikan sumbangan efektif sebesar 17,7% terhadap hasil belajar pendidikan jasmani. Hubungan tersebut dapat diartikan semakin tinggi motivasi belajar yang dimiliki oleh peserta didik maka akan semakin tinggi peluang peserta didik mendapatkan hasil belajar pendidikan jasmani yang optimal.

3. Berdasarkan analisis diperoleh nilai sig kecerdasan intelektual dengan hasil belajar pendidikan jasmani $0,000 < 0,05$ sehingga dapat dinyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel kecerdasan intelektual dengan variabel hasil belajar pendidikan jasmani. Nilai korelasi antara kecerdasan intelektual dengan hasil belajar pendidikan jasmani sebesar 0,752 yang artinya hubungan kedua variabel tersebut dapat dikatakan kuat dan memiliki hubungan yang positif. Kecerdasan Intelektual memberikan sumbangan efektif sebesar 23,8% terhadap hasil belajar pendidikan jasmani. Hubungan tersebut dapat diartikan semakin baik kecerdasan intelektual yang dimiliki oleh peserta didik maka peluang peserta didik mendapatkan hasil belajar pendidikan jasmani yang optimal.
4. Berdasarkan analisis diperoleh nilai sig kebiasaan belajar dengan hasil belajar pendidikan jasmani $0,000 < 0,05$ sehingga dapat dinyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel kebiasaan belajar dengan variabel hasil belajar pendidikan jasmani. Nilai korelasi antara kebiasaan belajar dengan hasil belajar pendidikan jasmani sebesar 0,738 yang artinya hubungan kedua variabel tersebut dapat

dikatakan kuat dan memiliki hubungan yang positif. Kebiasaan belajar memberikan sumbangan efektif sebesar 13,2% terhadap hasil belajar pendidikan jasmani. Hubungan tersebut dapat diartikan semakin baik kebiasaan belajar yang dimiliki oleh peserta didik kemungkinan besar dapat membantu peserta didik mendapatkan hasil belajar pendidikan jasmani yang optimal.

5. Ada hubungan yang positif dan signifikan antara kebugaran jasmani, motivasi belajar, kecerdasan intelektual, kebiasaan belajar dengan hasil belajar pendidikan jasmani peserta didik kelas khusus olahraga sekolah menengah atas negeri se-Daerah Istimewa Yogyakarta, hal ini ditunjukkan dengan nilai F hitung $> F$ tabel ($228,753 > 2,37$) dan nilai sig $0,000 < 0,05$. Sedangkan nilai korelasinya yaitu sebesar 0,895. Hubungan tersebut dapat diartikan semakin baik kebugaran jasmani, motivasi belajar, kecerdasan intelektual, kebiasaan belajar yang dimiliki oleh peserta didik maka akan semakin tinggi peluang peserta didik mendapatkan hasil belajar pendidikan jasmani yang optimal.

B. Implikasi

Hasil Penelitian ini menunjukkan bahwa Ada hubungan yang Signifikan antara Kebugaran Jasmani, Motivasi Belajar, Kecerdasan Intelektual, dan Kebiasaan Belajar dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani. Dengan hasil penelitian yang diperoleh dapat diimplikasikan bahwa untuk meningkatkan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani dapat dilakukan dengan cara meningkatkan

Kebugaran Jasmani, Motivasi Belajar, Kecerdasan Intelektual, dan Kebiasaan Belajar ke tingkat yang lebih baik.

C. Saran

Dari pembahasan, kesimpulan dan implikasi maka peneliti ingin mengajukan saran sebagai berikut:

1. Bagi Sekolah Menengah Atas Daerah Istimewa Yogyakarta yang Terdapat Kelas Khusus Olahraga.

Supaya Hasil Belajar pendidikan jasmani yang optimal dapat tercapai maka pihak sekolah diharapkan mampu memberikan peningkatan motivasi kepada peserta didik agar lebih bersemangat untuk belajar dan tentunya berprestasi, selain itu sekolah merupakan tempat bagi peserta didik untuk belajar mengembangkan bakat dan kemampuan yang dimiliki. Oleh karena itu sekolah mempunyai kewajiban untuk menyediakan fasilitas belajar yang lengkap, lingkungan yang nyaman, kondusif agar hasil belajar pendidikan jasmani yang dicapai oleh peserta didik menjadi optimal.

2. Bagi Peserta Didik Kelas Khusus Olahraga

Peserta didik hendaknya mempunyai senantiasa menjaga kebugaran jasmaninya, meningkatkan kebiasaan belajar, motivasi belajar sehingga dapat lebih berkonsentrasi dan bersemangat dalam belajar sehingga hasil belajar pendidikan jasmani yang dicapai oleh peserta didik menjadi optimal dan lebih baik dari sebelumnya.

3. Bagi Peneliti

Peneliti selanjutnya disarankan agar dapat mengembangkan penelitian ini lebih luas dan mendalam, terkait dengan metode pengumpulan data. Metode pengumpulan data dengan wawancara akan lebih efektif dalam mengungkap gejala-gejala yang muncul dan dapat dirumuskan datanya dengan lebih baik. Penelitian juga dapat dilakukan secara kelompok dengan menambah jumlah populasi tidak hanya sebatas satu provinsi saja namun bisa diperluas menjadi berbagai provinsi di Indonesia sehingga hasil penelitian dapat digeneralisasikan secara lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Abós, Á, Sevil, J., Julián, J. A., Abarca-Sos, A., and García-González, L. (2017). Improving students' predisposition towards physical education by optimizing their motivational processes in an acrosport unit. *Eur. Phys. Educ. Rev.* 23, 444–460.
- Alfrey, L, O'Connor, J, Jeanes, R (2017) Teachers as policy actors: co-creating and enacting critical inquiry in secondary health and physical education. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 22(2): 107-120.
- Al-Kalbani, M. S., & Al-Wahaibi, S. S. (2015). Testing the multiple intelligences theory in Oman. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 190, 575-581.
- Akre, A., & Bhimani, N. (2015). Co-relation between physical fitness index (PFI) and body mass index in asymptomatic college girls. *Journal of Exercise Science and Physiotherapy*, 11(2), 129.
- A.M, Sardiman. (2014). *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rajawali Pers. 66-74
- Amiruddin, A., Askar, A., & Yusra, Y. (2019). Development of Islamic Religious Education Learning Model based on Multicultural Values. *International Journal Of Contemporary Islamic Education*, 1 (1), 1-19.
- Arabmokhtari, R., Khazani, A., Bayati, M., Barmaki, S., & Fallah, E. (2018). Relationship between body composition and cardiorespiratory fitness in students at postgraduate level. *Zahedan Journal of Research in Medical Sciences*, 20 (2).
- Arifin, Z. (2018). Pengaruh Latihan Senam Kebugaran Jasmani (SKJ) terhadap Tingkat Kebugaran Siswa Kelas V di Min Donomulyo Kabupaten Malang. *Journal AL Mudarris*, 1(1), 22-29. ISSN: 2620 – 4355.
- Armade, M., & Manurizal, M. (2019). Pengaruh Metode Latihan Senam Kebugaran Jasmani (SKJ 2012) Versi Low Impact terhadap Kebugaran Jasmani pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian. *Penjaskesrek Journal*, 6 (1). ISSN: 2355-0058.
- Asrul. (2018). Upaya Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Melalui Kegiatan Permainan Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Dan Kesehatan Di Kelas Ix Smpn 3 Pasir Peny. *Jurnal Pendidikan Tambusai*. Volume 2 Nomor 5. (175).

- Auger, D., Fortier, J., Thibault, A., Magny, D., & Gravelle, F. (2010). Characteristics and Motivations of Sports Officials in the Province of Quebec. *International Journal of Sport Management Recreation & Tourism*, 5(b), 29-50.
- Ava Gueza., Hugo Peyreb., Marion Le Camd., Nicolas Gauvrite., Franck Ramusa. Are high-IQ students more at risk of school failure. (2018). *Intelligence* (71), 32–40.
- Babenko, O., & Mosewich, A. (2017). In Sport and Now in Medical School: Examining Students' WellBeing and Motivations for Learning. *International Journal of Medical Education*, 8, 336, 78-85
- Baert, S., Omeij, E., & Verhaest, D. (2015). Bring Me Good Marks! On The Relationship Between Sleep Quality and Academic Achievement. *Social Science dan Medicine*, 130, 91-98.
- Barkoukis, V., Taylor, I., Chanal, J., and Ntoumanis, N. The relation between student motivation and student grades in physical education: a 3-year investigation. (2014). *Scand. J. Med. Sci. Sport*. 24, 406–414.
- Baro, M., Sonowal, A., Thapa, S. K., & Singh, O. J. (2017). Relationship among explosive leg strength, leg length and speed of inter college level sprinters. *Journal of Human Sport and Exercise*, 2(1), 276-278
- Batista, M., Cubo, D. S., Honorio, S., & Martins, J. (2016). The practice of physical activity related to self-esteem and academical performance in students of basic education. *Journal of Human Sport and Exercise*, 11(2), 297-310.
- Benjamin, D. J. Brown, S. A. & Shapiro, J. M. (2013). Who is 'behavioral'? Cognitive ability and anomalous preferences. *Journal of the European Economic Association*, 11(6), 1231-1255.
- Bernal, J. C., Nix, C., & Boatwright, D. (2012). Sport Officials' Longevity: Motivation and Passion for the Sport. *International Journal of Sport Management, Recreation & Tourism*, 10, 28-39.
- Bertills, K., Granlund, M., Dahlström, Ö., & Augustine, L. (2018). Relationships between physical education (PE) teaching and student self-efficacy, aptitude to participate in PE and functional skills: with a special focus on students with disabilities. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 23(4), 387–401.

- Budi, D. R., Kusuma, M. N. H., Syafei, M., & Stephani, M. R. (2019). The Analysis of Fundamental Movement Skill in Primary School Student in Mountain Range.
- Castelli, D. M., Glowacki, E., Barcelona, J. M., Calvert, H. G., & Hwang, J. (2015). Active education: Growing evidence on physical activity and academic performance. *Active Living Research*, 1, 15.
- Chen, T., Hui, E. C. M., Lang, W., & Tao, L. (2016). People, recreational facility and physical activity: New-type urbanization planning for the healthy communities in China. *Habitat International*, 58, 12- 22.
- Cid, L., Pires, A., Borrego, C., Duarte-Mendes, P., Teixeira, D. S., Moutão, J. M., et al. Motivational determinants of physical education grades and the intention to practice sport in the future. (2019). *PloS One* 14:0217218
- Conway, A. R. A., Kovacs, K. (2015). New and emerging models of human intelligence. *Wiley Interdisciplinary Reviews: Cognitive Science*, 6, 419-426.
- Darmaji, D., Astalini, A., Kurniawan, D. A., & Perdana, R. (2019). A study relationship attitude toward physics, motivation, and character discipline students senior high school, in Indonesia. *International Journal of Learning and Teaching*, 11(3), 99-109.
- De Silva, A. D. A., Khatibi, A., & Azam, S. M. F. (2018). Do the demographic differences manifest in motivation to learn science and impact on science performance? Evidence from Sri Lanka. *International Journal of Science and Mathematics Education*, 16(1), 47-67.
- Degeng, Nyoman, S. (2013). Ilmu Pembelajaran: Klasifikasi Variabel untuk Pengembangan Teori dan Penelitian. Bandung: Aras Media
- Dutton, E., van der Linden, D., & Lynn, R. (2016). The negative Flynn Effect: A systematic literature review. *Intelligence*, 59, 163-169.
- El Khuluqo, Ikhsan. (2017). Belajar dan Pembelajaran Konsep Dasar Metode dan Aplikasi Nilai- nilai Spiritual Dalam Proses Pembelajaran. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Ellen W Rowe, Cristin Miller, Lauren A Ebenstein, and Dawna F Thompson. (2012). Cognitive predictors of reading and math achievement among gifted referrals. *School psychology quarterly : the official journal of the Division of School Psychology, American Psychological Association*, 27:144–53.

- Foster, E. A., Lieberman, L. J., Perreault, M., & Haibach-Beach, P. S. (2019). Constraints Model for Improving Motor Skills in Children with CHARGE Syndrome. *Palaestra*, 33 (2).
- Gallegos, Antonio. G., Extremera, Antonio. B., Lopez, Manuel. G., & Abraldes Arturo. (2014). Importance of Physical Education: Motivation and Motivational Climate. *ScienceDirect.Procedia Social and Behavioral Science*, 132. Doi: 10.1016/j.sbspro.2014.04323
- Giriwijoyo, S. & Sidik, D.Z. (2017). Ilmu kesehatan olahraga. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Goda, Y., Yamada, M., Matsuda, T., Kato, H. Saito, H. & Miyagawa, H. (2013). Categorization of Learning Behaviour in e-Learning. *Proceedings of 29th Annual Conference of Japan Society of Educational Technology*. 867–868.
- Göğüş, A., & Güneş, H. (2011). Learning styles and effective learning habits of university students: a case from Turkey. *College Student Journal*, 586-600.
- Gomez-Baya, D., Reis, M., and Gaspar de Matos, M. (2019). Positive youth development, thriving and social engagement: an analysis of gender differences in Spanish youth. *Scand. J. Psychol.* 60, 559-568
- Gottfredson, L. S. (2016). Hans Eysenck's theory of intelligence, and what it reveals about him. *Personality and Individual Differences*, 103, 116–127.
- Granero-Gallegos, A. Et al (2014). Importance of Physical Education: motivation and motivational Climate. Elsevier, ScienceDirect: *Procedia – Social and Behavioral Sciences* 132 (2014) 364-370
- Gunasekaran, S. S., Ahmad, M. S., Tang, A., & Mostafa, S. A. (2016). The Collective Intelligence concept: A literature review from the behavioral and cognitive perspective. 154–159.
- Gunawan, Imam, dan Anggarini Retno Palupi. (2016). “Taksonomi Bloom-Revisi Ranah Kognitif: Kerangka Landasan Untuk Pembelajaran, Pengajaran, dan Penilaian.” *Premiere Educandum: Jurnal Pendidikan Dasar dan Pembelajaran* 2 (02): 98-117.
- Huang, W. Y., & Hsu, C. C. (2019). Research on the Motivation and Attitude of College Students Physical Education in Taiwan. *Journal of Physical Education and Sport*. 19. 69-79.

