

**MOTIVASI PESERTA DIDIK KELAS ATAS DALAM PEMBELAJARAN
LOMPAT JAUH DI SD NEGERI 2 PARAKANCANGGAH**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh
Sarjana Pendidikan



Oleh:

Ikbar Bima Bahtiar

NIM 17604221060

**PROGAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR
JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

2022

**MOTIVASI PESERTA DIDIK KELAS ATAS DALAM PEMBELAJARAN
LOMPAT JAUH DI SD NEGERI 2 PARAKANCANGGAH**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh
Sarjana Pendidikan



Oleh:

Ikbar Bima Bahtiar

NIM 17604221060

**PROGAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR
JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2022**

MOTIVASI PESERTA DIDIK KELAS ATAS DALAM PEMBELAJARAN LOMPAT JAUH DI SD NEGERI 2 PARAKANCANGGAH

Oleh:
Ikbar Bima Bahtiar
17604221060

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa tinggi motivasi peserta didik kelas atas dalam pembelajaran lompat jauh di SD Negeri 2 Parakancanggaah.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Teknik pengumpulan data yang menggunakan instrumen yang berupa angket tertutup. Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas atas di SD Negeri 2 Parakancanggaah dengan jumlah 67 siswa. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis statistik deskriptif dengan presentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi peserta didik kelas atas dalam pembelajaran lompat jauh di SD Negeri 2 Parakancanggaah yang masuk dalam kategori sangat tinggi sebesar 7,46 %, kategori tinggi sebesar 26,86%, kategori sedang sebesar 31,34%, kategori rendah sebesar 28,36%, dan kategori sangat rendah sebesar 5,97%. Jadi dapat disimpulkan motivasi peserta didik kelas atas dalam pembelajaran lompat jauh di SD Negeri 2 Parakancanggaah adalah sedang.

Kata Kunci: Motivasi, Pembelajaran Lompat Jauh, Peserta Didik Kelas Atas

MOTIVATION OF THE SENIOR STUDENTS IN THE LONG JUMP LEARNING AT SD NEGERI 2 PARAKANCANGGAH

Oleh:

Ikbar Bima Bahtiar

17604221060

Abstract

This research aims to determine how high the motivation of the senior students in the long jump learning at SD Negeri 2 Parakancanggih (Parakancanggih 2 Elementary School).

This research was a descriptive quantitative study. The data collection technique utilized an instrument in the form of a closed questionnaire. The research subjects were all senior students of SD Negeri 2 Parakancanggih with a total of 67 students. The data analysis technique was based on the descriptive statistical analysis with percentages.

The results show that the motivation of senior students in long jump learning at SD Negeri 2 Parakancanggih is as follows: in the very high level at 7.46%, in the high level at 26.86%, in the medium level at 31.34%, in the low level at 28.36%, and in very low level at 5.97%. Hence, it can be concluded that the motivation of the senior students in the long jump learning at SD Negeri 2 Parakancanggih is in the medium level.

Keywords: Motivation, Long Jump Learning, Senior Students

LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

MOTIVASI PESERTA DIDIK KELAS ATAS DALAM PEMBELAJARAN LOMPAT JAUH DI SD NEGERI 2 PARAKANCANGGAH

Disusun oleh:

Ikbar Bima Bahtiar
NIM 17604221060

telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Yogyakarta, 2 Maret 2022

Mengerahui,
Koordinator Progam Studi



Dr. Hari Yulianto, M.Kes.
NIP. 19670701 199412 1 001

Disetujui,
Dosen Pembimbing,



Heri Yogo Prayadi, S.Pd.Jas., M.Or.
NIP. 11310800507489

LEMBAR PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

**MOTIVASI PESERTA DIDIK KELAS ATAS DALAM PEMBELAJARAN LOMPAT
JAUH DI SD NEGERI 2 PARAKANCANGGAH**


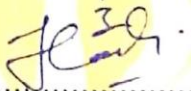
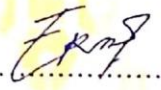
Disusun oleh:

Ikbar Bima Bahtiar
NIM 17604221060

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi Pendidikan
Jasmani Sekolah Dasar Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta

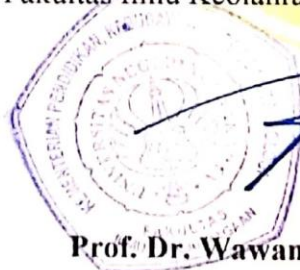
Pada tanggal 24 Maret 2022

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Heri Yogo Prayadi, S.Pd.Jas., M.Or. Ketua Penguji/Pembimbing		25/5/2022
Dr. Nurhadi Santoso, M.Pd. Sekretaris		24/5/2022
Dr. Erwin Setyo Kriswanto, M.Kes. Penguji		25/5/2022

Yogyakarta, Juni 2022

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,



Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed.
NIP. 196407071988121001

MOTTO

1. “Pendidikan setingkat dengan olahraga di mana memungkinkan setiap orang untuk bersaing.”- Joyce Meyer
2. “Jangan malu dengan kegagalanmu, belajarlah darinya dan mulai lagi.”
- Richard Branson
3. “Bisa karena terbiasa.” – Ikbar Bima Bahtiar

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji syukur kehadirat Allah SWT, sehingga saya dapat menyelesaikan karya ini. Sebagai ungkapan rasa syukur dan terima kasih, penulisan tugas akhir skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Kedua orang tua saya tercinta, Bapak Toto Hudiyanto dan Ibu Suwinarsih, yang telah tulus ikhlas memberikan kasih sayang, do'a, semangat, dan segalanya. Semoga tetap diberikan nikmat, sehat, dan selalu dalam lindungan Allah SWT.
2. Kakak saya Praduga Ndaru Ramadhani dan Adik saya Febrin Firjatu Ramaniya, yang selalu mendoakan, mendukung, dan menjadi inspirasi buat saya.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya, Tugas Akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “MOTIVASI PESERTA DIDIK KELAS ATAS DALAM PEMBELAJARAN LOMPAT JAUH DI SD NEGERI 2 PARAKANCANGGAH” Dapat disusun sesuai harapan. Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dengan pihak lain. Berkenaan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Heri Yogo Prayadi, S.Pd.Jas., M.Or., selaku Dosen Pembimbing TAS yang telah banyak memberikan semangat, dorongan, dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Bapak Dr. Nurhadi Santoso, M.Pd dan Bapak Dr. Erwin Setyo Kriswanto, M.Kes, selaku Dosen Penguji yang sudah memberikan koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap TAS ini.
3. Bapak Dr. Hari Yulianto, M.Kes, selaku Koordinator Program Studi PGSD Penjas beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya TAS ini.
4. Bapak Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
5. Bapak Sudarsono S.Pd.SD selaku Kepala SD N 2 Parakancangah yang telah memberi izin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
6. Para guru dan staf SD N 2 Parakancangah yang telah memberi bantuan memperlancar pengambilan data selama proses penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
7. Teman seperjuangan saya Maharani, Fahri, Pungguh, dan Muklas yang telah memberikan motivasi kepada saya.

8. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan di sini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

Akhirnya, semoga segala bantuan yang telah berikan semua pihak di atas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Allah SWT dan Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkannya.