- Huda, Miftahul. (2013). Model-model Pengajaran dan Pembelajaran. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- I Made, Putra., Adi, Putu., Wijaya Agus. (2020) Hubungan antara Motivasi Belajar dengan Hasil Belajar PJOK. Indonesian Journal of Sport & Tourism. Vol 2. No 2. 59-66.
- Irianto, F. Y. (2013). Hubungan Status Gizi dan Aktivitas Olahraga dengan Tingkat Kebugaran. Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan, 01(01), 475-478.
- J. W. Ko, S. Park, H. S. Yu, S. J. Kim, and D. M. Kim, "The Structural Relationship Between Student Engagement and Learning Outcomes in Korea," *Asia-Pacific Educ. Res.*, vol. 25, no. 1, pp. 147-157, Feb. 2016
- Joanne L. Slavin and Beate Lloyd. (2016). Health Benefits of Fruits and Vegetables. American Society for Nutrition. *Adv. Nutr.* 3: 506- 516.
- Judice, P. B., Silva, A. M., Berria, J., Petroski, E. L., Ekelund, U., & Sardinha, L. B. (2017). Sedentary patterns , physical activity and health-related physical fitness in youth : a cross-sectional study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 14(25), 138.
- Jurik V., Gröschner A., Seidel T. (2014). Predicting students' cognitive learning activity and intrinsic learning motivation: how powerful are teacher statements, student profiles, and gender? *Learn. Individ. Differ.* 32 132–139.
- Karkera, A., & Swaminathan, N. (2013). Physical Fitness and Activity Level samong Urban School Children and their Rural Counterparts. *Indian Journal Pediatr.*
- Kayani, S., Kiyani, T., Wang, J., Zagalaz Sanchez, M., Kayani, S., & Qurban, H. (2018). Physical Activity and Academic Performance: The Mediating Effect of Self-Esteem and Depression. *Sustainability*, 10 (10), 3633.
- Komarudin. (2015). Psikologi Olahraga. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Komarudin. (2016). Membentuk Kematangan Emosi dan Kekuatan Berpikir Positif Pada Remaja Melalui Pendidikan Jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. 12 (2). 73.

- Kosinski, M., Bachrach, Y., Kasneci, G., Van Gael, J., & Graepel, T. (2012). Crowd IQ: Measuring the Intelligence of Crowdsourcing Platforms. *Proceedings Of The 3rd Annual Acm Web Science Conference*. 151-160.
- Kriswanto, E. S., Prasetyawati Tri P.S., I., Meikahani, R., & Suhajana, F. (2019). Smartphone: Social Attitude and Healthy Lifestyle.
- Kyan, A., Takakura, M., & Miyagi, M. (2018). Does physical fitness affect academic achievement among Japanese adolescents? A hybrid approach for decomposing within-person and between-persons effects. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(9), 1901.
- Lee, J., & Martin, L. (2017). Investigating Students' Perceptions of Motivating Factors of Online Class Discussions. *International Review of Research in Open and Distance Learning*, 18(5), 148-172.
- Lee, S. H., Han, J. H., Jin, Y. Y., Lee, I. H., Hong, H. R., Kang, H. S. (2016). Poor physical fitness is associated with elevated risk factor for mild cognitive impairment in Korean older adults. *BiolSport*. 33(1):57-62.
- Lengkana, A. S., & Sofa, N. S. N. (2017). Kebijakan Pendidikan Jasmani dalam Pendidikan. *Jurnal Olahraga*, 3(1), 1-12.
- Li, K. C., Lee, L. Y. K., Wong, S. L., Yau, I. S. Y., & Wong, B. T. M. (2019). The effects of mobile learning for nursing students: an integrative evaluation of learning process, learning motivation, and study performance. *International Journal of Mobile Learning and Organisation*, 13 (1), 51-67.
- Liu, J., Shangguan, R., Keating, X. D., Leitner, J., & Wu, Y. (2017). A Conceptual Physical Education Course and College Freshmen's Health-Related Fitness. *Health Education*, 117 (1). 53-68.
- Lotulung, C. F., Ibrahim, N., & Tumurang, H. (2018). Effectiveness of Learning Method Contextual Teaching Learning (CTL) for Increasing Learning Outcomes of Entrepreneurship Education. *Turkish Online Journal of Educational Technology*. TOJET, 17(3), 37-46.
- Lv, Z. &. (2016). Does intelligence affect health care expenditure? Evidence from across- country analysis. *Journal of Intelligence*, 55, 86-89.
- M., S. A. (2016). Interaksi & Motivasi Belajar Mengajar. In *Interaksi & Motivasi Belajar Mengajar* (pp. 73- 84-85).

- Mahardika, I Made Sriundy. (2014). *Evaluasi Pengajaran*. Surabaya: Unesa University Press.
- Mansur. (2014). Pengaruh *Complex Training Manipulation* Terhadap Peningkatan *Power* Otot Tungkai Pada Mahasiswa Prodi PKO FIK UNY. *Penelitian Berbasis Keahlian FIK UNY*. 41.
- Mansur., Purnomo Eddy. (2015). Pengaruh Manipulasi Latihan Beban dan Pliometrik Terhadap Kelincahan. *Penelitian Pengembangan Doktor FIK UNY*. 29.
- Marco, L. G., Serrat, S. B., Garcia, M. C., Gross, M. G., & Marco, L. G. (2017). Amino acids in take and physical fitness among adolescents. *Amino Acids*, 49 (6).
- McMillan, R., Mcisaac, M., & Janssen, I. (2016). Family structure as a correlate of organized sport participation among youth. *PloS ONE*, 11(2).
- Meeusen, R. (2014). Exercise, Nutrition and the Brain. *Sports Medicine*, 44 (1), 4756.
- Mullender-Wijnsma, M. J., Hartman, E., de Greeff, J. W., Bosker, R. J., Doolaard, S., & Visscher, C. (2015). Improving academic performance of school-age children by physical activity in the classroom: 1-year program evaluation. *Journal of School Health*, 85(6), 365–371.
- Muawanah. (2018). Pentingnya Pendidikan Untuk Tanamkan Sikap Toleran di Masyarakat. *Jurnal Vijjacariya*. 5(1). 57-70.
- Muhammad, R., Saefulmilah, I., & Saway, M. H. M. (2020). Hambatan pada Pelaksanaan Pembelajaran Daring di SMA Riyadhul Jannah. 393-404. <https://ejournal.stitpn.ac.id/index.php/nusantara>
- Nachiappan, Nappiah., dkk. (2013). Analysis of Cognition Integration in Intellegence Quotient (IQ), Emotional Quotient, and Spiritual Quotient in Transforming Cameroon Highlands Youths through Hermeneutics Pedagogy. *International Conference on Education and Educational Psychology*. 112. 888-897.
- Ngatman & Andriyani F.D. (2017). *Tes dan Pengukuran Untuk Evaluasi dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Yogyakarta: Fadila Tama.

- Nwimo, I. O., & Orji, S. A. (2015). Physical fitness among school children: Review of empirical studies and implications for physical and health education. *J. Tourism Hosp. Sports*, 10, 9-15.
- Pietschnig, J., & Voracek, M. (2015). One century of global IQ gains: A formal metaanalysis of the Flynn effect (1909-2013). *Perspectives on Psychological Science: A Journal of the Association for Psychological Science*, 10(3), 282-306.
- Prakoso, D. P., & Hartono, S. (2015). Pengukuran Tingkat Kebugaran Jasmani Terhadap Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bola Voli di SMA Dr. Soetomo Surabaya. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 3(1), 9-13.
- Prawira, Purwa Atmaja. (2013). Psikologi Pendidikan dalam Prespektif Baru, Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Priyatno, Duwi. (2016). Belajar Alat Analisis Data Dan Cara Pengolahannya Dengan SPSS Praktis dan Mudah Dipahami untuk Tingkat Pemula dan Menengah. Yogyakarta: Gava Media.
- Pulung, R., & Betaubun, P. (2019). Effect of Student Learning Model on Emotional Intelligence. *International Journal of Management (IJM)*, 10(6), 54–60.
- Puspitasari, Etika Dyah, dan Novi Febrianti. (2018). “Analisis Keterampilan Psikomotorik Mahasiswa pada Praktikum Biokimia dan Korelasinya dengan Hasil Belajar Kognitif.” *Jurnal Pendidikan Biologi* 8 (1): 31-38.
- Richardson, R. A., Ferguson, P. A., and Maxymiv, S. (2017). Applying a positive youth development perspective to observation of bereavement camps for children and adolescents. *J. Soc. WorkEndLife Palliat. Care* 13, 173-192.
- Roth, B., Becker, N., Romeyke, S., Schäfer, S., Domnick, F., & Spinath, F. M. Intelligence and school grades: A meta-analysis. (2015). *Intelligence*, 53, 118–137.
- Sallis, J. F., McKenzie, T. L., Beets, M. W., Beighle, A., Erwin, H., & Lee, S. (2012). Physical education’s role in public health: Steps forward and backward over 20 years and HOPE for the future. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 83(2), 125-135.
- Samir Abou El-Seoud, M., Taj-Eddin, I. A. T. F., Seddiek, N., El-Khouly, M. M., & Nosseir, A. (2014). E-learning and Students’ Motivation: A Research Study on the Effect of Elearning on Higher Education. *International Journal of Emerging Technologies in Learning*, 9 (4), 20-26.

- Santika, I. G. P. N. A. (2015). Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) Dan Umur Terhadap Daya Tahan Umum (Kardiovaskuler) Mahasiswa Putra Semester II Kelas A Fakultas Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan IKIP PGRI Bali Tahun 2014. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 1(1), 42-47.
- Sarfriyanda, J., Karim, D., & Dewi, A. P. (2015). Hubungan Antara Kualitas Tidur dan Kuantitas Tidur Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa. *Jurnal Online Mahasiswa (JOM) Bidang Ilmu Keperawatan*, 2(2), 1178-1185.
- Sari, Nanda., Sin, Hauw. (2020). Hubungan Tingkat Kebugaran Jasmani dan Motivasi Belajar dengan Hasil Belajar Mata Pelajaran Penjas Pada Kurikulum 2013. *Jurnal Sports Sainatika*. Hal 193.
- Sarwono, Sarlito W. (2016). *Psikologi Remaja*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Sawyer, S. M., Azzopardi, P. S., Wickremarathne, D., and Patton, G. C. (2018). The age of adolescence. *Lancet Child Adolesc. Health* 2, 223-228.
- Sears, D. A., & Reagin, J. M. (2013). Individual versus collaborative problem solving: Divergent outcomes depending on task complexity. *Instructional Science*, 41(6), 1153–1172.
- Setiawan, A. (2017). Hubungan Authentic Assessment Dengan Motivasi Belajar Pendidikan Jasmani. *JUARA: Jurnal Olahraga*, 2(2), 143-150.
- Setiawan, A., & Alizamar. (2019). Relationship Between Self Control And Bullying Behavior Trends In Students Of SMP N 15 Padang. *Jurnal Neo Konseling*, 1(4), 1-7.
- Shomoro, Degele dan Mondal. (2014). *Spectrum International Journal of Humanities Comparative Relationships of Selected Physical Fitness Variables among Different College*. Vol : (1), No.II ISSN 2321-6808.
- Sinuraya, J. (2020). Tingkat Kebugaran Jasmani Mahasiswa Pendidikan Olahraga Universitas Quality Berastagi. *Kinestetik*, 4 (1), 26.
- Sopiah, N. & Ependi, U. (2014). Aplikasi Latihan Tes Iq Menggunakan Android. *J. Ilm. Matrik* 163 172.
- Soraya, I., & Sugihartono, T. (2019). Pengaruh Latihan SKJ 2018 terhadap Peningkatan Kebugaran Jasmani Mahasiswa Putri Penjas UNIB. *Kinestetik*, 3(2), 249-255. ISSN: 2685-6514.

- Sudjana, N. (2017). *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV Alfabeta.
- Suhajjana. (2013). Analisis Program Kebugaran Jasmani Pada Pusat – Pusat Kebugaran Di Yogyakarta, *Jurnal MEDIKORA*, Vol XI, No.2 Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sulistiono, (2014). Hubungan Asupan Energi, Protein, dan Suplemen dengan Tingkat Kebugaran. Semarang: *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 2(2), 23.
- Suresh, A., & Perinbaraj, S. B. (2016). Effect of SAQ Training Associated with Speed Training on Agility Explosive Power and Speed among Engineering College Sports Person. *International Journal of Recent Research and Applied Studies*. Volume 3, 6 (12),
- Susanti, Eva., Mohamad Jamhari., dan Samsurizal M Suleman. (2016). Pengaruh Model Pembelajaran Discovery Learning terhadap Keterampilan Sains dan Hasil Belajar Siswa. *Jurnal: Sains dan Teknologi Tadulako*. Vol 5, No 3, Hlm 36-41.
- Suyanto. (2013). Kontribusi Intelegensi Terhadap Prestasi Belajar Penjasorkes Siswa Kelas 5 SD Sukomanunggal Surabaya. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. Vol 01. No 03. Hal 647.
- Taylor, G., Jungert, T., Mageau, G. A., Schattke, K., Dedic, H., Rosenfield, S., et al. (2014). A self-determination theory approach to predicting school achievement over time: the unique role of intrinsic motivation. *Contemp. Educ. Psychol.* 39, 342–358.
- Tomoliyus., Margono., Sujarwo. (2013). Kemampuan Guru Tentang Pendidikan Jasmani dan Penilaian Berbasis Kinerja. *Jurnal Ilmiah Pendidikan*. Vol 2. 233.
- Trenshaw K. F., Revelo R. A., Earl K. A., Herman G. L. (2016). Using self-determination theory principles to promote engineering students' intrinsic motivation to learn. *Int. J. Eng. Educ.* 32 1194–1207.
- Tsafou, K. E., De Ridder, D. T. D., van Ee, R., & Lacroix, J. P. W. (2016). Mindfulness and satisfaction in physical activity: A cross-sectional study in the Dutch population. *Journal of Health Psychology*, 21(9), 1817-1827.

- Tuunainen E, Rasku J, Jantti P, Moisio-Vilenius P, Makinen E, Toppila E, et al. (2013). Postural Stability and Quality of Life After Guided and Self-Training Among Older Adults Residing in An Institutional Setting. *Clin Interv Aging*. 3(8), 37- 46.
- Ukpong, D. And George, I., (2013), 'Length of Study- Time Behaviour and Academic Achievement of Social Studies Education Students in the University of Uyo', *International Education Studies*, 6(3), pp.172-176.
- Uzma Hanif Gondal & Tajammal Husain. (2013). A Comparative Study of Intelligence Quotient and Emotional Intelligence: Effect on Employees Performance". *Asian Journal of Business Management*, 5,153-162.
- Veriansyah, I., Sarwono & Rindarjono, M. G. (2018) Hubungan Tingkat Intelegensi (IQ) Dan Motivasi Belajar Geografi Dengan Hasil Belajar Siswa Kelas X Sekolah Menengah Atas Singkawang Kota. *J. GeoEco* 4, 41-50.
- Wadsworth, D. D., Rudisill, M. E., Hastie, P. A., Boyd, K. L., & Rodriguez-Hernandez, M. (2014). Preschoolers physical activity and time on task during a mastery motivational climate and free play. *MHSalud*, 11(1), 2634.
- Warren B. Young, Brian Dawson, and Greg J. Henry. (2015). Agility and Change-of Direction Speed are Independent Skills: Implications for Training for Agility in Invasion Sports. *International Journal of Sports Science & Coaching* Volume 10 • Number 1.
- Wiens, K., Erdman, K. A., Stadnyk, M., & Parnell, J. A. (2014). Dietary supplement Usage, Motivation, and Education in Young Canadian Athletes. *International Journal of Sport Nutrition and Exercise Metabolism*, 24(6), 613-622.
- Wirnantika, I., Pratama, B. A., & Hanief, Y. N. (2017). Survey Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Kelas IV SDN Puhrubuh I dan MI Mambaul Hikam di Kabupaten Kediri Tahun Ajaran 2016/2017. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 3(2), 240-250.
- Woods S. A., Hinton D. P., von Stumm S., Bellman-Jeffreys J. (2019). Personality and intelligence: examining the associations of investment-related personality traits with general and specific intelligence. *Eur. J. Psychol. Assess.* 35, 206-216.