Yogyakarta, 2 Maret 2022

Penulis,



Ikbar Bima Bahtiar

NIM 17604221060

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	iv
LEMBAR PERSETUJUAN.....	vi
MOTTO.....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB IPENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Batasan Masalah	7
D. Rumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	7
BAB IIKAJIAN PUSTAKA	10
A. Deskripsi Teori.....	10
1. Hakikat Motivasi	10
2. Hakikat Pembelajaran	18
3. Hakikat Pendidikan Jasmani	27
4. Hakikat Lompat Jauh.....	30
5. Karakteristik Peserta Didik Kelas Atas.....	36
B. Hasil Penelitian yang Relevan	37
C. Kerangka Berpikir	39
BAB IIIMETODE PENELITIAN.....	42
A. Desain Penelitian.....	42
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	42
C. Populasi dan Sampel Penelitian	42

D. Defisini Operasional Variabel	43
E. Instrumen Penelitian.....	44
F. Teknik Pengumpulan Data	46
G. Teknis Analisis Data	46
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	49
A. Hasil Penelitian	49
B. Pembahasan	57
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	62
A. Kesimpulan	62
B. Implikasi	62
C. Keterbatasan Penelitian	62
D. Saran.....	63
DAFTAR PUSTAKA.....	64

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Kompetensi Inti dan Kompetensi Dasar Kelas IV	20
Tabel 2. Kompetensi Inti dan Kompetensi Dasar Kelas V	21
Tabel 3. Kompetensi Inti dan Kompetensi Dasar Kelas VI	22
Tabel 4. Kisi-kisi Instrumen Penelitian.....	44
Tabel 5. Rentangan Norma dan Pengkategorian	47
Tabel 6. Deskripsi Hasil Penelitian Motivasi Peserta Didik Kelas Atas dalam Pembelajaran Lompat Jauh di SD Negeri 2 Parakancangah.....	49
Tabel 7. Hasil Penelitian Faktor Bakat	51
Tabel 8. Hasil Penelitian Faktor Kesehatan	52
Tabel 9. Hasil Penelitian Faktor Pencapaian.....	53
Tabel 10. Hasil Penelitian Faktor Metode Mengajar.....	54
Tabel 11. Hasil Penelitian FaktorLingkungan	55
Tabel 12. Hasil Penelitian FaktorImbalan	56

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Awalan Saat Akan Melakukan Lompat Jauh	32
Gambar 2. Keadaan Saat Tolakan	33
Gambar 3. Keadaan Saat Melakukan Sikap Diudara/Melayang	34
Gambar 4. Keadaan Saat Mendarat	35
Gambar 5. Diagram Hasil Penelitian Motivasi Peserta Didik Kelas Atas dalam Pembelajaran Lompat Jauh di SD Negeri 2 Parakancangah.	50
Gambar 6. Diagram Hasil Penelitian Faktor Bakat	51
Gambar 7. Diagram Hasil Penelitian Faktor Kesehatan	52
Gambar 8. Diagram Hasil Penelitian Faktor Pencapaian.....	53
Gambar 9. Diagram Hasil Penelitian Faktor Metode Mengajar.....	54

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kartu Bimbingan TAS	67
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian	68
Lampiran 3. Surat Keterangan Penelitian	69
Lampiran 4. Angket Penelitian	70
Lampiran 5. Angket Penelitian Yang Sudah Diisi.....	73
Lampiran 6. Data Hasil Uji Kategorisasi	79
Lampiran 7. Dokumentasi	82

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sebagai lembaga pendidikan, sekolah bertanggung jawab langsung atas terselenggaranya pendidikan yang bermutu dan memiliki kewenangan dalam segala aspek penyelenggaraan manajemen sekolah. Salah satunya dengan memperbaiki proses pembelajaran agar lebih berkualitas sesuai dengan kemampuan yang ingin dicapai. Dalam proses pembelajaran, sekolah harus memperhatikan standarisasi karakteristik mata pelajaran dan perkembangan siswa, serta menciptakan suasana yang kondusif, menarik, efektif, dan antusias. Proses pembelajaran diharapkan mencakup 4 bidang atau aspek, yaitu: kognisi, emosi, gerakan mental dan manipulasi. Dalam proses pembelajaran terdapat beberapa mata pelajaran salah satunya pendidikan jasmani yang merupakan alat untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan gerak.

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani untuk memperoleh pertumbuhan jasmani, kesehatan dan kesegaran jasmani, kemampuan dan keterampilan, kecerdasan dan perkembangan watak serta kepribadian yang harmonis dalam rangka pembentukan manusia Indonesia yang berkualitas berdasarkan Pancasila. Secara eksplisit istilah pendidikan jasmani dibedakan dengan olahraga. Dalam arti sempit olahraga diidentikkan sebagai gerak badan. Olahraga ditilik dari asal katanya dari

bahasa Jawa olah yang berarti melatih diri dan rogo (raga) berarti badan. Secara luas olahraga dapat diartikan sebagai segala kegiatan atau usaha untuk mendorong, membangkitkan, mengembangkan dan membina kekuatan-kekuatan jasmaniah maupun rohaniyah pada setiap manusia. (Depdiknas, 2004: 2).

Dalam pendidikan jasmani terdapat satu kegiatan pembelajaran yaitu atletik. Dalam pembelajaran atletik ini tidak semua siswa menyukai dibandingkan dengan pembelajaran olahraga yang berbentuk permainan seperti sepakbola, bulutangkis, voli dan olahraga permainan lainnya, karena olahraga permainan siswa akan lebih banyak bergerak dan bergembira. Walaupun begitu pembelajaran atletik jika dikemas dengan model/metode yang menarik dan tidak monoton, maka tidak menutup kemungkinan siswa akan tertarik pada pembelajaran atletik.

Dalam pembelajaran atletik di sekolah, diajarkan berbagai nomor cabang olahraga atletik. Adapun nomor nomor yang terdapat di atletik meliputi jalan, lari, lempar, dan lompat. Dari tiap tiap nomor tersebut di dalamnya masih terdapat beberapa nomor yang diajarkan. Untuk nomor jalan terdapat jalan cepat, untuk nomor lari terdapat lari jarak pendek, jarak menengah, jarak jauh, lari gawang, dan lari sambung/estafet. Nomor lompat meliputi lompat jauh, lompat tinggi, lompat jangkit, dan lompat tinggi galah. Nomor lempar meliputi lempar cakram, lempar lembing, tolak peluru, dan lontar martil. Salah satu nomor lompat dalam cabang olahraga atletik yaitu lompat jauh yang mempunyai peran penting untuk menunjang perkembangan dan pertumbuhan siswa. Pengertian dari lompat jauh adalah melakukan suatu bentuk gerakan lompatan dengan tujuan memperoleh

hasil lompatan yang sejauh-jauhnya. Adapun tahapan-tahapan untuk melakukan lompat jauh, yaitu awalan, tumpuan, melayang di udara, dan mendarat

Terdapat juga gaya-gaya lompat jauh yang umum dipergunakan itu adalah: gaya jongkok, gaya menggantung, dan gaya jalan di udara. Hal yang membedakan dari ketiga gaya tersebut adalah pada sikap saat melayang di udara yang diharapkan mampu menambah jauhnya lompat seseorang. Gaya lompat jauh yang paling sederhana untuk diajarkan pada pemula seperti siswa di SD adalah lompat jauh gaya jongkok. Teknik lompat jauh gaya jongkok termasuk yang paling sederhana di banding dengan gaya yang lain.

Seiring dengan kemajuan bidang pendidikan, terdapat banyak metode pembelajaran yang dapat dijadikan sebagai alternatif pemecahan masalah pembelajaran saat ini, dan juga dapat digunakan untuk menciptakan tujuan pembelajaran yang berhasil. Meski begitu, metode pembelajaran belum banyak digunakan di sekolah karena banyak guru yang belum mempelajari metode pembelajaran. Tugas guru adalah membekali siswa dengan pendidikan jasmani yang praktis dan menarik, khususnya guru pendidikan jasmani. Oleh karena itu, guru harus dapat menyesuaikan dengan kebutuhan siswa dan materi pembelajaran. Guru juga harus mampu menerapkan model, metode, dan strategi yang sesuai dengan materi pembelajaran yang akan diberikan.

Untuk mendalami penelitian ini, peneliti melakukan wawancara kepada beberapa siswa di SD N 2 Parakancangah. Terdapat beberapa tipe siswa dalam menyikapi pembelajaran atletik lompat jauh, ada yang menganggap pembelajaran

atletik lompat jauh merupakan pelampiasan pembelajaran dalam kelas, ada yang menganggap pembelajaran atletik lompat jauh merupakan mata pelajaran yang menyenangkan karena tidak dituntut untuk berpikir keras, ada juga yang menganggap pembelajaran atletik lompat jauh sangat membosankan karena terlalu banyak menunggu dan harus bergantian satu per satu saat akan melakukan lompatan, dan ada juga beberapa siswa yang tidak mau melakukan lompat jauh karena takut jatuh dan mengalami cedera. Padahal seperti yang dikatakan oleh Samsudin (2008: 2), pendidikan jasmani ialah salah satu mata pelajaran yang dapat mengembangkan aspek kognitif, afektif dan psikomotor. Ketiga aspek tersebut ialah aspek dasar guna mencapai tujuan pendidikan.

Hasil observasi di SD Negeri 2 Parakancangah pada tahun ajaran 2020/2021 masih terdapat proses pembelajaran atletik menggunakan metode atau model pembelajaran yang konvensional dan cenderung monoton sehingga membuat para siswa kurang tertarik dalam melakukan proses pembelajaran dan berdampak pada hasil belajar lompat jauh. Masih banyak siswa yang kurang mengerti tentang tahapan yang harus dilakukan pada gerakan lompat jauh gaya jongkok, karena penilaiannya masih berorientasi pada jauhnya hasil lompatan, tanpa melihat benar atau tidaknya proses gerakan yang dilakukan siswa pada saat lompat jauh, ini tentunya akan berdampak pada hasil belajar kedepannya. Sesuai Undang-Undang Nomor 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen pada pasal 10 ayat 1 disebutkan bahwa kompetensi guru meliputi kompetensi pedagogik, kompetensi kepribadian, kompetensi sosial, dan kompetensi profesional. Dimana salah satu indikator dalam kompetensi profesional yakni guru mampu

mengembangkan materi pelajaran dengan kreatif. Maka dari itu, guru perlu mengembangkan sebuah strategi dan inovasi baru dalam proses pembelajarannya agar hasil belajar para siswa kedepannya semakin baik.

Dari permasalahan di atas, dapat dijadikan sebuah indikator bahwa motivasi peserta didik dalam pembelajaran pendidikan jasmani atletik nomor lompat jauh masih rendah. Padahal, apabila ditelisik lebih jauh, sikap yang demikian justru akan memengaruhi nilai peserta didik. Peserta didik yang mempunyai motivasi tinggi akan terlihat dalam pembelajaran dan selalu berusaha menguasai materi. Hal tersebut akan memberikan nilai lebih dari guru. Berbanding terbalik dengan peserta didik yang tidak termotivasi. Peserta didik akan memunculkan perasaan tidak semangat belajar dan selalu gaduh. Hal tersebut akan memengaruhi nilai atletik lompat jauh mereka.

Harapannya melalui pembelajaran atletik lompat jauh peserta didik dapat mengembangkan aspek-aspek yang dituju dalam pendidikan, yaitu aspek afektif, kognitif, dan psikomotor. Selain itu, dapat juga mengembangkan kreativitas peserta didik, karena peserta didik harus berpikir bagaimana cara agar bisa melakukan lompat jauh. Namun, pada kenyataannya berbanding terbalik dengan harapan, peserta didik banyak yang tidak termotivasi dan cenderung malas untuk melakukan lompat jauh. Padahal apabila peserta didik melakukan gerakan atletik lompat jauh dengan sungguh-sungguh dan termotivasi, itu akan bermanfaat bagi kebugaran jasmani peserta didik tersebut. Selain kebugaran jasmani, tentu saja akan meningkatkan kekuatan tubuh.

Berdasarkan hasil pengamatan dan wawancara, ditemukan indikasi bahwa motivasi akan berpengaruh terhadap keberhasilan pembelajaran atletik lompat jauh di SD Negeri 2 Parakancangah. Melalui motivasi yang tinggi, maka peserta didik mempunyai keinginan yang kuat untuk berlatih, sehingga siswa mampu menguasai keterampilan tersebut dan berdampak kepada hasil belajar peserta didik. Oleh karena itu, maka penting untuk meneliti tentang faktor yang menyebabkan rendahnya motivasi peserta didik kelas atas dalam pembelajaran atletik lompat jauh di SD Negeri 2 Parakancangah.

Peneliti mengambil judul “Motivasi peserta didik kelas atas dalam pembelajaran lompat jauh di SD Negeri 2 Parakancangah, karena belum ada penelitian tentang motivasi pembelajaran lompat jauh di SD N 2 Parakancangah”, dan juga peneliti memilih lompat jauh karena ingin meningkatkan motivasi, pemahaman, dan hasil belajar siswa pada pembelajaran atletik lompat jauh. Peneliti memilih SD N 2 Parakancangah, karena ingin melakukan pembenahan pada pemahaman, proses, dan metode pembelajaran atletik khususnya lompat jauh yang masih konvensional dan monoton menjadi menarik agar siswa termotivasi dan senang dalam melakukan proses pembelajaran atletik khususnya lompat jauh.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Kurangnya antusias peserta didik kelas atas dalam mengikuti pembelajaran atletik lompat jauh.

2. Sarana dan prasarana yang kurang lengkap untuk mendukung proses pembelajaran atletik lompat jauh.
3. Penggunaan metode pembelajaran yang masih konvensional dan cenderung monoton.

C. Batasan Masalah

Agar permasalahan tidak terlalu luas, maka dalam penelitian ini perlu adanya pembatasan masalah yang akan diteliti dengan tujuan agar hasil penelitian lebih terarah. Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang ada, maka permasalahan yang akan diteliti dibatasi pada motivasi peserta didik kelas atas dalam pembelajaran atletik lompat jauh di SD Negeri 2 Parakancangah.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah yang telah diuraikan, rumusan masalah yang akan diteliti adalah “Seberapa tinggi motivasi peserta didik kelas atas dalam mengikuti pembelajaran atletik lompat jauh di SD Negeri 2 Parakancangah?”.