Wong, L. H., Chai, C. S., Chen, W., & Chin, C. K. (2013). Measuring Singaporean students' motivation and strategies of bilingual learning. *The Asia-Pacific Education Researcher*, 22 (3), 263-272.

Zebec, M. S., Demetriou, A., & Kotrla-Topic, M. (2015). Changing expressions of general intelligence in development: A 2-wave longitudinal study from 7 to 18 years of age. *Intelligence*, 49, 94-109.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Validasi Ahli



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 513092, 586168 Fax. (0274) 513092
Laman fik.uny.ac.id Email humas.fik@uny.ac.id

Nomor : B/3.24/UN/34.16/KM/07/2022

14 Januari 2022

Lamp. : -

Hal : Permohonan Validasi

Yth. Bapak/Ibu/Sdr:
Dr. Komarudin, M.A.
di tempat

Dengan hormat, kami mohon Bapak/Ibu/Sdr bersedia menjadi Validator Instrumen bagi mahasiswa:

Nama : Suryo Utomo

NIM : 20733251002

Prodi : S-2 Pendidikan Jasmani

Pembimbing : Dr. Komarudin, M.A.

Judul : Hubungan Kebugaran Jasmani, Motivasi Belajar, Kecerdasan Intelektual,
dan Kebiasaan Belajar dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Peserta
Didik Sekolah Menengah Atas Negeri se-Daerah Istimewa Yogyakarta

Kami sangat mengharapkan Bapak/Ibu/Sdr dapat mengembalikan hasil validasi paling lambat
2 (dua) minggu. Atas perkenan dan kerja samanya kami ucapkan terimakasih.



Wakil Dekan
Bidang Akademik dan Kerja Sama,

Dr. Yudik Prasetyo, M.Kes.
NIP.19820815 200501 1 002



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISE-I, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAHAAN

Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 513692 586168 Fax (0274) 513692
Laman: fik.uny.ac.id Email: humas@fik.uny.ac.id

Nomor : B/3.25/UN/34.16/KM/07/2022

14 Januari 2022

Lamp : -

Hal : Permohonan Validasi

Yth Bapak/Ibu/Sdr.
Dr. Ermawan Susanto, M.Pd.
di tempat

Dengan hormat, kami mohon Bapak/Ibu/Sdr bersedia menjadi Validator Instrumen bagi mahasiswa:

Nama : Suryo Utomo

NIM : 20733251002

Prodi : S-2 Pendidikan Jasmani

Pembimbing : Dr. Komarudin, M.A.

Judul : Hubungan Kebugaran Jasmani, Motivasi Belajar, Kecerdasan Intelektual,
dan Kebiasaan Belajar dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Peserta
Didik Sekolah Menengah Atas Negeri se-Daerah Istimewa Yogyakarta

Kami sangat mengharapkan Bapak/Ibu/Sdr dapat mengembalikan hasil validasi paling lambat 2 (dua) minggu. Atas perkenan dan kerja samanya kami ucapkan terimakasih.



Wakil Dekan
Bidang Akademik dan Kerja Sama.

Dr. Yudik Prasetyo, M.Kes.
NIP.19820815 200501 1 002



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281, Telepon (0274) 513092, 586168
Fax. (0274) 513092 Laman: fik.uny.ac.id Email: humas_fik@uny.ac.id

SURAT KETERANGAN VALIDASI

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Dr. Komarudin, M.A.
Jabatan/Pekerjaan : Dosen
Instansi Asal : UNY

Menyatakan bahwa instrumen penelitian dengan judul:

Hubungan Kebugaran Jasmani, Motivasi Belajar, Kecerdasan Intelektual, dan Kebiasaan Belajar dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Peserta Didik Sekolah Menengah Atas Negeri se-Daerah Istimewa Yogyakarta

dari mahasiswa:

Nama : Suryo Utomo
NIM : 20733251002
Prodi : S-2 Pendidikan Jasmani

(sudah siap/belum siap)* dipergunakan untuk penelitian dengan menambahkan beberapa saran sebagai berikut:

1.
.....
2.
.....
3.
.....

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 19 Januari 2022
Validator,

Dr. Komarudin, M.A.
NIP 19740928 200312 1 002



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAHAAN
Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281, Telepon (0274) 513092, 586168
Fax. (0274) 513092 Laman: fik.uny.ac.id Email: humas_fik@uny.ac.id

SURAT KETERANGAN VALIDASI

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Dr. Ermawan Susanto, M.Pd.
Jabatan/Pekerjaan : Dosen
Instansi Asal : UNY

Menyatakan bahwa instrumen penelitian dengan judul:

Hubungan Kebugaran Jasmani, Motivasi Belajar, Kecerdasan Intelektual, dan Kebiasaan Belajar dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Peserta Didik Sekolah Menengah Atas Negeri se-Daerah Istimewa Yogyakarta

dari mahasiswa:

Nama : Suryo Utomo
NIM : 20733251002
Prodi : S-2 Pendidikan Jasmani

(sudah siap/belum siap)* dipergunakan untuk penelitian dengan menambahkan beberapa saran sebagai berikut:

1. Pilihan jawaban sebaiknya 5 pilihan bukan 4, karena termasuk skala rating atau biasa kita kenal dengan skala Likert. Baik kuesioner motivasi belajar maupun kebiasaan belajar.
2. Karena kuesioner dibuat sendiri maka gunakan kaidah bahasa yang sederhana tapi jelas juga bukan asal. Awali dengan pernyataan diri sendiri seperti “Saya belajar karena ingin memahami materi dengan benar” BUKAN “Saya belajar karena ingin pintar”.
3. Pastikan kisi-kisi kuesioner relevan dengan kajian teori yang dikutip seperti teori Maslow, dsb.

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 19 Januari 2022
Validator,

Dr. Ermawan Susanto, M.Pd.
NIP 19780702 200212 1 004

Lampiran 2. Surat Izin Uji Coba Instrumen Penelitian

SURAT IZIN UJI INSTRUMEN

<https://admin.eservice.uny.ac.id/surat-izin-ujicoba-uji-instrumen>



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**

Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : 149/UN/54.16/LT/2022

20 Januari 2022

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : **Permohonan Izin Uji Instrumen Penelitian**

**Yth. SMA N 1 Prambanan, Jl. Raya Piyungan - Prambanan No.Km. 4.5, Majesem, Madurejo,
Kec. Prambanan, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55572**

Kami sampaikan dengan hormat kepada Bapak/Ibu, bahwa mahasiswa kami berikut ini:

Nama : Suryo Utomo
NIM : 20733251002
Program Studi : Pendidikan Jasmani - S2
Judul Tugas Akhir : Hubungan Kebugaran Jasmani, Motivasi Belajar, Kecerdasan Intelektual,
dan Kebiasaan Belajar Dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Peserta
Didik Sekolah Menengah Atas Negeri Se-Daerah Istimewa Yogyakarta
Waktu Uji Instrumen : Jumat - Sabtu, 21 - 22 Januari 2022

bermaksud melaksanakan uji instrumen untuk keperluan penulisan Tugas Akhir. Untuk itu kami mohon dengan hormat Ibu/Bapak berkenan memberikan izin dan bantuan seperlunya.

Atas izin dan bantuannya diucapkan terima kasih.

Wakil Dekan Bidang Akademik,



Tembusan :

1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni.
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Lampiran 3. Surat Keterangan Ujicoba Instrumen.



PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA, DAN OLAH RAGA
BALAI PENDIDIKAN MENENGAH KAB. SLEMAN
SMA NEGERI 1 PRAMBANAN

Slamanejo Prambanan Sleman

Alamat: Jl. Prambanan – Pyungan Km 4 Madubaru, Madurejo Prambanan Sleman,
Kode Pos 55572 Telp. (0274) 498753
NPSN : 20401128

SURAT KETERANGAN

No : 421/023

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala SMA Negeri 1 Prambanan Sleman menerangkan bahwa:

Nama : SURYO UTOMO
NIM : 20733251002
Program Studi : Pendidikan Jasmani – S2
Instansi : Universitas Negeri Yogyakarta

Benar-benar telah melaksanakan dan menyelesaikan uji coba instrument penelitian sejak tanggal 21 Januari sampai dengan 22 Januari 2022 di SMA Negeri 1 Prambanan, Sleman, Yogyakarta dengan judul:

“HUBUNGAN KEBUGARAN JASMANI, MOTIVASI BELAJAR, KECERDASAN INTELEKTUAL, DAN KEBIASAAN BELAJAR DENGAN HASIL BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI PESERTA DIDIK SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI SE-DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA”

Demikian Surat Keterangan ini kami berikan untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya

Prambanan, 25 Januari 2022
Kepala Sekolah,



SIGIT PURWANTO, S.Pd, M.Pd.
NIP-19691020 199201 1 002

Lampiran 4. Surat Izin Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAHAAN
Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : 827/UN34.16/PT.01.04/2022
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : **Izin Penelitian**

31 Januari 2022

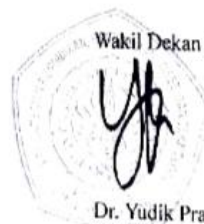
Yth. SMA N 1 Seyegan, Tegalganten, Margoagung, Kec. Seyegan, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55561

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Suryo Utomo
NIM : 20733251002
Program Studi : Pendidikan Jasmani - S2
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tesis
Judul Tugas Akhir : Hubungan Kebugaran Jasmani, Motivasi Belajar, Kecerdasan Intelektual, dan Kebiasaan Belajar Dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Peserta Didik Kelas Khusus Olahraga Sekolah Menengah Atas Negeri Se-Daerah Istimewa Yogyakarta
Waktu Penelitian : 3 - 12 Februari 2022

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Wakil Dekan Bidang Akademik,

Dr. Yudik Prasetyo, S.Or., M.Kes.
NIP 19820815 200501 1 002

Tembusan :
1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

31 Januari 2022

Nomor : 824/UN34.16/PT.01.04/2022
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : **Izin Penelitian**

Yth . SMA N 1 Pengasih. Gn. Gondang, Margosari, Kec. Pengasih, Kabupaten Kulon Progo, Daerah Istimewa Yogyakarta 55652

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Suryo Utomo
NIM : 20733251002
Program Studi : Pendidikan Jasmani - S2
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tesis
Judul Tugas Akhir : Hubungan Kebugaran Jasmani, Motivasi Belajar, Kecerdasan Intelektual, dan Kebiasaan Belajar Dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Peserta Didik Kelas Khusus Olahraga Sekolah Menengah Atas Negeri Se-Daerah Istimewa Yogyakarta
Waktu Penelitian : 2 - 12 Februari 2022

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

Wakil Dekan Bidang Akademik,

Dr. Yudik Prasetyo, S.Or., M.Kes.
NIP 19820815 200501 1 002

Tembusan :
1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-530826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

31 Januari 2022

Nomor : 825/UN34.16/PT.01.04/2022
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : **Izin Penelitian**

Yth . SMA N 4 Yogyakarta. Jl. Magelang Jl. Karangwaru Lor, Karangwaru, Kec. Tegaltrejo, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta 55241

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Suryo Utomo
NIM : 20733251002
Program Studi : Pendidikan Jasmani - S2
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tesis
Judul Tugas Akhir : Hubungan Kebugaran Jasmani, Motivasi Belajar, Kecerdasan Intelektual, dan Kebiasaan Belajar Dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Peserta Didik Kelas Khusus Olahraga Sekolah Menengah Atas Negeri Se-Daerah Istimewa Yogyakarta
Waktu Penelitian : 3 - 12 Februari 2022

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Wakil Dekan Bidang Akademik,

Dr. Yudik Prasetyo, S.Or., M.Kes.
NIP 19820815 200501 1 002

Tembusan :
1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: tik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : S26/UN34.16/PT.01.04/2022
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : **Izin Penelitian**

31 Januari 2022

Yth . SMA N 1 Lendah. BOTOKAN, Jatirejo, Kec. Lendah, Kab. Kulon Progo Prov. D.I. Yogyakarta.

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Suryo Utomo
NIM : 20733251002
Program Studi : Pendidikan Jasmani - S2
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tesis
Judul Tugas Akhir : Hubungan Kebugaran Jasmani, Motivasi Belajar, Kecerdasan Intelektual, dan Kebiasaan Belajar Dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Peserta Didik Kelas Khusus Olahraga Sekolah Menengah Atas Negeri Se-Daerah Istimewa Yogyakarta
Waktu Penelitian : 2 - 12 Februari 2022

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Wakil Dekan Bidang Akademik,

Dr. Yudik Prasetyo, S.Or., M.Kes.
NIP-19820815 200501 1 002

Tembusan :
1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : 828/UN34.16/PT.01.04/2022
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : **Izin Penelitian**

31 Januari 2022

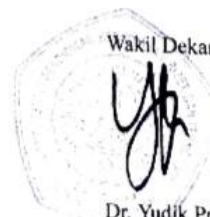
Yth . SMA N 1 Tanjungsari. JL. BARON KM. 12 KEMIRI, Kemiri, Kec. Tanjungsari, Kab. Gunung Kidul Prov. D.I. Yogyakarta

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Suryo Utomo
NIM : 20733251002
Program Studi : Pendidikan Jasmani - S2
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tesis
Judul Tugas Akhir : Hubungan Kebugaran Jasmani, Motivasi Belajar, Kecerdasan Intelektual, dan Kebiasaan Belajar Dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Peserta Didik Kelas Khusus Olahraga Sekolah Menengah Atas Negeri Se-Daerah Istimewa Yogyakarta
Waktu Penelitian : 31 Januari - 12 Februari 2022

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Wakil Dekan Bidang Akademik,

Dr. Yudik Prasetyo, S.Or., M.Kes.
NIP 19820815 200501 1 002

Tembusan :
1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-530826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

31 Januari 2022

Nomor : 823/UN34.16/PT.01.04/2022
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : Izin Penelitian

Yth . SMA N 2 Ngaglik, Jl. Besi Jangkang Km. 5, Sukoharjo, Ngaglik, Karanglo, Sukoharjo, Sleman,
Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55581

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Suryo Utomo
NIM : 20733251002
Program Studi : Pendidikan Jasmani - S2
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tesis
Judul Tugas Akhir : Hubungan Kebugaran Jasmani, Motivasi Belajar, Kecerdasan Intelektual, dan Kebiasaan Belajar Dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Peserta Didik Kelas Khusus Olahraga Sekolah Menengah Atas Negeri Se-Daerah Istimewa Yogyakarta
Waktu Penelitian : 3 - 12 Februari 2022

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

Wakil Dekan Bidang Akademik,

Dr. Yudik Prasetyo, S.Or., M.Kes.
NIP 19820815 200501 1 002

Tembusan :
1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : 822/UN34.16/PT.01.04/2022

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : **Izin Penelitian**

31 Januari 2022

Yth . SMA N 1 Sewon, Jl. Parangtritis No.Km 5, Tarudan, Bangunharjo, Kec. Sewon, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta 55188

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Suryo Utomo
NIM : 20733251002
Program Studi : Pendidikan Jasmani - S2
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tesis
Judul Tugas Akhir : Hubungan Kebugaran Jasmani, Motivasi Belajar, Kecerdasan Intelektual, dan Kebiasaan Belajar Dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Peserta Didik Kelas Khusus Olahraga Sekolah Menengah Atas Negeri Se-Daerah Istimewa Yogyakarta
Waktu Penelitian : 31 Januari - 12 Februari 2022