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa tinggi motivasi peserta didik kelas atas dalam pembelajaran atletik lompat jauh di SD Negeri 2 Parakancangah.

F. Manfaat Penelitian

Masalah dalam penelitian ini penting untuk diteliti dengan harapan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis seperti pengetahuan khususnya pada bidang pendidikan jasmani dan juga dapat meningkatkan hasil pada proses belajar mengajar.

2. Manfaat Praktis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara praktis seperti sebagai berikut:

a. Bagi Guru Penjas

- 1) Untuk menambah pengalaman profesional dalam mengatasi masalah-masalah pembelajaran dan upaya meningkatkan perubahan-perubahan dalam pembelajaran.
- 2) Untuk meningkatkan kreatifitas guru dalam mevariasi dan mengembangkan bermain dalam bentuk pembelajaran. Sebagai bahan dalam memiliki alternatif pembelajaran yang akan dilakukan.

b. Bagi Siswa

- 1) Menciptakan suasana pembelajaran yang lebih menyenangkan dan meningkatkan peran aktif siswa dalam mengikuti pembelajaran Penjas, serta meningkatkan hasil belajar gerak lompat jauh.
- 2) Dapat meningkatkan kemampuan lompat jauh, serta mendukung pencapaian hasil lompatan yang lebih jauh.

c. Bagi Kepala Sekolah

Dapat menyediakan sarana dan prasarana pembelajaran khususnya pengembangan media pembelajaran cabang atletik lompat jauh atau berbagai cabang olahraga yang lainnya.

d. Bagi Sekolah

Memperbaiki sistem pendidikan yang ada di sekolah dan membantu sekolah untuk mengembangkan kreativitas dalam menghadapi inovasi pendidikan.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori

1. Hakikat Motivasi

a. Pengertian Motivasi

Motivasi berdasar pendapat Dimiyati & Mudjiono (2002: 80) adalah “dorongan mental yang memengaruhi kejiwaan dan perilaku manusia, salah satunya dorongan untuk belajar”. Sutrisno (2013:109) mengemukakan bahwa “motivasi adalah faktor yang mendorong seseorang untuk melakukan suatu aktivitas tertentu”. Motivasi berdasar pendapat (Donald dalam Kompri, 2016: 229) adalah suatu perubahan energi di dalam pribadi seseorang yang ditandai dengan timbulnya afektif (perasaan) dan reaksi untuk mencapai tujuan. Motivasi sering kali diartikan pula sebagai faktor pendorong perilaku seseorang

Dari beberapa pendapat yang telah disebutkan sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa motivasi merupakan dorongan yang timbul untuk mencapai tujuan karena adanya faktor pendorong, baik dari dalam maupun luar individu. Sejalan dengan pendapat diatas, berdasar pendapat Anita E. Woolfolk dalam Hamzah B. Uno, Teori Motivasi & Pengukurannya, motivasi dapat dibedakan menjadi dua, yaitu motivasi instrinsik dan motivasi ekstrinsik. Motivasi instrinsik adalah motivasi yang muncul dari dalam, seperti minat atau keinginan (*curiosity*), sehingga seseorang tidak lagi termotivasi oleh bentuk-bentuk intensif atau

hukuman. Selanjutnya, motivasi ekstrinsik adalah motivasi yang disebabkan oleh keinginan untuk menerima ganjaran atau menghindari hukuman.

b. Jenis Motivasi

Berdasarkan pendapat (Hapsari, 2005: 74) membagi motivasi menjadi dua jenis yaitu motivasi instrinsik dan motivasi ekstrinsik dengan mendefinisikan kedua jenis motivasi itu sebagai berikut yaitu motivasi instrinsik adalah bentuk dorongan belajar yang datang dari dalam diri seseorang dan tidak perlu rangsangan dari luar. Sedangkan motivasi ekstrinsik adalah dorongan belajar yang datangnya dari luar diri seseorang.

1) Motivasi instrinsik

Berdasarkan pendapat Hamalik (2004: 158) bahwa “motivasi instrinsik adalah motivasi yang tercakup dalam situasi belajar yang bersumber dari kebutuhan dan tujuan-tujuan siswa sendiri”. Berdasarkan pendapat Sardiman (2014: 89) “bahwa motivasi Intrinsik adalah motif-motif yang menjadi aktif atau berfungsinya sehingga tidak perlu rangsangan dari luar, karena dari dalam diri individu sudah ada dorongan untuk melakukan sesuatu”. Sebagai contoh seseorang yang senang membaca, tidak perlu ada yang menyuruh atau mendorongnya, karena sudah rajin mencari buku-buku untuk dibacanya. Adapun seorang siswa yang menyukai kegiatan olahraga sepakbola karena kondisi tubuh yang sedang prima menjadikan tidak perlu adanya dorongan atau motivasi dari luar. Kemudian kalau dilihat dari segi tujuan kegiatan yang dilakukannya (misalnya kegiatan belajar), maka yang dimaksud dengan motivasi instrinsik ini

adalah ingin mencapai tujuan yang terkandung di dalam perbuatan belajar itu sendiri.

Terdapat faktor-faktor yang memengaruhi motivasi instrinsik sebagai berikut:

a) Bakat

Berdasarkan pendapat Chaplin bakat adalah kemampuan potensial yang dimiliki seseorang untuk mencapai keberhasilan masa yang akan datang, sehubungan dengan hal tersebut, maka bakat akan dapat memengaruhi tinggi rendahnya prestasi belajar (Susanto,2013: 65). Berdasarkan pendapat Asrori dalam jurnal (Fadillah,2016) bakat adalah kemampuan alamiah untuk memperoleh pengetahuan dan terampilan. baik yang bersifat umum dan khusus. Bakat seseorang berkemungkinan untuk mencapai prestasi dalam bidang tertentu. Tetapi untuk mewujudkan bakat ke dalam suatu prestasi diperlukan latihan, pengetahuan, pengalaman dan motivasi.

b) Kesehatan

Berdasarkan pendapat Brook, R. (2017: 585) “kesehatan adalah sebuah sumber daya yang dimiliki semua manusia dan bukan merupakan suatu tujuan hidup yang perlu dicapai”. Kesehatan tidak terfokus kepada fisik yang bugar tetapi meliputi jiwa yang sehat di mana individu dapat bersikap toleran dan dapat menerima perbedaan. Dengan demikian, orang yang sehat tidak cukup hanya ditunjukkan oleh otot yang besar atau badan yang kekar, tetapi selain sehat secara

fisik juga harus sehat secara rohani dan mental. Hal tersebut dapat dicapai dengan berolahraga.

c) Pencapaian

Berdasarkan pendapat(Zaiful, R.M, 2019: 9) bahwapencapaian / prestasi belajar yaitu sesuatu yang dinyatakan dalam bentuk simbol, angka, huruf, maupun kalimat yang dapat mencerminkan hasil yang sudah dicapai oleh setiap siswa dalam periode tertentu dan dapat dinyatakan bahwa pencapaian / prestasi belajar merupakan hasil dari suatu kegiatan pembelajaran yang disertai perubahan yang dicapaisiswa. Dengan demikian siswa akan merasa termotivasi dengan sendirimua untuk mencapai suatu tujuan yang siswa tentukan sendiri.

2) Motivasi ekstrinsik

Berdasarkan pendapat Sardiman (2014: 90) “motivasi ekstrinsik adalah motif-motif yang aktif dan berfungsinya karena adanya rangsangan atau dorongan dari luar”. Sebagai contoh itu seseorang itu belajar,karena tahu besok paginya akan ujian dengan harapan akan mendapatkan nilai baik, sehingga akan dipuji oleh temannya. Jadi yang penting bukan karena belajar ingin mengetahui sesuatu, tetapi ingin mendapatkan nilai yang baik, atau agar mendapat hadiah. Jadi kalau dilihat dari segi tujuan kegiatan yang dilakukannya, tidak secara langsung bergayut dengan esensi apa yang dilakukannyn itu. Oleh karena itu motivasi ekstrinsik dapat juga dikatakan sebagai bentuk motivasi yang didalamnya aktivitas belajar dimulai dan diteruskan berdasarkan dorongan dari luar yang tidak secara mutlak berkaitan dengan aktivitas belajar.

Terdapat faktor-faktor yang memengaruhi motivasi ekstrinsik sebagai berikut:

a) Metode Pembelajaran

Berdasarkan pendapat Sanjaya (2016: 147) “metode pembelajaran adalah cara yang digunakan untuk mengimplementasikan rencana yang sudah disusun dalam kegiatan nyata agar tujuan yang telah disusun tercapai secara optimal”. Metode mengajar guru yang kurang baik akan mempengaruhi belajar siswa yang tidak baik pula. Guru yang progresif berani mencoba metode-metode yang baru, yang dapat membantu meningkatkan kegiatan belajar mengajar, dan meningkatkan motivasi siswa untuk belajar. Agar siswa dapat belajar dengan baik, maka metode mengajar harus diusahakan yang tepat, efisien dan efektif.

b) Lingkungan

Berdasar pendapat Hamalik, O. (2003: 195) “lingkungan merupakan segala sesuatu yang ada sekitar dan memiliki makna atau pengaruh tertentu”. Lingkungan merupakan segala hal di sekeliling manusia yang mampu memberikan dampak terhadap tingkah laku baik secara langsung maupun tidak langsung.

c) Imbalan

Imbalan atau dapat dikatakan sebagai ganjaran adalah hadiah (sebagai pembalas jasa), juga dapat berarti hukuman atau balasan (Kamus Besar Bahasa Indonesia). Dengan demikian anak akan giat dalam usahanya memperbaiki atau meningkatkan prestasi. Seorang anak dapat termotivasi karena adanya imbalan

sehingga anak tersebut ingin melakukan sesuatu. Imbalan tersebut bisa berupa pujian, nilai bagus, barang/makanan.

c. Peranan motivasi

Keberhasilan proses belajar mengajar dipengaruhi oleh motivasi belajar siswa. Guru selaku pendidik perlu mendorong siswa untuk belajar dalam mencapai tujuan. Dua fungsi motivasi dalam proses pembelajaran yang dikemukakan oleh (Sanjaya2010: 251-252) yaitu:

1) Mendorong siswa untuk beraktivitas

Perilaku setiap orang disebabkan karena dorongan yang muncul dari dalam yang disebut dengan motivasi. Besar kecilnya semangat seseorang untuk bekerja sangat ditentukan oleh besar kecilnya motivasi orang tersebut. Semangat siswa dalam menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru tepat waktu dan ingin mendapatkan nilai yang baik karena siswa memiliki motivasi yang tinggi untuk belajar.

2) Sebagai pengarah

Tingkah laku yang ditunjukkan setiap individu pada dasarnya diarahkan untuk memenuhi kebutuhannya atau untuk mencapai tujuan yang telah ditentukan. Dengan demikian Motivasi berfungsi sebagai pendorong usaha dan pencapaian prestasi. Adanya motivasi yang baik dalam belajar akan menunjukkan hasil yang baik.

Berdasarkan pendapat Winarsih (2009: 111) ada tiga fungsi motivasi yaitu:

- 1) Mendorong manusia untuk berbuat, jadi sebagai penggerak atau motor yang melepaskan energi. Motivasi dalam hal ini merupakan motor penggerak dari setiap kegiatan yang dilakukan.
- 2) Menentukan arah perbuatan kearah yang ingin dicapai. Dengan demikian motivasi dapat memberikan arah dan kegiatan yang harus dikerjakan sesuai dengan rumusan tujuannya.
- 3) Menyeleksi perbuatan, yakni menentukan perbuatan-perbuatan apa yang harus dikerjakan guna mencapai tujuan

Jadi, adanya motivasi akan memberikan dorongan, arah dan perbuatan yang akan dilakukan dalam upaya mencapai tujuan yang telah dirumuskan sebelumnya.

Fungsi motivasi sebagai pendorong usaha dalam mencapai prestasi, karena seseorang melakukan usaha harus mendorong keinginannya, dan menentukan arah perbuatannya kearah tujuan yang hendak dicapai. Dengan demikian siswa dapat menyeleksi perbuatan untuk menentukan apa yang harus dilakukan yang bermanfaat bagi tujuan yang hendak dicapainya.

d. Faktor-faktor yang Memengaruhi Motivasi Belajar

Keberhasilan belajar peserta didik dalam proses pembelajaran sangat dipengaruhi oleh motivasi yang ada pada dirinya. Indikator kualitas pembelajaran salah satunya adalah adanya motivasi yang tinggi dari para peserta didik. Peserta didik yang memiliki motivasi belajar yang tinggi terhadap pembelajaran maka

mereka akan tergerak atau tergugah untuk memiliki keinginan melakukan sesuatu yang dapat memperoleh hasil atau tujuan tertentu.

Berdasar pendapat (Kompri, 2016: 232) motivasi belajar merupakan segi kejiwaan yang mengalami perkembangan, artinya terpengaruh oleh kondisi fisiologis dan kematangan psikologis siswa. Beberapa unsur yang mempengaruhi motivasi dalam belajar yaitu:

1) Cita-cita dan aspirasi siswa

Cita-cita akan memperkuat motivasi belajar siswa baik instrinsik maupun ekstrinsik.

2) Kemampuan Siswa

Keinginan seorang anak perlu dibarengi dengan kemampuan dan kecakapan dalam pencapaiannya.

3) Kondisi Siswa

Kondisi siswa yang meliputi kondisi jasmani dan rohani. Seorang siswa yang sedang sakit akan mengganggu perhatian dalam belajar.

4. Kondisi Lingkungan Siswa.

Lingkungan siswa dapat berupa lingkungan alam, lingkungan tempat tinggal, pergaulan sebaya dan kehidupan bermasyarakat.

Selain itu Darsono (2000: 65), menyatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi belajar antara lain:

1) Cita-cita/aspirasi siswa

2) Kemampuan siswa

- 3) Kondisi siswa dan lingkungan
- 4) Unsur-unsur dinamis dalam belajar
- 5) Upaya guru dalam membelajarkan siswa.