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

Wakil Dekan Bidang Akademik,

Dr. Yudik Prasetyo, S.Or., M.Kes.
NIP 19820815 200501 1 002

Tembusan :
1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : 821/UN34.16/PT.01.04/2022

31 Januari 2022

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : Izin Penelitian

Yth . SMA N 2 Playen. Jl. Jogja - Wonosari No.Km 35, Plumbon Kidul, Logandeng, Kec. Playen,
Kabupaten Gunung Kidul, Daerah Istimewa Yogyakarta 55861

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Suryo Utomo
NIM : 20733251002
Program Studi : Pendidikan Jasmani - S2
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tesis
Judul Tugas Akhir : Hubungan Kebugaran Jasmani, Motivasi Belajar, Kecerdasan Intelektual, dan Kebiasaan Belajar Dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Peserta Didik Kelas Khusus Olahraga Sekolah Menengah Atas Negeri Se-Daerah Istimewa Yogyakarta
Waktu Penelitian : 31 Januari - 12 Februari 2022

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Wakil Dekan Bidang Akademik,

Dr. Yadi Prasetyo, S.Or., M.Kes.
NIP.19820815 200501 1 002

Tembusan :
1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Lampiran 5. Surat Keterangan Penelitian



PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAHRAGA
BALAI PENDIDIKAN MENENGAH KABUPATEN BANTUL
SMAN 1 SEWON

ꦱꦩꦤ꧀ꦠꦺꦤ꧀ꦱꦺꦮꦺꦤ꧀

Jalan Parangtritis Km 5 Yogyakarta 55187 Telp.Fax.(0274) 374459
Website : sman1sewon.sch.id | Email : sman1sewon@gmail.com

SURAT KETERANGAN PENELITIAN

Nomor : 070/0312/2022

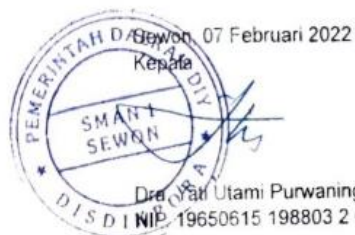
Kepala SMA Negeri 1 Sewon menerangkan bahwa :

Nama : SURYO UTOMO
NIM : 20733251002
Program Studi : Pendidikan Jasmani - S2
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melaksanakan Penelitian di SMA Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul, pada tanggal 31 Januari - 12 Februari 2022 dengan judul :

"HUBUNGAN KEBUGARAN JASMANI, MOTIVASI BELAJAR, KECERDASAN INTELEKTUAL, DAN KEBIASAAN BELAJAR DENGAN HASIL BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI PESERTA DIDIK KELAS KHUSUS OLAHRAGA SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI SE-DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA".

Surat keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



07 Februari 2022

Kepala

Dra. Utami Purwaningsih, M.Pd.

NIP. 19650615 198803 2 020



PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA, DAN OLAHRAGA
BALAI PENDIDIKAN MENENGAH KOTA YOGYAKARTA
SMAN 4 YOGYAKARTA

कारण-कारण-कारण-कारण-कारण-कारण

Jalan Magelang Karangwaru Lor No.7 Yogyakarta, Telp. (0274) 513245, Fax. 0274-582286
Website: <http://www.patbhe-jogja.sch.id> Email: 4bh Yogyakarta@gmail.com Kode Pos 55241

Yogyakarta, 17 Februari 2022

SURAT KETERANGAN

Nomor : 070 / 0146

Yang bertanda tangan di bawah

Nama : JAKA TUMURUNA, M.Pd
NIP : 19670511 200003 1 007
Pangkat/Golongan : Pembina, Gol.IV/a
Jabatan : Kepala Sekolah
Unit Kerja : SMA NEGERI 4 Yogyakarta

Dengan ini menyatakan bahwa :

Nama : SURYO UTOMO
NO MHS / NIM : 20733251002
Pekerjaan : Mahasiswa
Program Studi : Pendidikan Jasmani S-2
Waktu Uji Instrumen : 3 - 12 Februari 2022
Lokasi / Obyek : SMA NEGERI 4 Yogyakarta

Telah Melakukan Penelitian dengan Judul :

Hubungan Kebugaran Jasmani, Motivasi Belajar, Kecerdasan Intelektual, dan Kebiasaan Belajar dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Peserta Didik Kelas Khusus Olahraga Sekolah Menengah Atas Negeri Se- Daerah Istimewa Yogyakarta



KEPALA SEKOLAH

SMAN 4
YOGYAKARTA

JAKA TUMURUNA, M.Pd

NIP. 19670511 200003 1 007



PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA DAN OLAHRAGA
BALAI PENDIDIKAN MENENGAH KAB. KULON PROGO
SMAN 1 PENGASIH

Daerah Istimewa Yogyakarta

Alamat : Jalan KRT Kertodiningrat 41 Margosari Pengasih telepon (0274) 773123
Website : www.sman1pengasih.sch.id Surel : sma1pengasih@yahoo.com

SURAT KETERANGAN

Nomor : 070/171

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dra.Vipti Retna Nugraheni, M.Ed.
NIP : 19650423 199103 2 006
Pangkat/gol ruang : Pembina Tk, I / IV/ b
Jabatan : Kepala Sekolah
Unit kerja : SMA Negeri 1 Pengasih

menerangkan bahwa:

Nama : Suryo Utomo
NIM : 20733251002
Prodi/ Jurusan : Pendidikan Jasmani – S2
Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta (UNY)

Benar - benar telah melakukan kegiatan penelitian dengan mengambil data mulai tanggal 2 s.d 12 Februari 2022 di SMA Negeri 1 Pengasih Kulon Progo, untuk penulisan Tesis dengan judul:

" HUBUNGAN KEBUGARAN JASMANI, MOTIVASI BELAJAR, KECERDASAN INTELEKTUAL DAN KEBIASAAN BELAJAR DENGAN HASIL BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI PESERTA DIDIK KELAS KHUSUS OLAHRAGA SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI SE-DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA "

Demikian surat keterangan ini kami buat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Dikeluarkan di Kulon Progo,
Pada tanggal 16 Februari 2022

Dra.VIPTI RETNA NUGRAHENI, M. Ed
NIP 19650423 199103 2 006



PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAHRAGA
BALAI PENDIDIKAN MENENGAH KABUPATEN KULON PROGO
SMA NEGERI 1 LENDAH

ꦱꦩꦤꦠꦤꦭꦺꦢꦃꦏꦸꦭꦺꦤꦶꦁꦏꦸꦭꦺꦤꦶꦁ

Alamat : Jatirejo, Lendah, Kulon Progo 55663 Telp. (0274) 7722878
E-mail : smalensa@yahoo.co.id Website : sman1lendirah.sch.id

Kulon Progo, 1 Maret 2022

SURAT KETERANGAN

Nomor : 070 / 102 / 2022

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SMA Negeri 1 Lendah Kulon Progo menerangkan bahwa :

Nama : SUGIYANTO, S.Pd.,M.Pd.Si
NIP : 19670318 199103 1 009
Pangkat/Gol : Pembina/IV/a
NPSN : 20402809
Alamat : Jatirejo, Lendah, Kulon Progo Kode Pos 55663, Telp. (0274) 7722878

menerangkan bahwa Mahasiswa di bawah ini:

Nama : SURYO UTOMO
NIM : 20733251002
Jurusan/Prodi : Pendidikan Jasmani – S2
Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta

Mahasiswa tersebut benar-benar telah melaksanakan Penelitian di SMA Negeri 1 Lendah Tahun Pelajaran 2021/2022 pada tanggal 31 Januari s/d 12 Februari 2022 Untuk memenuhi tugas akhir Tesis dengan judul :

“ HUBUNGAN KEBUGARAN JASMANI, MOTIVASI BELAJAR, KECERDASAN INTELEKTUAL, DAN KEBIASAAN BELAJAR DENGAN HASIL BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI PESERTA DIDIK KELAS KHUSUS OLAHRAGA SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI SE-DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA”.

Demikian surat keterangan ini kami berikan, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



SUGIYANTO, S.Pd., M.Pd.Si
NIP. 19670318 199103 1 009



PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA DAN OLAHRAGA
BALAI PENDIDIKAN MENENGAH KAB.SLEMAN
SMAN 1 SEYEGAN

Sejati Sejati Sejati

Alamat : Tegai Gentan, Margoagung, Seyegan, Sleman, Yogyakarta 55561
Telepon (0274) 4364733 Faksimile (0274) 4364742
Website : www.sman1seyegan.sch.id, Email : sman1_seyegan@yahoo.co.id

SURAT KETERANGAN
Nomor : 421/0099

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

- a. Nama : Drs. Aris Sutardi, M.Sc.
- b. NIP : 19640128 199003 1 003
- c. Pangkat, Gol : Pembina, IV/a
- d. Jabatan : Kepala Sekolah
- e. Unit Kerja : SMA Negeri 1 Seyegan

dengan ini menerangkan bahwa:

- a. Nama : SURYO UTOMO
- b. NIM : 20733251002
- c. Prodi/Universitas : Pendidikan Jasmani – S2
Universitas Negeri Yogyakarta

benar-benar melaksanakan Penelitian di SMA Negeri 1 Seyegan pada tanggal 3 s.d. 12 Februari 2022 dengan judul "HUBUNGAN KEBUGARAN JASMANI, MOTIVASI BELAJAR, KECERDASAN INTELEKTUAL DAN KEBIASAAN BELAJAR DENGAN HASIL BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI PESERTA DIDIK KELAS KHUSUS OLAHRAGA SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI SE-DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA".

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.





PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA DAN OLAHRAGA
BALAI PENDIDIKAN MENENGAH KAB. SLEMAN
SMAN 2 NGAGLIK

ꦱꦩꦤ꧀ꦒꦒꦭꦶꦏ꧀ꦱꦭꦺꦩꦤ꧀ꦠꦺꦤꦺꦤꦺꦴꦏꦲꦫꦺ

Alamat : Jalan Besi-Jangkang Km. 2 Sukoharjo Ngaglik Sleman telepon : 0274 896375 faksimile : 0274 896375
Website : sman2ngaglik.sch.id Email: smanegeri2ngaglik@gmail.com

SURAT KETERANGAN

NOMOR : 070 / 0155

Yang bertandatangan dibawah ini:

a. Nama : RINI NURTYASTUTI, M. M
b. NIP : 19701016 200012 2 001
c. Jabatan : Kepala Tata Usaha SMA Negeri 2 Ngaglik

dengan ini menerangkan bahwa :

a. Nama : SURYO UTOMO
b. Nomor Mahasiswa : 20733251002
c. Prodi / Jurusan : Pendidikan Jasmani - S 2
d. Fakultas : Ilmu Keolahragaan
e. Instansi/ perguruan tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta
f. Alamat instansi/ perguruan tinggi : Jl Colombo no 1 Yogyakarta 55281
g. Maksud : Benar- benar telah selesai melakukan penelitian di SMA Negeri 2 Ngaglik yang dilaksanakan pada tanggal 03 s.d 12 Februari 2022 dengan judul "Hubungan Kebugaran Jasmani, Motivasi Belajar, Kecerdasan Intelektual, dan Kebiasaan Belajar Dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Peserta Didik Kelas Khusus Olahraga Sekolah Menengah Atas Negeri Se- Daerah Istimewa Yogyakarta ""

Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Yogyakarta, 02 Maret 2022

Kepala SMA Negeri 2 Ngaglik,
Kepala Tata Usaha



RINI NURTYASTUTI, M. M
NIP. 19701016 200012 2 001

Lampiran 6. Kuesioner Uji Coba Motivasi Belajar

A. Identitas

Nama :

Usia :

B. Petunjuk Pengisian

1. Isilah daftar identitas yang telah disediakan.
2. Bacalah setiap pernyataan dengan teliti dan seksama.
3. Isilah dengan jujur sesuai dengan kenyataan diri saudara.
4. Berilah tanda check (√) pada alternatif jawaban yang anda anggap paling sesuai.
5. Seluruh pernyataan harus dijawab dan tidak diperkenankan memilih jawaban lebih dari satu.
6. Jawaban saudara dijamin kerahasiaannya. Keterangan alternatif jawaban:
 SS : Sangat Setuju, S : Setuju, KS : Kurang Setuju, TS : Tidak Setuju, dan
 STS : Sangat Tidak Setuju

C. Pernyataan

| No. | Pernyataan | SS | S | KS | TS | STS |
|-----------|---|----|---|----|----|-----|
| A. | Adanya hasrat dan keinginan berhasil | | | | | |
| 1. | Saya belajar dengan semangat demi mendapat ranking yang baik | | | | | |
| 2. | Saya belajar bila ada waktu senggang supaya bisa memahami materi | | | | | |
| 3. | Saya ingin dipandang hebat pada teman-teman bahwa saya berprestasi di kelas | | | | | |
| 4. | Saya membuat jadwal kegiatan setiap harinya supaya tetap memiliki waktu untuk belajar | | | | | |
| 5. | Saya akan membuat rangkuman materi untuk menghadapi ulangan | | | | | |

| | | | | | | |
|-----------|--|--|--|--|--|--|
| B. | Adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar | | | | | |
| 6. | Saya memiliki harapan bisa mewakili sekolah dalam perlombaan tingkat SMA | | | | | |
| 7. | Saya rajin belajar supaya bisa memahami materi pembelajaran | | | | | |
| 8. | Saya merasa cepat puas dengan hasil belajar yang saya peroleh | | | | | |
| 9. | Saya belajar agar mendapatkan pujian anak yang rajin dari teman-teman | | | | | |
| 10. | Saya belajar karena ingin menjadi yang terbaik diantara teman-teman | | | | | |
| C. | Adanya harapan dan cita-cita masa depan | | | | | |
| 11. | Saya berminat melanjutkan studi ke Perguruan Tinggi Negeri | | | | | |
| 12. | Saya belajar supaya dapat meraih cita-cita yang saya harapkan | | | | | |
| 13. | Saya merasa belajar adalah untuk masa depan saya sendiri | | | | | |
| 14. | Saya memupuk semangat belajar karena ingin maju ingin sukses | | | | | |
| 15. | Saya malas untuk belajar karena pasti sukses meneruskan usaha keluarga | | | | | |
| D. | Adanya penghargaan dalam belajar | | | | | |
| 16. | Saya rajin belajar supaya mendapatkan nilai tambahan dari guru | | | | | |
| 17. | Saya rajin belajar agar mendapat hasil belajar yang baik supaya diberi hadiah dari orang tua | | | | | |
| 18. | Saya belajar hanya karena ingin dipuji oleh guru dan orangtua sebagai anak yang rajin | | | | | |
| 19. | Saya yakin dengan rajin belajar saya bisa menjadi juara kelas | | | | | |
| 20. | Saya belajar hanya karena ingin mendapatkan pujian dari teman | | | | | |
| E. | Adanya keinginan yang menarik dalam belajar | | | | | |
| 21. | Saya belajar karena bagi saya belajar itu menyenangkan | | | | | |
| 22. | Saya belajar karena banyak manfaat yang saya dapat saat belajar | | | | | |
| 23. | Saya belajar karena materi pelajaran dari guru mudah dipahami | | | | | |

| | | | | | | |
|-----------|--|--|--|--|--|--|
| 24. | Saya malas belajar karena materi pelajaran susah dipahami | | | | | |
| 25. | Saya tidak perlu belajar karena saya pasti bisa menguasai materi pembelajaran | | | | | |
| F. | Adanya lingkungan yang kondusif | | | | | |
| 26. | Saya antusias dalam belajar karena suasana kondusif di dalam kelas | | | | | |
| 27. | Saya memiliki ruang belajar yang nyaman untuk belajar di rumah | | | | | |
| 28. | Karena teman-teman saya aktif saat pembelajaran membuat belajar di dalam kelas menjadi menarik | | | | | |
| 29. | Saya jarang belajar karena ajakan teman-teman untuk bermain | | | | | |
| 30. | Saya akan terpengaruh dengan teman-teman yang malas belajar | | | | | |

Lampiran 7. Kuesioner Uji Coba Kebiasaan Belajar

A. Identitas

Nama :

Usia :

B. Petunjuk Pengisian

1. Isilah daftar identitas yang telah disediakan.
2. Bacalah setiap pernyataan dengan teliti dan seksama.
3. Isilah dengan jujur sesuai dengan kenyataan diri saudara.
4. Berilah tanda check (√) pada alternatif jawaban yang anda anggap paling sesuai.
5. Seluruh pernyataan harus dijawab dan tidak diperkenankan memilih jawaban lebih dari satu.
6. Jawaban saudara dijamin kerahasiaannya. Keterangan alternatif jawaban:
 SS : Sangat Setuju, S : Setuju, KS : Kurang Setuju, TS : Tidak Setuju, dan
 STS : Sangat Tidak Setuju

C. Pernyataan

| No. | Pernyataan | SS | S | KS | TS | STS |
|-----------|--|----|---|----|----|-----|
| A. | Kesadaran akan adanya manfaat dalam belajar | | | | | |
| 1. | Saya menyadari bahwa belajar memiliki manfaat yang besar bagi saya | | | | | |
| 2. | Saya tidak perlu belajar karena belajar hanya membuang-buang waktu saja | | | | | |
| 3. | Saya yakin dengan belajar saya akan memiliki banyak pengetahuan | | | | | |
| 4. | Bagi saya belajar memiliki banyak manfaat untuk kehidupan yang akan datang | | | | | |
| B. | Membuat jadwal belajar | | | | | |
| 5. | Saya membuat jadwal untuk belajar sendiri di rumah | | | | | |

| | | | | | | |
|-----------|--|--|--|--|--|--|
| 6. | Setiap hari saya belajar di rumah minimal 2 jam | | | | | |
| 7. | Saya sering bingung kapan waktu yang tepat untuk belajar | | | | | |
| 8. | Saya jarang menyempatkan waktu untuk belajar | | | | | |
| C. | Mengulang Materi Pembelajaran | | | | | |
| 9. | Saya sering mengulang materi pada saat di rumah supaya semakin paham | | | | | |
| 10. | Saya mencari referensi yang diberikan guru agar dapat memahami materi yang telah disampaikan | | | | | |
| 11. | Saya hanya belajar ketika ada tugas dan ujian saja | | | | | |
| 12. | Saya tidak perlu mengulang materi yang disampaikan guru karena sudah berlalu | | | | | |
| D. | Belajar Mandiri di rumah | | | | | |
| 13. | Saya belajar di rumah tanpa disuruh orangtua | | | | | |
| 14. | Saya sering membaca buku pada saat waktu luang di rumah | | | | | |
| 15. | Saya lebih memilih untuk pergi bermain daripada harus belajar sendiri di rumah | | | | | |
| 16. | Saya merasa di rumah tidak perlu belajar lagi karena belajar di sekolah sudah cukup | | | | | |
| E. | Ajakan teman sejawat | | | | | |
| 17. | Saya akan menerima ajakan untuk pergi bermain daripada harus belajar | | | | | |
| 18. | Saya sering malas belajar karena teman saya juga jarang belajar | | | | | |
| 19. | Saya sering mengikuti belajar bersama teman-teman diluar jam sekolah | | | | | |
| 20. | Saya menjadi terbiasa untuk belajar karena memiliki teman yang rajin belajar | | | | | |
| 21. | Saya memiliki teman yang selalu memberikan semangat supaya saya semangat dalam belajar | | | | | |
| F. | Perhatian dari orangtua | | | | | |
| 22. | Saya hanya belajar jika orang tua sedang memperhatikan | | | | | |
| 23. | Saya jarang belajar karena tidak pernah disuruh orangtua untuk belajar | | | | | |
| 24. | Saya belajar karena orangtua selalu mengingatkan | | | | | |
| 25. | Saya belajar karena dibiasakan orangtua untuk belajar | | | | | |

| | | | | | | |
|-----------|---|--|--|--|--|--|
| 26. | Orang tua membiarkan saya apabila tidak belajar | | | | | |
| G. | Perhatian dari guru | | | | | |
| 27. | Saya sering diingatkan oleh guru untuk selalu belajar | | | | | |
| 28. | Saya sering diberikan materi tambahan oleh guru untuk dipelajari di rumah | | | | | |
| 29. | Saya malas belajar karena guru kurang memberikan perhatian | | | | | |
| 30. | Saya hanya semangat belajar apabila dilihat oleh guru | | | | | |

Lampiran 8. Data Uji Coba Motivasi Belajar

| Respon den | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | Tot al |
|---------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----------|
| 1 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 3 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 136 |
| 2 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 144 | |
| 3 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 3 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 140 |
| 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 140 |
| 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 3 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 140 |
| 6 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 145 |
| 7 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 3 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 145 |
| 8 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 124 |
| 9 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 115 |
| 10 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 126 |
| 11 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 140 |
| 12 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 150 |
| 13 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 150 |
| 14 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 145 |
| 15 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 130 |
| 16 | 3 | 5 | 3 | 5 | 4 | 3 | 5 | 5 | 3 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 3 | 5 | 3 | 4 | 5 | 4 | 3 | 4 | 4 | 5 | 4 | 3 | 3 | 5 | 4 | 3 | 134 |
| 17 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 3 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 140 |
| 18 | 4 | 5 | 4 | 5 | 3 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 3 | 5 | 3 | 5 | 2 | 5 | 4 | 3 | 5 | 3 | 4 | 3 | 3 | 5 | 3 | 4 | 4 | 5 | 3 | 4 | 136 |
| 19 | 4 | 3 | 4 | 3 | 5 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 5 | 3 | 5 | 3 | 4 | 3 | 4 | 5 | 3 | 5 | 4 | 5 | 5 | 3 | 5 | 4 | 4 | 3 | 5 | 4 | 124 |
| 20 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 135 |
| 21 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 130 |
| 22 | 4 | 5 | 4 | 5 | 3 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 3 | 5 | 3 | 5 | 2 | 5 | 4 | 3 | 5 | 3 | 4 | 3 | 3 | 5 | 3 | 4 | 4 | 5 | 3 | 4 | 136 |
| 23 | 3 | 5 | 3 | 5 | 4 | 3 | 5 | 5 | 3 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 3 | 5 | 3 | 4 | 5 | 4 | 3 | 4 | 4 | 5 | 4 | 3 | 3 | 5 | 4 | 3 | 139 |
| 24 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 135 |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|-----|-----|
| 25 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 3 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 136 | |
| 26 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 140 | |
| 27 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 126 | |
| 28 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 136 | |
| 29 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 131 | |
| 30 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 150 | |
| 31 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 145 | |
| 32 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 136 | |
| 33 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 130 | |
| 34 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 125 | |
| 35 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 126 | |
| 36 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 3 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 140 | |
| 37 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 135 | |
| 38 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 149 |
| 39 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 126 | |
| 40 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 149 |
| 41 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 131 | |
| 42 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 3 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 140 |
| 43 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 135 | |
| 44 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 135 | |
| 45 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 125 | |
| 46 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 130 | |
| 47 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 3 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 135 | |
| 48 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 3 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 140 | |
| 49 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 139 |
| 50 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 150 | |
| 51 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 134 | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|-----|-----|
| 79 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 3 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 145 |
| 80 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 145 |
| 81 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 144 | |
| 82 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 3 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 140 |
| 83 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 3 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 145 |
| 84 | 5 | 4 | 5 | 4 | 3 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 2 | 4 | 5 | 3 | 4 | 3 | 5 | 3 | 3 | 4 | 3 | 5 | 5 | 4 | 3 | 5 | 127 |
| 85 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 135 |
| 86 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 126 |
| 87 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 140 |
| 88 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 135 |
| 89 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 136 |
| 90 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 150 |
| 91 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 140 |
| 92 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 149 |
| 93 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 130 |
| 94 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 131 |
| 95 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 3 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 141 |
| 96 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 134 |
| 97 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 149 |
| 98 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 144 |
| 99 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 149 |
| 100 | 5 | 3 | 5 | 3 | 4 | 5 | 3 | 3 | 5 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 5 | 4 | 3 | 4 | 5 | 4 | 4 | 3 | 4 | 5 | 5 | 3 | 4 | 5 | 121 |
| 101 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 140 |
| 102 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 3 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 136 |
| 103 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 140 |
| 104 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 126 |
| 105 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 139 |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|-----|-----|
| 106 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 126 | |
| 107 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 3 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 145 | |
| 108 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 136 | |
| 109 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 135 | |
| 110 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 135 | |
| 111 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 125 | |
| 112 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 3 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 145 | |
| 113 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 134 |
| 114 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 135 |
| 115 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 130 |
| 116 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 131 | |
| 117 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 130 |
| 118 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 131 | |
| 119 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 3 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 140 | |

Lampiran 9. Data Uji Coba Kebiasaan Belajar

| Respon den | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | Tot al | |
|---------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----------|-----|
| 1 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 139 | | |
| 2 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 140 | | |
| 3 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 130 | | |
| 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 149 | | |
| 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 130 | |
| 6 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 149 | |
| 7 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 130 | |
| 8 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 110 | |
| 9 | 3 | 5 | 3 | 4 | 5 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 5 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 5 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 5 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 108 | |
| 10 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 128 | |
| 11 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 138 |
| 12 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 149 | |
| 13 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 149 | |
| 14 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 149 | |
| 15 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 138 | |
| 16 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 3 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 121 | |
| 17 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 130 | |
| 18 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 3 | 5 | 5 | 5 | 4 | 3 | 5 | 5 | 5 | 5 | 3 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 3 | 5 | 120 | |
| 19 | 3 | 5 | 3 | 5 | 5 | 4 | 3 | 5 | 5 | 3 | 5 | 4 | 5 | 5 | 3 | 4 | 5 | 4 | 5 | 3 | 5 | 3 | 3 | 4 | 5 | 5 | 4 | 3 | 5 | 3 | 118 | |
| 20 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 138 | |
| 21 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 138 | |
| 22 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 3 | 5 | 5 | 5 | 4 | 3 | 5 | 5 | 5 | 5 | 3 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 3 | 5 | 120 | |
| 23 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 3 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 121 | |
| 24 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 138 | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|-----|-----|
| 25 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 139 |
| 26 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 149 |
| 27 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 128 | |
| 28 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 128 | |
| 29 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 128 | |
| 30 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 149 | |
| 31 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 149 |
| 32 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 128 | |
| 33 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 138 | |
| 34 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 119 | |
| 35 | 4 | 3 | 4 | 5 | 3 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 3 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 3 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 3 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 128 | |
| 36 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 130 | |
| 37 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 138 | |
| 38 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 140 | |
| 39 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 128 | |
| 40 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 140 | |
| 41 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 128 | |
| 42 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 130 | |
| 43 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 138 | |
| 44 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 119 | |
| 45 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 138 | |
| 46 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 119 | |
| 47 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 130 | |
| 48 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 130 | |
| 49 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 140 | |
| 50 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 149 | |
| 51 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 129 | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|-----|-----|
| 52 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 149 |
| 53 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 138 |
| 54 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 149 |
| 55 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 140 | |
| 56 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 130 |
| 57 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 119 |
| 58 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 140 |
| 59 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 130 |
| 60 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 3 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 3 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 3 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 138 |
| 61 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 149 |
| 62 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 119 |
| 63 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 138 |
| 64 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 140 |
| 65 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 139 | |
| 66 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 128 |
| 67 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 149 |
| 68 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 140 |
| 69 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 128 |
| 70 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 130 |
| 71 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 130 |
| 72 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 130 |
| 73 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 139 |
| 74 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 140 |
| 75 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 119 |
| 76 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 140 |
| 77 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 138 | |
| 78 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 149 |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|-----|
| 79 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 130 |
| 80 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 149 |
| 81 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 140 |
| 82 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 130 |
| 83 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 130 |
| 84 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 3 | 4 | 5 | 4 | 5 | 3 | 4 | 4 | 5 | 4 | 3 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 3 | 4 | 118 |
| 85 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 119 |
| 86 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 128 |
| 87 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 149 |
| 88 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 138 |
| 89 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 128 |
| 90 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 149 |
| 91 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 149 |
| 92 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 140 |
| 93 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 119 |
| 94 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 128 |
| 95 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 139 |
| 96 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 129 |
| 97 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 140 |
| 98 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 140 |
| 99 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 140 |
| 100 | 3 | 5 | 3 | 5 | 5 | 4 | 3 | 5 | 4 | 3 | 5 | 4 | 5 | 4 | 3 | 4 | 5 | 4 | 4 | 3 | 5 | 3 | 3 | 5 | 5 | 5 | 4 | 3 | 4 | 3 | 117 |
| 101 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 149 |
| 102 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 139 |
| 103 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 138 |
| 104 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 128 |
| 105 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 3 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 3 | 5 | 5 | 5 | 3 | 5 | 3 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 3 | 5 | 5 | 5 | 140 |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|-----|-----|-----|
| 106 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 128 | | |
| 107 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 130 | |
| 108 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 128 | |
| 109 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 119 |
| 110 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 138 | |
| 111 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 138 | |
| 112 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 130 | |
| 113 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 129 | |
| 114 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 119 | |
| 115 | 5 | 4 | 5 | 3 | 4 | 4 | 5 | 3 | 5 | 5 | 4 | 4 | 3 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 3 | 5 | 5 | 5 | 4 | 3 | 4 | 5 | 5 | 5 | 149 | |
| 116 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 128 | |
| 117 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 119 | |
| 118 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 128 | |
| 119 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 130 | |

Lampiran 10. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner

Validitas Instrumen Motivasi Belajar

| Pernyataan | R hitung | R tabel | Sig | Keterangan |
|---------------|----------|---------|--------|------------|
| Pernyataan 1 | 0,491 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 2 | 0,566 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 3 | 0,492 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 4 | 0,565 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 5 | 0,754 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 6 | 0,490 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 7 | 0,567 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 8 | 0,566 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 9 | ,0,490 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 10 | 0,566 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 11 | 0,754 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 12 | 0,565 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 13 | 0,755 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 14 | 0,562 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 15 | 0,764 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 16 | 0,569 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 17 | 0,490 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 18 | 0,745 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 19 | 0,562 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 20 | 0,756 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 21 | 0,492 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 22 | 0,752 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 23 | 0,755 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 24 | 0,566 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 25 | 0,776 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 26 | 0,492 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 27 | 0,489 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 28 | 0,556 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 29 | 0,750 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 30 | 0,488 | 0,179 | < 0,05 | VALID |