Banyak faktor yang memengaruhi motivasi belajar siswa. Dengan demikian motivasi belajar pada diri siswa sangat dipengaruhi oleh adanya rangsangan dari luar dirinya serta kemauan yang muncul pada diri sendiri. Motivasi belajar yang datang dari luar dirinya akan memberikan pengaruh besar terhadap munculnya motivasi instrinsik pada diri siswa.

2. Hakikat Pembelajaran

a. Pengertian Pembelajaran

Pembelajaran berhubungan erat dengan pengertian belajar dan mengajar. Belajar, mengajar dan pembelajaran terjadi bersama-sama. Belajar dapat terjadi tanpa guru dan tanpa kegiatan mengajar dan pembelajaran formal lain. Sedangkan mengajar meliputi segala hal yang guru lakukan di dalam kelas. Pembelajaran berdasarkan Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah proses, cara menjadikan orang atau makhluk hidup belajar. Sedangkan berdasarkan Undang-undang No. 20 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional pasal 1 Ayat 20, pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar.

Berdasarkan pendapat Sagala (2010: 61) “pembelajaran merupakan membelajarkan peserta didik menggunakan asas pendidikan maupun teori belajar, merupakan penentu utama keberhasilan pendidikan”. Pembelajaran merupakan

komunikasi dua arah. Mengajar dilakukan oleh pihak guru sebagai pendidik, sedangkan belajar dilakukan oleh peserta didik. Definisi pembelajaran lain juga dikemukakan oleh Sudjana (2004: 28), yang berpendapat bahwa pembelajaran dapat diartikan sebagai setiap upaya yang sistematis dan sengaja untuk menciptakan agar terjadi kegiatan interaksi edukatif antara belah pihak, yaitu antara peserta didik (warga belajar) dan pendidik (sumber belajar) yang melakukan kegiatan membelajarkan.

Dari beberapa definisi pembelajaran di atas, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran merupakan suatu kegiatan yang sengaja diciptakan dengan adanya interaksi antara guru dan siswa didalamnya yang bertujuan untuk membelajarkan.

b. Tujuan Pembelajaran

Tujuan pembelajaran adalah faktor yang sangat penting dalam proses pembelajaran. Dengan adanya tujuan, maka guru memiliki pedoman dan sasaran yang akan dicapai dalam kegiatan mengajar. Apabila tujuan pembelajaran sudah jelas dan tegas, maka langkah dan kegiatan pembelajaran akan lebih terarah. Tujuan dalam pembelajaran yang telah dirumuskan hendaknya disesuaikan dengan ketersediaan waktu, sarana prasarana dan kesiapan peserta didik. Sehubungan dengan hal itu, maka seluruh kegiatan guru dan peserta didik harus diarahkan pada tercapainya tujuan yang telah diharapkan.

Tujuan merupakan komponen yang dapat mempengaruhi komponen pengajaran lainnya, seperti bahan pelajaran, kegiatan belajar mengajar, pemilihan metode, alat dan media, sumber dan alat evaluasi. Oleh Karena itu, maka seorang

guru tidak dapat mengabaikan masalah perumusan tujuan pembelajaran apabila hendak memprogramkan pengajarannya.

c. Kurikulum

Secara etimologis, kurikulum (curriculum) berasal dari bahasa Yunani “curir” yang berarti “pelari” dan “curere” yang berarti “tempat berpacu”. Dengan demikian dapat dimaknai bahwa kurikulum adalah suatu jarak yang harus ditempuh oleh pelari dari awal hingga akhir (Hamalik, 2006: 16).

Tujuan kurikulum mencakup empat kompetensi, yaitu (1) kompetensi sikap spiritual, (2) sikap sosial, (3) pengetahuan, dan (4) keterampilan. Kompetensi tersebut dicapai melalui proses pembelajaran intrakurikuler, kokurikuler, dan/atau ekstrakurikuler. Penumbuhan dan pengembangan kompetensi sikap dilakukan sepanjang proses pembelajaran berlangsung, dan dapat digunakan sebagai pertimbangan guru dalam mengembangkan karakter peserta didik lebih lanjut. Kompetensi Pengetahuan dan Kompetensi Keterampilan dirumuskan sebagai berikut ini:

Tabel 1. Kompetensi Inti dan Kompetensi Dasar Kelas IV

KOMPETENSI INTI	KOMPETENSI DASAR
3. Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain	3.3 Memahami variasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar melalui permainan/olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional

<p>4. Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia</p>	<p>4.3 Mempraktikkan variasi pola dasar jalan, lari, lompat, dan lempar melalui permainan/olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional</p>
--	--

Tabel 2. Kompetensi Inti dan Kompetensi Dasar Kelas V

KOMPETENSI INTI	KOMPETENSI DASAR
<p>3. Memahami pengetahuan faktual dan konseptual dengan cara mengamati, menanya dan mencoba berdasarkan rasa ingin tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain</p>	<p>3.3 Memahami kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar melalui permainan/olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional</p>
<p>4. Menyajikan pengetahuan faktual dan konseptual dalam bahasa yang jelas, sistematis, logis dan kritis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak</p>	<p>4.3 Mempraktikkan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar melalui permainan/olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional</p>

Tabel 3. Kompetensi Inti dan Kompetensi Dasar Kelas VI

KOMPETENSI INTI	KOMPETENSI DASAR
3. Memahami pengetahuan faktual dan konseptual dengan cara mengamati, menanya dan mencoba berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan di tempat bermain	3.3 Memahami variasi dan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar dengan kontrol yang baik melalui permainan dan atau olahraga tradisional
4. Menyajikan pengetahuan faktual dan konseptual dalam bahasa yang jelas, sistematis, logis dan kritis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia	4.3 Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar dengan kontrol yang baik melalui permainan dan atau olahraga tradisional

d. Guru

Di dalam UU. RI No. 20 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan Nasional, Bab IV Pasal 29 ayat 1 disebutkan bahwa pendidik merupakan tenaga profesional yang bertugas merencanakan dan melaksanakan proses pembelajaran, memiliki hasil pembelajaran, melakukan bimbingan dan pelatihan serta melakukan penelitian dan pengabdian kepada masyarakat, terutama pada pendidik di perguruan tinggi.

Guru adalah pelaku utama yang merencanakan, mengarahkan, dan melaksanakan kegiatan pembelajaran yang terdapat dalam upaya memberikan sejumlah ilmu pengetahuan kepada peserta didik di sekolah. Seorang guru

haruslah memiliki kemampuan dalam mengajar, membimbing dan membina peserta didiknya dalam kegiatan pembelajaran.

e. Peserta Didik

Peserta didik merupakan seseorang yang mengikuti suatu program pendidikan baik di sekolah maupun lembaga pendidikan. Terdapat peserta didik yang berkemampuan tinggi, sedang, dan rendah. Perbedaan tersebut tentunya memerlukan perlakuan yang berbeda. Sikap dan penampilan siswa di dalam kelas juga merupakan aspek lain yang mempengaruhi proses pembelajaran. Oleh sebab itu, peran peserta didik juga sangat memengaruhi guru dalam proses pembelajaran.

f. Metode Pembelajaran

Berdasarkan pendapat David, J.R dalam *Teaching Strategies for College Class Room* yang dikutip oleh Majid, A. (2014: 132) “mengatakan bahwa pengertian metode adalah cara untuk mencapai sesuatu”. Untuk melaksanakan suatu strategi digunakan seperangkat metode pengajaran tertentu. Dalam pengertian demikian ini, maka metode pembelajaran menjadi salah satu unsur dalam strategi belajar. Metode pembelajaran digunakan oleh guru untuk menciptakan lingkungan belajar dan mengkhususkan aktivitas guru dan siswa terlibat selama proses pembelajaran.