Reliabilitas Instrumen Motivasi Belajar

| Reliability Statistics | |
|-------------------------------|------------|
| Cronbach's Alpha | N of Items |
| .941 | 30 |

Validitas Instrumen Kebiasaan Belajar

| Pernyataan | R hitung | R tabel | Sig | Keterangan |
|---------------|----------|---------|--------|------------|
| Pernyataan 1 | 0,787 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 2 | 0,280 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 3 | 0,788 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 4 | 0,313 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 5 | 0,282 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 6 | 0,378 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 7 | 0,787 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 8 | 0,311 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 9 | ,0,373 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 10 | 0,787 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 11 | 0,280 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 12 | 0,386 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 13 | 0,313 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 14 | 0,370 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 15 | 0,786 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 16 | 0,378 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 17 | 0,281 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 18 | 0,389 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 19 | 0,373 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 20 | 0,780 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 21 | 0,310 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 22 | 0,788 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 23 | 0,788 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 24 | 0,223 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 25 | 0,279 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 26 | 0,313 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 27 | 0,379 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 28 | 0,788 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 29 | 0,373 | 0,179 | < 0,05 | VALID |
| Pernyataan 30 | 0,787 | 0,179 | < 0,05 | VALID |

Reliabilitas Instrumen Kebiasaan Belajar

Reliability Statistics

| Cronbach's | |
|------------|------------|
| Alpha | N of Items |
| .883 | 30 |

Lampiran 11. Nilai R Tabel

| N | R | N | R | N | R | N | R | N | r | N | R |
|----|-------|----|-------|------------|--------------|-----|-------|-----|-------|------------|--------------|
| 1 | 0.997 | 41 | 0.301 | 81 | 0.216 | 121 | 0.177 | 161 | 0.154 | 201 | 0.138 |
| 2 | 0.95 | 42 | 0.297 | 82 | 0.215 | 122 | 0.176 | 162 | 0.153 | 202 | 0.137 |
| 3 | 0.878 | 43 | 0.294 | 83 | 0.213 | 123 | 0.176 | 163 | 0.153 | 203 | 0.137 |
| 4 | 0.811 | 44 | 0.291 | 84 | 0.212 | 124 | 0.175 | 164 | 0.152 | 204 | 0.137 |
| 5 | 0.754 | 45 | 0.288 | 85 | 0.211 | 125 | 0.174 | 165 | 0.152 | 205 | 0.136 |
| 6 | 0.707 | 46 | 0.285 | 86 | 0.21 | 126 | 0.174 | 166 | 0.151 | 206 | 0.136 |
| 7 | 0.666 | 47 | 0.282 | 87 | 0.208 | 127 | 0.173 | 167 | 0.151 | 207 | 0.136 |
| 8 | 0.632 | 48 | 0.279 | 88 | 0.207 | 128 | 0.172 | 168 | 0.151 | 208 | 0.135 |
| 9 | 0.602 | 49 | 0.276 | 89 | 0.206 | 129 | 0.172 | 169 | 0.15 | 209 | 0.135 |
| 10 | 0.576 | 50 | 0.273 | 90 | 0.205 | 130 | 0.171 | 170 | 0.15 | 210 | 0.135 |
| 11 | 0.553 | 51 | 0.271 | 91 | 0.204 | 131 | 0.17 | 171 | 0.149 | 211 | 0.134 |
| 12 | 0.532 | 52 | 0.268 | 92 | 0.203 | 132 | 0.17 | 172 | 0.149 | 212 | 0.134 |
| 13 | 0.514 | 53 | 0.266 | 93 | 0.202 | 133 | 0.169 | 173 | 0.148 | 213 | 0.134 |
| 14 | 0.497 | 54 | 0.263 | 94 | 0.201 | 134 | 0.168 | 174 | 0.148 | 214 | 0.134 |
| 15 | 0.482 | 55 | 0.261 | 95 | 0.2 | 135 | 0.168 | 175 | 0.148 | 215 | 0.133 |
| 16 | 0.468 | 56 | 0.259 | 96 | 0.199 | 136 | 0.167 | 176 | 0.147 | 216 | 0.133 |
| 17 | 0.456 | 57 | 0.256 | 97 | 0.198 | 137 | 0.167 | 177 | 0.147 | 217 | 0.133 |
| 18 | 0.444 | 58 | 0.254 | 98 | 0.197 | 138 | 0.166 | 178 | 0.146 | 218 | 0.132 |
| 19 | 0.433 | 59 | 0.252 | 99 | 0.196 | 139 | 0.165 | 179 | 0.146 | 219 | 0.132 |
| 20 | 0.423 | 60 | 0.25 | 100 | 0.195 | 140 | 0.165 | 180 | 0.146 | 220 | 0.132 |
| 21 | 0.413 | 61 | 0.248 | 101 | 0.194 | 141 | 0.164 | 181 | 0.145 | 221 | 0.131 |
| 22 | 0.404 | 62 | 0.246 | 102 | 0.193 | 142 | 0.164 | 182 | 0.145 | 222 | 0.131 |
| 23 | 0.396 | 63 | 0.244 | 103 | 0.192 | 143 | 0.163 | 183 | 0.144 | 223 | 0.131 |
| 24 | 0.388 | 64 | 0.242 | 104 | 0.191 | 144 | 0.163 | 184 | 0.144 | 224 | 0.131 |
| 25 | 0.381 | 65 | 0.24 | 105 | 0.19 | 145 | 0.162 | 185 | 0.144 | 225 | 0.13 |
| 26 | 0.374 | 66 | 0.239 | 106 | 0.189 | 146 | 0.161 | 186 | 0.143 | 226 | 0.13 |
| 27 | 0.367 | 67 | 0.237 | 107 | 0.188 | 147 | 0.161 | 187 | 0.143 | 227 | 0.13 |
| 28 | 0.361 | 68 | 0.235 | 108 | 0.187 | 148 | 0.16 | 188 | 0.142 | 228 | 0.129 |
| 29 | 0.355 | 69 | 0.234 | 109 | 0.187 | 149 | 0.16 | 189 | 0.142 | 229 | 0.129 |
| 30 | 0.349 | 70 | 0.232 | 110 | 0.186 | 150 | 0.159 | 190 | 0.142 | 230 | 0.129 |
| 31 | 0.344 | 71 | 0.23 | 111 | 0.185 | 151 | 0.159 | 191 | 0.141 | 231 | 0.129 |
| 32 | 0.339 | 72 | 0.229 | 112 | 0.184 | 152 | 0.158 | 192 | 0.141 | 232 | 0.128 |
| 33 | 0.334 | 73 | 0.227 | 113 | 0.183 | 153 | 0.158 | 193 | 0.141 | 233 | 0.128 |
| 34 | 0.329 | 74 | 0.226 | 114 | 0.182 | 154 | 0.157 | 194 | 0.14 | 234 | 0.128 |
| 35 | 0.325 | 75 | 0.224 | 115 | 0.182 | 155 | 0.157 | 195 | 0.14 | 235 | 0.127 |
| 36 | 0.32 | 76 | 0.223 | 116 | 0.181 | 156 | 0.156 | 196 | 0.139 | 236 | 0.127 |
| 37 | 0.316 | 77 | 0.221 | 117 | 0.18 | 157 | 0.156 | 197 | 0.139 | 237 | 0.127 |
| 38 | 0.312 | 78 | 0.22 | 118 | 0.179 | 158 | 0.155 | 198 | 0.139 | 238 | 0.127 |
| 39 | 0.308 | 79 | 0.219 | 119 | 0.179 | 159 | 0.155 | 199 | 0.138 | 239 | 0.126 |
| 40 | 0.304 | 80 | 0.217 | 120 | 0.178 | 160 | 0.154 | 200 | 0.138 | 240 | 0.126 |

Lampiran 12. Instrumen Motivasi Belajar Peserta Didik

A. Identitas

Nama :

Usia :

B. Petunjuk Pengisian

7. Isilah daftar identitas yang telah disediakan.
8. Bacalah setiap pernyataan dengan teliti dan seksama.
9. Isilah dengan jujur sesuai dengan kenyataan diri saudara.
10. Berilah tanda check (√) pada alternatif jawaban yang anda anggap paling sesuai.
11. Seluruh pernyataan harus dijawab dan tidak diperkenankan memilih jawaban lebih dari satu.
12. Jawaban saudara dijamin kerahasiaannya. Keterangan alternatif jawaban:
 SS : Sangat Setuju, S : Setuju, KS : Kurang Setuju, TS : Tidak Setuju, dan
 STS : Sangat Tidak Setuju

C. Pernyataan

| No. | Pernyataan | SS | S | KS | TS | STS |
|-----------|---|----|---|----|----|-----|
| A. | Adanya hasrat dan keinginan berhasil | | | | | |
| 1. | Saya belajar dengan semangat demi mendapat ranking yang baik | | | | | |
| 2. | Saya belajar bila ada waktu senggang supaya bisa memahami materi | | | | | |
| 3. | Saya ingin dipandang hebat pada teman-teman bahwa saya berprestasi di kelas | | | | | |
| 4. | Saya membuat jadwal kegiatan setiap harinya supaya tetap memiliki waktu untuk belajar | | | | | |
| 5. | Saya akan membuat rangkuman materi untuk menghadapi ulangan | | | | | |

| | | | | | | |
|-----------|--|--|--|--|--|--|
| B. | Adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar | | | | | |
| 6. | Saya memiliki harapan bisa mewakili sekolah dalam perlombaan tingkat SMA | | | | | |
| 7. | Saya rajin belajar supaya bisa memahami materi pembelajaran | | | | | |
| 8. | Saya merasa cepat puas dengan hasil belajar yang saya peroleh | | | | | |
| 9. | Saya belajar agar mendapatkan pujian anak yang rajin dari teman-teman | | | | | |
| 10. | Saya belajar karena ingin menjadi yang terbaik diantara teman-teman | | | | | |
| C. | Adanya harapan dan cita-cita masa depan | | | | | |
| 11. | Saya berminat melanjutkan studi ke Perguruan Tinggi Negeri | | | | | |
| 12. | Saya belajar supaya dapat meraih cita-cita yang saya harapkan | | | | | |
| 13. | Saya merasa belajar adalah untuk masa depan saya sendiri | | | | | |
| 14. | Saya memupuk semangat belajar karena ingin maju ingin sukses | | | | | |
| 15. | Saya malas untuk belajar karena pasti sukses meneruskan usaha keluarga | | | | | |
| D. | Adanya penghargaan dalam belajar | | | | | |
| 16. | Saya rajin belajar supaya mendapatkan nilai tambahan dari guru | | | | | |
| 17. | Saya rajin belajar agar mendapat hasil belajar yang baik supaya diberi hadiah dari orang tua | | | | | |
| 18. | Saya belajar hanya karena ingin dipuji oleh guru dan orangtua sebagai anak yang rajin | | | | | |
| 19. | Saya yakin dengan rajin belajar saya bisa menjadi juara kelas | | | | | |
| 20. | Saya belajar hanya karena ingin mendapatkan pujian dari teman | | | | | |
| E. | Adanya keinginan yang menarik dalam belajar | | | | | |
| 21. | Saya belajar karena bagi saya belajar itu menyenangkan | | | | | |
| 22. | Saya belajar karena banyak manfaat yang saya dapat saat belajar | | | | | |
| 23. | Saya belajar karena materi pelajaran dari guru mudah dipahami | | | | | |

| | | | | | | |
|-----------|--|--|--|--|--|--|
| 24. | Saya malas belajar karena materi pelajaran susah dipahami | | | | | |
| 25. | Saya tidak perlu belajar karena saya pasti bisa menguasai materi pembelajaran | | | | | |
| F. | Adanya lingkungan yang kondusif | | | | | |
| 26. | Saya antusias dalam belajar karena suasana kondusif di dalam kelas | | | | | |
| 27. | Saya memiliki ruang belajar yang nyaman untuk belajar di rumah | | | | | |
| 28. | Karena teman-teman saya aktif saat pembelajaran membuat belajar di dalam kelas menjadi menarik | | | | | |
| 29. | Saya jarang belajar karena ajakan teman-teman untuk bermain | | | | | |
| 30. | Saya akan terpengaruh dengan teman-teman yang malas belajar | | | | | |

Lampiran 13. Instrumen Kebiasaan Belajar Peserta Didik

A. Identitas

Nama :

Usia :

B. Petunjuk Pengisian

7. Isilah daftar identitas yang telah disediakan.
8. Bacalah setiap pernyataan dengan teliti dan seksama.
9. Isilah dengan jujur sesuai dengan kenyataan diri saudara.
10. Berilah tanda check (√) pada alternatif jawaban yang anda anggap paling sesuai.
11. Seluruh pernyataan harus dijawab dan tidak diperkenankan memilih jawaban lebih dari satu.
12. Jawaban saudara dijamin kerahasiaannya. Keterangan alternatif jawaban:
 SS : Sangat Setuju, S : Setuju, KS : Kurang Setuju, TS : Tidak Setuju, dan
 STS : Sangat Tidak Setuju

C. Pernyataan

| No. | Pernyataan | SS | S | KS | TS | STS |
|-----------|--|----|---|----|----|-----|
| A. | Kesadaran akan adanya manfaat dalam belajar | | | | | |
| 1. | Saya menyadari bahwa belajar memiliki manfaat yang besar bagi saya | | | | | |
| 2. | Saya tidak perlu belajar karena belajar hanya membuang-buang waktu saja | | | | | |
| 3. | Saya yakin dengan belajar saya akan memiliki banyak pengetahuan | | | | | |
| 4. | Bagi saya belajar memiliki banyak manfaat untuk kehidupan yang akan datang | | | | | |
| B. | Membuat jadwal belajar | | | | | |

| | | | | | | |
|-----------|--|--|--|--|--|--|
| 5. | Saya membuat jadwal untuk belajar sendiri di rumah | | | | | |
| 6. | Setiap hari saya belajar di rumah minimal 2 jam | | | | | |
| 7. | Saya sering bingung kapan waktu yang tepat untuk belajar | | | | | |
| 8. | Saya jarang menyempatkan waktu untuk belajar | | | | | |
| C. | Mengulang Materi Pembelajaran | | | | | |
| 9. | Saya sering mengulang materi pada saat di rumah supaya semakin paham | | | | | |
| 10. | Saya mencari referensi yang diberikan guru agar dapat memahami materi yang telah disampaikan | | | | | |
| 11. | Saya hanya belajar ketika ada tugas dan ujian saja | | | | | |
| 12. | Saya tidak perlu mengulang materi yang disampaikan guru karena sudah berlalu | | | | | |
| D. | Belajar Mandiri di rumah | | | | | |
| 13. | Saya belajar di rumah tanpa disuruh orangtua | | | | | |
| 14. | Saya sering membaca buku pada saat waktu luang di rumah | | | | | |
| 15. | Saya lebih memilih untuk pergi bermain daripada harus belajar sendiri di rumah | | | | | |
| 16. | Saya merasa di rumah tidak perlu belajar lagi karena belajar di sekolah sudah cukup | | | | | |
| E. | Ajakan teman sejawat | | | | | |
| 17. | Saya akan menerima ajakan untuk pergi bermain daripada harus belajar | | | | | |
| 18. | Saya sering malas belajar karena teman saya juga jarang belajar | | | | | |
| 19. | Saya sering mengikuti belajar bersama teman-teman diluar jam sekolah | | | | | |
| 20. | Saya menjadi terbiasa untuk belajar karena memiliki teman yang rajin belajar | | | | | |
| 21. | Saya memiliki teman yang selalu memberikan semangat supaya saya semangat dalam belajar | | | | | |
| F. | Perhatian dari orangtua | | | | | |
| 22. | Saya hanya belajar jika orang tua sedang memperhatikan | | | | | |
| 23. | Saya jarang belajar karena tidak pernah disuruh orangtua untuk belajar | | | | | |

| | | | | | | |
|-----------|---|--|--|--|--|--|
| 24. | Saya belajar karena orangtua selalu mengingatkan | | | | | |
| 25. | Saya belajar karena dibiasakan orangtua untuk belajar | | | | | |
| 26. | Orang tua membiarkan saya apabila tidak belajar | | | | | |
| G. | Perhatian dari guru | | | | | |
| 27. | Saya sering diingatkan oleh guru untuk selalu belajar | | | | | |
| 28. | Saya sering diberikan materi tambahan oleh guru untuk dipelajari di rumah | | | | | |
| 29. | Saya malas belajar karena guru kurang memberikan perhatian | | | | | |
| 30. | Saya hanya semangat belajar apabila dilihat oleh guru | | | | | |

Lampiran 14. Formulir Tes Kebugaran Jasmani

| FORMULIR TKJI | | | | |
|----------------------|---|----------------|-------|------------|
| Nama : | | | | |
| Usia : | | Nama Sekolah : | | |
| Tanggal Tes : | | Tempat Tes : | | |
| No. | Jenis Tes | Hasil | Nilai | Keterangan |
| 1. | Lari 30 / 40 / 50 / 60 meter | | | |
| 2. | Gantung: a. Siku Tekuk b. Angkat Tubuh | | | |
| 3. | Baring Duduk | | | |
| 4. | Loncat Tegak <ul style="list-style-type: none"> • Tinggi Raihan • Tinggi lompatan 1 • Tinggi lompatan 2 • Tinggi lompatan 3 | | | |
| 5. | Lari 600 / 800/ 1000 / 1200 meter | | | |
| 6. | Jumlah Nilai | | | |
| 7. | Klasifikasi | | | |

*Coret yang tidak perlu

Lampiran 15. Lampiran Data Penelitian

| No. | Nama | Kebugaran Jasmani | Motivasi Belajar | Kecerdasan Intelektual | Kebiasaan Belajar | Hasil Belajar |
|-----|-------|-------------------|------------------|------------------------|-------------------|---------------|
| 1. | W.J | 22 | 110 | 112 | 110 | 82 |
| 2. | F.R.T | 19 | 105 | 107 | 104 | 80 |
| 3 | G.I | 18 | 117 | 104 | 106 | 81 |
| 4 | A.V | 20 | 133 | 116 | 110 | 84 |
| 5 | Z.A | 17 | 124 | 102 | 129 | 82 |
| 6 | N.I.S | 19 | 130 | 109 | 127 | 83 |
| 7 | I.Y | 13 | 108 | 100 | 102 | 78 |
| 8 | M.V | 16 | 132 | 112 | 123 | 84 |
| 9 | H.F.P | 15 | 126 | 110 | 114 | 83 |
| 10 | M.I | 11 | 122 | 108 | 130 | 82 |
| 11 | N.M.U | 17 | 131 | 114 | 134 | 84 |
| 12 | H.A | 12 | 119 | 107 | 111 | 82 |
| 13 | P.E.T | 20 | 112 | 105 | 115 | 81 |
| 14 | R.R.V | 16 | 125 | 102 | 132 | 80 |
| 15 | A.A | 19 | 121 | 106 | 131 | 83 |
| 16 | A.T.S | 11 | 104 | 100 | 110 | 77 |
| 17 | Y.O | 17 | 100 | 104 | 111 | 82 |
| 18 | F.D.Y | 13 | 122 | 103 | 129 | 83 |
| 19 | T.A.R | 21 | 139 | 110 | 135 | 84 |
| 20 | F.J.I | 12 | 124 | 103 | 125 | 80 |
| 21 | R.W | 13 | 111 | 108 | 123 | 82 |
| 22 | E.M.V | 10 | 101 | 101 | 104 | 78 |
| 23 | S.B | 11 | 100 | 102 | 105 | 77 |
| 24 | A.P.S | 14 | 122 | 113 | 120 | 83 |
| 25 | B.M | 16 | 100 | 102 | 121 | 81 |
| 26 | D.D.A | 21 | 142 | 114 | 139 | 86 |
| 27 | K.M | 12 | 128 | 104 | 124 | 82 |
| 28 | N.N.L | 18 | 121 | 110 | 129 | 83 |
| 29 | R.F.I | 23 | 134 | 106 | 130 | 83 |
| 30 | B.B | 13 | 115 | 103 | 110 | 82 |
| 31 | T.U | 11 | 112 | 101 | 118 | 78 |
| 32 | F.A.Z | 13 | 108 | 100 | 101 | 77 |
| 33 | I.F | 14 | 120 | 102 | 132 | 81 |
| 34 | H.C.S | 23 | 111 | 112 | 115 | 84 |
| 35 | D.E | 15 | 128 | 105 | 126 | 83 |
| 36 | J.G.A | 11 | 101 | 100 | 104 | 78 |
| 37 | S.M.W | 13 | 100 | 99 | 105 | 77 |
| 38 | A.M | 13 | 119 | 103 | 113 | 82 |
| 39 | R.U.E | 12 | 108 | 101 | 104 | 77 |
| 40 | M.S | 21 | 142 | 115 | 141 | 85 |
| 41 | P.W.A | 10 | 110 | 99 | 107 | 76 |
| 42 | L.S | 22 | 96 | 104 | 100 | 78 |

| | | | | | | |
|----|-------|----|-----|-----|-----|----|
| 43 | D.S | 11 | 103 | 102 | 96 | 79 |
| 44 | A.S.H | 19 | 137 | 105 | 133 | 82 |
| 45 | S.R | 14 | 110 | 107 | 108 | 80 |
| 46 | R.C.F | 12 | 102 | 103 | 109 | 78 |
| 47 | E.D | 20 | 132 | 104 | 130 | 81 |
| 48 | H.J.D | 11 | 96 | 106 | 105 | 79 |
| 49 | S.V | 11 | 99 | 97 | 100 | 77 |
| 50 | N.A | 12 | 110 | 100 | 97 | 79 |
| 51 | A.W.A | 14 | 128 | 109 | 134 | 83 |
| 52 | G.R.F | 18 | 116 | 102 | 112 | 81 |
| 53 | M.C | 19 | 126 | 110 | 104 | 83 |
| 54 | N.P.E | 11 | 110 | 99 | 100 | 77 |
| 55 | M.I.Y | 20 | 122 | 102 | 113 | 80 |
| 56 | M.D | 22 | 126 | 105 | 123 | 83 |
| 57 | K.P | 21 | 145 | 115 | 138 | 87 |
| 58 | S.D | 19 | 137 | 112 | 129 | 85 |
| 59 | Y.A.J | 12 | 101 | 102 | 108 | 77 |
| 60 | V.K | 18 | 138 | 110 | 132 | 84 |
| 61 | C.E | 11 | 104 | 106 | 100 | 79 |
| 62 | A.Z.M | 19 | 102 | 102 | 109 | 81 |
| 63 | D.P.A | 21 | 138 | 108 | 135 | 84 |
| 64 | Y.S | 22 | 143 | 113 | 141 | 86 |
| 65 | G.T | 19 | 121 | 102 | 127 | 84 |
| 66 | M.W | 11 | 95 | 96 | 100 | 79 |
| 67 | A.L.H | 14 | 127 | 100 | 125 | 81 |
| 68 | D.W.M | 10 | 110 | 95 | 106 | 77 |
| 69 | V.N.P | 18 | 128 | 113 | 123 | 82 |
| 70 | D.A | 17 | 102 | 102 | 106 | 80 |
| 71 | S.A | 11 | 97 | 98 | 103 | 77 |
| 72 | J.T.S | 15 | 126 | 105 | 124 | 82 |
| 73 | M.A.D | 17 | 132 | 102 | 121 | 81 |
| 74 | Y.N | 16 | 143 | 116 | 130 | 83 |
| 75 | M.K.P | 13 | 131 | 103 | 133 | 80 |
| 76 | W.B | 18 | 125 | 102 | 118 | 81 |
| 77 | F.F.A | 14 | 119 | 104 | 114 | 80 |
| 78 | M.T | 16 | 131 | 101 | 112 | 80 |
| 79 | I.H.A | 11 | 99 | 100 | 103 | 79 |
| 80 | L.D | 23 | 105 | 105 | 122 | 81 |
| 81 | E.R.H | 12 | 102 | 102 | 97 | 77 |
| 82 | A.F.S | 14 | 104 | 104 | 106 | 80 |
| 83 | D.R | 17 | 109 | 100 | 108 | 81 |
| 84 | O.H.P | 12 | 110 | 102 | 110 | 78 |
| 85 | N.N | 20 | 100 | 102 | 113 | 82 |
| 86 | K.C | 22 | 111 | 105 | 115 | 83 |

| | | | | | | |
|-----|-------|----|-----|-----|-----|----|
| 87 | H.S.M | 12 | 93 | 100 | 91 | 78 |
| 88 | Y.C.D | 22 | 139 | 112 | 132 | 84 |
| 89 | K.T.P | 21 | 105 | 111 | 114 | 83 |
| 90 | C.F | 18 | 142 | 102 | 119 | 82 |
| 91 | T.R | 20 | 138 | 110 | 134 | 84 |
| 92 | M.M.E | 16 | 110 | 100 | 111 | 82 |
| 93 | U.U.H | 17 | 128 | 101 | 135 | 82 |
| 94 | D.H | 17 | 125 | 102 | 132 | 80 |
| 95 | M.C | 14 | 132 | 106 | 134 | 83 |
| 96 | I.K.M | 16 | 141 | 113 | 132 | 85 |
| 97 | M.O | 18 | 104 | 104 | 111 | 82 |
| 98 | R.D.P | 20 | 124 | 110 | 129 | 83 |
| 99 | M.D.S | 13 | 132 | 110 | 130 | 84 |
| 100 | M.G | 15 | 110 | 103 | 125 | 80 |
| 101 | R.Q | 17 | 112 | 103 | 123 | 82 |
| 102 | Y.B | 12 | 98 | 101 | 104 | 78 |
| 103 | M.L.P | 11 | 100 | 102 | 105 | 77 |
| 104 | H.N | 14 | 103 | 105 | 109 | 80 |
| 105 | R.A.U | 20 | 130 | 102 | 121 | 81 |
| 106 | W.H | 22 | 143 | 114 | 132 | 86 |
| 107 | I.K | 21 | 125 | 100 | 131 | 82 |
| 108 | M.C.Y | 22 | 121 | 102 | 122 | 83 |
| 109 | L.E.P | 21 | 116 | 102 | 121 | 83 |
| 110 | P.M | 21 | 122 | 103 | 125 | 82 |
| 111 | M.F.R | 15 | 113 | 101 | 118 | 80 |
| 112 | D.K.S | 11 | 110 | 100 | 100 | 77 |
| 113 | N.W.T | 23 | 135 | 115 | 124 | 84 |
| 114 | B.G | 11 | 98 | 101 | 110 | 81 |
| 115 | U.B.G | 19 | 132 | 104 | 131 | 83 |
| 116 | R.A.A | 12 | 108 | 100 | 104 | 78 |
| 117 | C.V | 10 | 102 | 99 | 105 | 77 |
| 118 | Y.M.Z | 15 | 123 | 103 | 116 | 82 |
| 119 | A.N | 13 | 110 | 101 | 104 | 77 |
| 120 | U.O | 20 | 142 | 110 | 130 | 85 |
| 121 | F.J.Y | 11 | 114 | 99 | 107 | 76 |
| 122 | J.H | 13 | 95 | 104 | 95 | 78 |
| 123 | D.M | 10 | 100 | 102 | 110 | 79 |
| 124 | A.M | 21 | 121 | 105 | 114 | 82 |
| 125 | M.T.D | 23 | 103 | 113 | 108 | 84 |
| 126 | K.Z | 15 | 109 | 103 | 104 | 80 |
| 127 | A.J.F | 13 | 126 | 104 | 121 | 81 |
| 128 | I.I | 22 | 142 | 116 | 138 | 86 |
| 129 | T.M | 13 | 100 | 97 | 103 | 77 |
| 130 | M.N | 11 | 115 | 100 | 109 | 79 |

| | | | | | | |
|-----|-------|----|-----|-----|-----|----|
| 131 | K.A.R | 15 | 110 | 104 | 113 | 83 |
| 132 | L.M | 24 | 112 | 102 | 105 | 81 |
| 133 | B.N.A | 18 | 128 | 103 | 113 | 83 |
| 134 | K.G | 10 | 96 | 99 | 100 | 77 |
| 135 | W.I.L | 16 | 121 | 102 | 113 | 80 |
| 136 | M.S.A | 20 | 115 | 105 | 123 | 83 |
| 137 | R.V.H | 21 | 144 | 109 | 138 | 82 |
| 138 | P.R.P | 23 | 122 | 114 | 129 | 85 |
| 139 | T.R | 11 | 97 | 102 | 108 | 77 |
| 140 | M.F | 22 | 132 | 112 | 130 | 84 |
| 141 | M.A.R | 13 | 97 | 106 | 119 | 77 |
| 142 | A.A.S | 18 | 109 | 102 | 106 | 81 |
| 143 | M.K | 21 | 135 | 108 | 132 | 82 |
| 144 | S.M | 20 | 137 | 113 | 122 | 81 |
| 145 | Y.P | 22 | 133 | 107 | 134 | 84 |
| 146 | M.Y.K | 22 | 145 | 115 | 142 | 86 |
| 147 | D.I | 18 | 134 | 100 | 113 | 81 |
| 148 | B.F.P | 12 | 98 | 95 | 104 | 77 |
| 149 | M.D.D | 19 | 129 | 105 | 123 | 82 |
| 150 | M.I | 11 | 105 | 97 | 106 | 79 |
| 151 | O.S | 13 | 108 | 98 | 103 | 77 |
| 152 | R.S.A | 16 | 128 | 110 | 124 | 82 |
| 153 | Y.M | 19 | 120 | 102 | 121 | 81 |
| 154 | M.H.S | 24 | 141 | 116 | 140 | 88 |
| 155 | A.P | 18 | 122 | 112 | 132 | 84 |
| 156 | R.B | 21 | 125 | 102 | 118 | 81 |
| 157 | N.S | 15 | 110 | 104 | 114 | 80 |
| 158 | D.A.S | 17 | 114 | 101 | 112 | 80 |
| 159 | P.L | 13 | 111 | 100 | 100 | 79 |
| 160 | S.J | 18 | 132 | 105 | 122 | 81 |
| 161 | G.B.P | 16 | 125 | 110 | 132 | 83 |
| 162 | U.P | 11 | 98 | 100 | 104 | 78 |
| 163 | N.G.A | 13 | 100 | 99 | 105 | 77 |
| 164 | J.M | 17 | 119 | 103 | 113 | 82 |
| 165 | M.C.K | 10 | 115 | 101 | 104 | 77 |
| 166 | G.R.N | 19 | 127 | 115 | 130 | 85 |
| 167 | Z.M | 23 | 121 | 109 | 107 | 83 |
| 168 | R.D.P | 11 | 97 | 104 | 97 | 78 |
| 169 | B.L | 13 | 124 | 102 | 110 | 79 |
| 170 | Y.H.A | 19 | 122 | 105 | 133 | 82 |
| 171 | M.F.Y | 16 | 110 | 102 | 108 | 80 |
| 172 | R.F.Z | 22 | 102 | 103 | 109 | 80 |
| 173 | P.S.A | 16 | 122 | 104 | 130 | 81 |
| 174 | J.N | 13 | 100 | 106 | 108 | 79 |