Metode pembelajaran didefinisikan sebagai cara yang digunakan guru dalam menjalankan fungsinya dan merupakan alat untuk mencapai tujuan pembelajaran. Metode pembelajaran dengan teknik adalah dua hal yang berbeda.

Metode pembelajaran lebih bersifat prosedural, yaitu berisi tahapan-tahapan tertentu, sedangkan teknik adalah cara yang digunakan dan bersifat implementatif. Dengan kata lain, metode dapat sama, akan tetapi tekniknya berbeda.

Metode pembelajaran suatu cara yang digunakan dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Dalam kegiatan belajar mengajar, metode sangat diperlukan oleh guru, penggunaan metode dapat dilakukan secara bervariasi sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Penggunaan metode pembelajaran yang bervariasi akan memberikan suasana belajar yang menarik, dan tidak membosankan bagi peserta didik. Akan tetapi, bisa saja penggunaan metode yang bervariasi menjadikan kegiatan belajar tidak menguntungkan jika penggunaan metode variasinya tidak tepat. Oleh karena itulah, dalam menggunakan metode pembelajaran dibutuhkan kompetensi guru untuk memilih metode yang tepat.

g. Materi

Materi pembelajaran adalah substansi yang akan disampaikan dalam proses belajar mengajar. Tanpa adanya materi pembelajaran proses belajar mengajar tidak akan berjalan. Oleh karena itu, guru yang akan mengajar pasti memiliki dan menguasai materi pelajaran yang akan disampaikan kepada siswa. Materi pelajaran merupakan satu sumber belajar bagi siswa. Materi yang disebut sebagai sumber belajar ini adalah sesuatu yang membawa pesan untuk tujuan pembelajaran.

Pada umumnya, aktivitas siswa akan berkurang jika materi pelajaran yang diberikan oleh guru tidak menarik perhatiannya disebabkan cara mengajar yang

mengabaikan prinsip-prinsip mengajar. Sering sekali guru merasa telah menguasai materi pelajaran dengan menggunakan bahasa yang tidak sesuai dengan perkembangan bahkan jiwa siswa, dengan begitu maka guru akan mengalami kegagalan dalam menyampaikan materi dan sebaliknya pula, siswa akan mengalami kegagalan dalam menerima pelajaran.

Materi pembelajaran juga perlu dipilih dengan tepat agar dapat membantu siswa untuk mencapai standar kompetensi dan kompetensi dasar. Pada hakikatnya, jenis materi pembelajaran memerlukan strategi, media dan cara evaluasi yang berbeda-beda. Ruang lingkup dan kedalaman materi pembelajaran sangat perlu diperhatikan agar sesuai dengan tingkat kompetensinya. Urutan materi pembelajaran perlu diperhatikan agar pembelajaran menjadi terarah. Adapun cara mengajarkan/menyampaikan materi pembelajaran juga perlu dipilih secara tepat agar tidak salah mengajarkannya.

Karena itu, lebih baik menyampaikan materi pelajaran sesuai dengan perkembangan siswa. Dengan demikian, materi pembelajaran merupakan komponen yang tidak bisa diabaikan dalam pembelajaran, sebab materi adalah inti dari proses belajar mengajar yang disampaikan kepada siswa.

h. Alat Pembelajaran

Alat pembelajaran adalah media yang berfungsi sebagai alat bantu untuk memperlancar penyelenggaraan pembelajaran agar lebih efisien dan efektif dalam mencapai tujuan pembelajaran. Alat atau media pembelajaran dapat berupa orang,

mahluk hidup, benda-benda, dan segala sesuatu yang dapat digunakan guru sebagai perantara untuk menyajikan bahan pelajaran.

Penggunaan media dalam pembelajaran haruslah disesuaikan dengan kondisi yang sedang berlangsung. Media atau alat pembelajaran yang digunakan harus sesuai dengan materi yang diajarkan, dengan adanya media atau alat pembelajaran ini sudah seharusnya dapat memudahkan guru dalam menyampaikan pembelajaran sehingga tujuan dari materi yang disampaikan dapat dicapai oleh siswa.

i. Evaluasi

Evaluasi merupakan komponen terakhir dalam sistem pembelajaran. Evaluasi bukan saja berfungsi untuk melihat keberhasilan siswa dalam pembelajaran, akan tetapi juga berfungsi sebagai umpan balik guru atas kinerja yang telah dilakukannya dalam proses pembelajaran. Melalui evaluasi dapat diketahui kekurangan dalam pemanfaatan berbagai komponen dalam pembelajaran.

Dengan adanya evaluasi dalam pembelajaran, sehingga guru akan mengetahui sejauh mana siswa dapat memahami materi yang disampaikan. Apabila dalam proses pembelajaran tidak ada evaluasi, maka guru, siswa, orangtua/wali siswa, serta lembaga tidak akan mengetahui hasil yang diperoleh dari pembelajaran. Oleh karena itu, evaluasi sangatlah penting dalam proses belajar mengajar.

Dari uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa komponen pendukung pembelajaran merupakan aspek yang saling berhubungan untuk menuju hal yang lebih baik terutama pada proses belajar mengajar.

3. Hakikat Pendidikan Jasmani

a. Definisi Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani berdasarkan pendapat (Samsudin, 2008: 2) adalah “suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang di desain untuk meningkatkan suatu proses pembelajaran yaitu mengembangkan keterampilan motorik, kebugaran jasmanai pengetahuan dan prilaku untuk sehat dan aktif, kecerdasan emosi dan sikap sportif”. Dalam praktiknya untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah dalam pendidikan jasmani seperti kognitif, afektif dan psikomotorik pada siswa. Melalui pengajaran olahraga dengan meningkatkan keterampilan keterampilan gerak, tujuan pendidikan jasmanai dapat dicapai dengan maksimal.

Pendidikan jasmani berdasarkan pendapat (Sukanta, 2004: 17), pendidikan yang tidak bisa dipisahkan dari pendidikan total, yang dimaksudkan untuk mencapai tujuan pengembangan kebugaran jasmani, mental, sosial, serta emosional bagi masyarakat, dengan wahana aktivitas jasmani. Kemudian pengertian pendidikan jasmani berdasarkan pendapat Erlina (2012: 104) adalah pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani olahraga dan kesehatan yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai

pendidikan nasional dan aspek pola hidup yang sehat, pengenalan lingkungan yang bersih melalui aktifitas jasmani.