| | | | | | | |
|-----|--------|----|-----|-----|-----|----|
| 175 | E.E | 11 | 105 | 97 | 100 | 77 |
| 176 | M.H.D | 14 | 119 | 100 | 95 | 79 |
| 177 | Z.F | 19 | 116 | 104 | 113 | 83 |
| 178 | F.C.N | 10 | 100 | 102 | 112 | 78 |
| 179 | M.F.K | 16 | 126 | 103 | 104 | 83 |
| 180 | U.N | 22 | 125 | 116 | 115 | 86 |
| 181 | D.W.J | 19 | 110 | 102 | 113 | 80 |
| 182 | R.M | 21 | 121 | 105 | 123 | 81 |
| 183 | A.L.D | 22 | 144 | 109 | 138 | 83 |
| 184 | B.M.P | 18 | 135 | 111 | 129 | 85 |
| 185 | S.Q | 12 | 97 | 102 | 108 | 77 |
| 186 | I.D | 17 | 139 | 104 | 132 | 82 |
| 187 | G.H.A | 10 | 112 | 106 | 115 | 77 |
| 188 | M.B.P | 16 | 116 | 102 | 109 | 81 |
| 189 | H.L | 19 | 137 | 108 | 134 | 82 |
| 190 | Z.V.S | 22 | 142 | 113 | 141 | 86 |
| 191 | K.U | 20 | 121 | 102 | 127 | 81 |
| 192 | M.M.R | 10 | 98 | 96 | 100 | 79 |
| 193 | N.D | 19 | 123 | 103 | 126 | 82 |
| 194 | P.D.A | 22 | 136 | 101 | 134 | 84 |
| 195 | M.R | 20 | 130 | 103 | 103 | 81 |
| 196 | M.S.T | 16 | 135 | 105 | 126 | 86 |
| 197 | D.V | 22 | 122 | 102 | 119 | 83 |
| 198 | S.P | 10 | 100 | 102 | 108 | 79 |
| 199 | A.E.L | 19 | 126 | 104 | 102 | 82 |
| 200 | D.M | 13 | 101 | 108 | 109 | 77 |
| 201 | B.B | 17 | 127 | 100 | 122 | 81 |
| 202 | B.D.A. | 10 | 110 | 105 | 119 | 79 |
| 203 | W.I | 14 | 98 | 100 | 105 | 78 |
| 204 | D.A | 23 | 121 | 102 | 129 | 83 |
| 205 | M.F.M | 20 | 144 | 113 | 141 | 86 |
| 206 | S.B.P | 19 | 116 | 106 | 116 | 84 |
| 207 | M.N | 13 | 110 | 101 | 103 | 79 |
| 208 | O.L | 18 | 123 | 104 | 109 | 82 |
| 209 | M.L.K | 22 | 121 | 107 | 130 | 85 |
| 210 | D.F | 17 | 110 | 102 | 98 | 80 |
| 211 | M.W.C | 19 | 134 | 106 | 109 | 83 |
| 212 | H.D.S | 19 | 101 | 104 | 110 | 81 |
| 213 | I.F.M | 17 | 116 | 101 | 121 | 80 |
| 214 | L.J | 18 | 121 | 110 | 133 | 83 |
| 215 | A.P.S | 21 | 97 | 109 | 101 | 82 |
| 216 | J.E.B | 15 | 106 | 100 | 112 | 79 |
| 217 | J.F | 24 | 102 | 109 | 124 | 82 |
| 218 | A.N.S | 22 | 136 | 104 | 131 | 81 |

| | | | | | | |
|-----|-------|----|-----|-----|-----|----|
| 219 | M.L | 17 | 143 | 113 | 135 | 84 |
| 220 | L.S.P | 10 | 102 | 100 | 110 | 78 |
| 221 | M.D | 21 | 124 | 103 | 129 | 83 |
| 222 | M.K.H | 22 | 145 | 108 | 138 | 86 |
| 223 | O.R | 14 | 110 | 98 | 107 | 77 |
| 224 | E.U.D | 22 | 141 | 102 | 133 | 85 |
| 225 | H.L.A | 23 | 135 | 109 | 122 | 84 |
| 226 | C.A | 20 | 123 | 107 | 110 | 83 |
| 227 | M.A.E | 13 | 114 | 102 | 103 | 79 |
| 228 | M.M.S | 17 | 121 | 102 | 124 | 81 |
| 229 | P.S | 19 | 110 | 105 | 114 | 80 |
| 230 | T.D.P | 16 | 133 | 109 | 128 | 83 |
| 231 | V.H | 20 | 132 | 108 | 109 | 82 |
| 232 | L.L.A | 22 | 136 | 110 | 139 | 84 |
| 233 | F.K | 14 | 118 | 102 | 104 | 80 |

Lampiran 16. Hasil Uji Prasyarat Analisis

Uji normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

| | | Unstandardized Residual |
|--------------------------------|--------------------------|-------------------------|
| N | | 233 |
| Normal Parameters ^a | Mean | .0000000 |
| | Std. Deviation | 1.16492034 |
| | Most Extreme Differences | |
| | Absolute | .037 |
| | Positive | .027 |
| | Negative | -.037 |
| Test Statistic | | .037 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | | .200 |

a. Test distribution is Normal.

Uji linieritas

Kebugaran Jasmani . Hasil Belajar Penjas (X1.Y)

ANOVA Table

| | | Sum of Squares | df | Mean Square | F | Sig. |
|-----------------------------------|--------------------------|----------------|-----|-------------|---------|-------------|
| Hasil Belajar * Kebugaran Jasmani | Between Groups | 939.944 | 14 | 67.139 | 22.927 | .000 |
| | Linearity | 875.165 | 1 | 875.165 | 298.859 | .000 |
| | Deviation from Linearity | 64.779 | 13 | 4.983 | 1.702 | .062 |
| Within Groups | | 638.382 | 218 | 2.928 | | |
| Total | | 1578.326 | 232 | | | |

Motivasi Belajar . Hasil Belajar Penjas (X2.Y)

ANOVA Table

| | | | Sum of Square s | df | Mean Square | F | Sig. |
|--|-------------------|--------------------------------|-----------------------|-----|----------------|-------------|------|
| Hasil Belajar * Motivasi Belajar | Between Groups | (Combined) | 1100.6 45 | 50 | 22.013 | 8.38 7 | .000 |
| | | Linearity | 920.15 4 | 1 | 920.15 4 | 350. 586 | .000 |
| | | Deviation from Linearity | 180.49 1 | 49 | 3.683 | 1.40 3 | .058 |
| | Within Groups | | 477.68 1 | 182 | 2.625 | | |
| Total | | 1578.3 26 | 232 | | | | |

Kecerdasan Intelektual . Hasil Belajar Penjas (X3.Y)

ANOVA Table

| | | | Sum of Square s | df | Mean Square | F | Sig. |
|--|-------------------|--------------------------------|-----------------------|-----|----------------|-------------|------|
| Hasil Belajar * Kecerdasan Intelektual | Between Groups | (Combined) | 975.34 5 | 21 | 46.445 | 16.2 52 | .000 |
| | | Linearity | 892.18 0 | 1 | 892.18 0 | 312. 199 | .000 |
| | | Deviation from Linearity | 83.165 | 20 | 4.158 | 1.45 5 | .100 |
| | Within Groups | | 602.98 1 | 211 | 2.858 | | |
| Total | | 1578.3 26 | 232 | | | | |

Kebiasaan Belajar . Hasil Belajar Penjas (X4.Y)

ANOVA Table

| | | | Sum of Squares | df | Mean Square | F | Sig. |
|-----------------------------------|----------------|--------------------------|----------------|-----|-------------|---------|------|
| Hasil Belajar * Kebiasaan Belajar | Between Groups | (Combined) | 1025.005 | 44 | 23.296 | 7.915 | .000 |
| | | Linearity | 860.218 | 1 | 860.218 | 292.273 | .000 |
| | | Deviation from Linearity | 164.788 | 43 | 3.832 | 1.302 | .119 |
| | | Within Groups | 553.321 | 188 | 2.943 | | |
| | | Total | 1578.326 | 232 | | | |

Uji multikolinieritas

Coefficients^a

| Model | | Unstandardized Coefficients | | Standardized Coefficients | Collinearity Statistics | |
|-------|------------------------|-----------------------------|------------|---------------------------|-------------------------|-------|
| | | B | Std. Error | Beta | Tolerance | VIF |
| 1 | (Constant) | 49.445 | 1.861 | | | |
| | Kebugaran Jasmani | .214 | .025 | .332 | .589 | 1.699 |
| | Motivasi Belajar | .043 | .010 | .232 | .327 | 3.058 |
| | Kecerdasan Intelektual | .177 | .022 | .324 | .558 | 1.793 |
| | Kebiasaan Belajar | .038 | .011 | .180 | .346 | 2.891 |

a. Dependent Variable: Hasil Belajar

Uji Heteroskedastisitas.

| | | Coefficients ^a | | | | |
|-------|------------------------|-----------------------------|------------|---------------------------|-------|------|
| | | Unstandardized Coefficients | | Standardized Coefficients | t | Sig. |
| Model | | B | Std. Error | Beta | | |
| 1 | (Constant) | .998 | 1.162 | | .859 | .391 |
| | Kebugaran Jasmani | -.009 | .016 | -.051 | -.597 | .551 |
| | Motivasi Belajar | -.003 | .006 | -.059 | -.507 | .613 |
| | Kecerdasan Intelektual | -.001 | .014 | -.004 | -.045 | .964 |
| | Kebiasaan Belajar | .004 | .007 | .070 | .625 | .532 |

a. Dependent Variable: ABS_RES

Uji Korelasi

| | | Correlations | | | | |
|------------------------|---------------------|-------------------|------------------|------------------------|-------------------|---------------|
| | | Kebugaran Jasmani | Motivasi Belajar | Kecerdasan Intelektual | Kebiasaan Belajar | Hasil Belajar |
| Kebugaran Jasmani | Pearson Correlation | 1 | .585** | .550** | .551** | .745** |
| | Sig. (2-tailed) | | .000 | .000 | .000 | .000 |
| | N | 233 | 233 | 233 | 233 | 233 |
| Motivasi Belajar | Pearson Correlation | .585** | 1 | .601** | .793** | .764** |
| | Sig. (2-tailed) | .000 | | .000 | .000 | .000 |
| | N | 233 | 233 | 233 | 233 | 233 |
| Kecerdasan Intelektual | Pearson Correlation | .550** | .601** | 1 | .591** | .752** |
| | Sig. (2-tailed) | .000 | .000 | | .000 | .000 |
| | N | 233 | 233 | 233 | 233 | 233 |
| Kebiasaan Belajar | Pearson Correlation | .551** | .793** | .591** | 1 | .738** |
| | | | | | | |

| | | | | | | |
|---------------|---------------------|--------|--------|--------|--------|------|
| | Sig. (2-tailed) | .000 | .000 | .000 | | .000 |
| | N | 233 | 233 | 233 | 233 | 233 |
| Hasil Belajar | Pearson Correlation | .745** | .764** | .752** | .738** | 1 |
| | Sig. (2-tailed) | .000 | .000 | .000 | .000 | |
| | N | 233 | 233 | 233 | 233 | 233 |

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Uji F

| Model | | Sum of Squares | df | Mean Square | F | Sig. |
|-------|------------|----------------|-----|-------------|---------|-------------------|
| 1 | Regression | 1263.493 | 4 | 315.873 | 228.753 | .000 ^b |
| | Residual | 314.833 | 228 | 1.381 | | |
| | Total | 1578.326 | 232 | | | |

a. Dependent Variable: Hasil Belajar

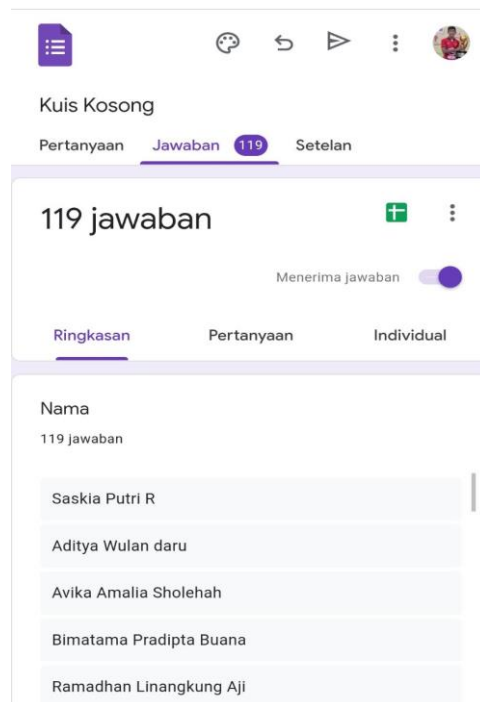
b. Predictors: (Constant), Kebiasaan Belajar, Kebugaran Jasmani, Kecerdasan Intelektual, Motivasi Belajar

R Square

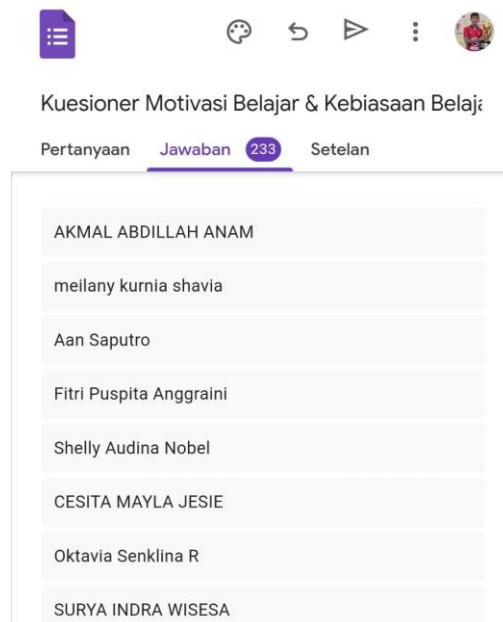
| Model | R | R Square | Adjusted R Square | Std. Error of the Estimate |
|-------|-------------------|----------|-------------------|----------------------------|
| 1 | .895 ^a | .801 | .797 | 1.175 |

a. Predictors: (Constant), Kebiasaan Belajar, Kebugaran Jasmani, Kecerdasan Intelektual, Motivasi Belajar

Lampiran 17. Dokumentasi Penelitian



Hasil Jawaban Kuesioner Uji Coba Instrumen melalui *Google Form*



Hasil Jawaban Kuesioner Peserta Didik melalui *Google Form*



Tes Lari 60m



Tes Gantung Angkat Tubuh



Tes Baring Duduk



Tes Lompat Tegak



Tes Lari 1000/1200 m