Dari pendapat beberapa ahli dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani merupakan suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang bertujuan untuk mengembangkan keterampilan motorik.. Dalam praktiknya pendidikan jasmani berguna untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan jasmani seperti kognitif, afektif dan psikomotorik pada siswa.

b. Tujuan Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani dalam praktiknya harus dilakukan secara berkesinambungan dengan berbagai aktivitas, dan diajarkan pada sekolah dari taman kanak-kanak sampai perguruan tinggi. Maka dari itu peran dari pendidikan jasmani sangat penting bagi kehidupan manusia itu sendiri. Tujuan dari pendidikan jasmani berdasarkan pendapat beberapa ahli antara lain.

Tujuan pendidikan jasmani berdasarkan pendapat Samsudin (2017: 3), adalah (a) Melalui internalisasi nilai dalam pendidikan jasmani untuk meletakkan karakter yang kuat, (b) Membangun landasan kepriadian yang kuat, sikap cinta damai, sikap sosial dan toleransi dalam konteks kemajuan budaya, etnis dan agama, (c) Melalui tugas-tugas pembelajaran pendidikan jasmani Menumbuhkan kemampuan berfikir kritis, (d) Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerja sama, percaya diri, dan demokratis melalui aktifitas jasmani, (e) Mengembangkan keterampilan gerak dan keterampilan teknik serta

setrategi berbagai permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, senam, aktifitas ritmik, akuatik (aktivitas air), dan pendidikan luar kelas.

Berdasarkan pendapat Sukanta (2004: 38) “tujuan pendidikan jasmani adalah Empat ranah dalam pendidikan jasmani yaitu jasmani, kognitif, afektif dan psikomotorik menjadi bagian dari pendidikan jasmani”. Semuanya dipandang bahwa pendidikan jasmani merupakan tujuan sementara, dan menjadikan pendidikan jasmani menjadi tujuan akhir. Maka dari itu pendidikan jasmani menjadi penguat dan pelengkap tujuan pendidikan.

Dari pendapat kedua ahli dapat disimpulkan, tujuan pendidikan jasmani adalah membangun karakter yang baik kepada anak agar anak memiliki kepribadian yang kuat, sikap cinta damai dan toleransi dengan lingkungan sekitar. Kemudian untuk membangkitkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerja sama, percaya diri, dan demokratis melalui aktifitas jasmani.

c. Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani

Ruang lingkup mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan meliputi aspek-aspek sebagai berikut. Ruang lingkup pendidikan jasmani berdasarkan pendapat Samsudin (2008: 27), terdiri dari beberapa aspek yaitu:

- 1) Permainan dan olahraga, meliputi: olahraga tradisional, permainan eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor non lokomotor, dan manipulatif, atletik, kasti, rounders, kippers, sepak bola, bola basket, bola voli, tenis meja, tenis lapangan, bulu takis, dan bela diri, serta aktivitas lainnya.

- 2) Aktivitas pengembangan, meliputi: mekanika sikap tubuh, komponen kebugaran jasmani, dan bentuk postur tubuh serta aktivitas lainnya.
- 3) Aktivitas senam, meliputi: ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat, dan senam lantai, serta aktivitas lainnya.
- 4) Aktivitas ritmik, meliputi: gerak bebas, senam pagi, SKJ, dan senam aerobik serta aktivitas lainnya.
- 5) Aktivitas air, meliputi: permainan di air, keselamatan air, keterampilan bergerak di air, dan renang serta aktivitas lainnya.
- 6) Pendidikan luar kelas, meliputi: piknik, pengenalan lingkungan, berkemah, menjelajah, dan mendaki gunung.
- 7) Kesehatan, meliputi: penanaman budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari, terkait dengan perawatan tubuh agar tetap sehat, merawat lingkungan yang sehat, memilih makanan dan minuman yang sehat, mencegah dan merawat cedera, mengatur waktu istirahat, yang tepat dan berperan aktif dalam kegiatan P3K dan UKS. Aspek kesehatan merupakan aspek tersendiri, dan secara umum masuk kedalam semua aspek.

4. Hakikat Lompat Jauh

a. Pengertian Lompat Jauh

Lompat jauh merupakan salah satu nomor lompat dalam cabang olahraga atletik. Melompat adalah gerakan mengangkat tubuh dari tempat tertentu ke tempat yang lebih jauh. Ada beberapa definisi mengenai lompat jauh, yaitu:

Berdasarkan pendapat Djumidar (2001: 12-40) “lompat jauh adalah hasil dari kecepatan horizontal yang dibuat dari ancang-ancang dengan gerak vertikal

yang dihasilkan dari kaki tumpu”. Formulasi dari kedua aspek tadi menghasilkan suatu gaya gerak parabola dari titik pusat gravitasi. Kecepatan lari awalan serta besarnya sudut tolakan merupakan komponen yang menentukan tercapainya suatu jarak. Teknik lompat jauh dapat dibagi menjadi empat tahap yaitu anjang-ancang, menumpu, melayang, mendarat. Sedangkan gaya dalam lompat jauh ada tiga yaitu gaya jongkok, gaya menggantung, dan gaya jalan di udara.

Lompat jauh adalah suatu gerakan melompat ke depan atas dalam upaya membawa titik berat badan selama mungkin di udara (melayang di udara) yang dilakukan dengan cepat dan dengan jalan melakukan tolakan pada satu kaki untuk mencapai jarak yang sejauh-jauhnya. Dari beberapa definisi yang telah dikemukakan dapat disimpulkan bahwa lompat jauh merupakan suatu gerakan melompat sejauh-jauhnya yang didahului dengan lari awalan kemudian diteruskan dengan menolak pada papan tumpuan, baru lepas tapak, melayang di udara, dan akhirnya mendarat kembali pada bak pasir. Perlu ditekankan di sini bahwa gerakan-gerakan tersebut di atas merupakan suatu rangkaian gerakan yang berkelanjutan atau tidak terputus-putus.

b. Teknik Dasar Lompat Jauh

1) Awalan

Awalan adalah gerakan permulaan untuk mendapatkan kecepatan pada waktu akan melakukan lompatan. Tim Bina Guru (2004: 31) untuk menghasilkan lompatan yang baik harus diperhatikan cara awalannya, melakukan teknik awalan yang baik akan menghasilkan lompatan yang baik pula. Tujuan melakukan awalan yakni untuk mendapatkan kecepatan berlari

sewaktu akan melompat dan untuk mendapatkan hasil lompatan yang optimal.

Berkaitan dengan awalan lompat jauh Suryatmo, B. (2006: 86), menyatakan: “Jarak awalan tergantung pada tiap-tiap pelari (sekitar 30-40). Jarak awalan harus cukup jauh dan lari cepat untuk mendapatkan momentum yang paling besar. Kecepatan awalan dan irama langkah harus tetap. “



Gambar 1. Lari Awalan Saat Akan Melakukan Lompat Jauh
Sumber Buku: PJOK Kemdikbud Kelas XI (2016: 121-122)

2) Tolakan (Take-off)

Tolakan merupakan perubahan gerak datar ke gerak tegak atau ke atas yang dilakukan secara cepat. Tim Bina Guru (2004: 26) tolakan lompat jauh dilakukan dengan satu kaki yang paling kuat, dengan menghindari tolakan yang salah, yaitu kaki melewati papan tolakan sedangkan tolakan yang benar adalah posisi kaki saat menolak berada sebelum papan tolakan atau diatas papan tolakan.

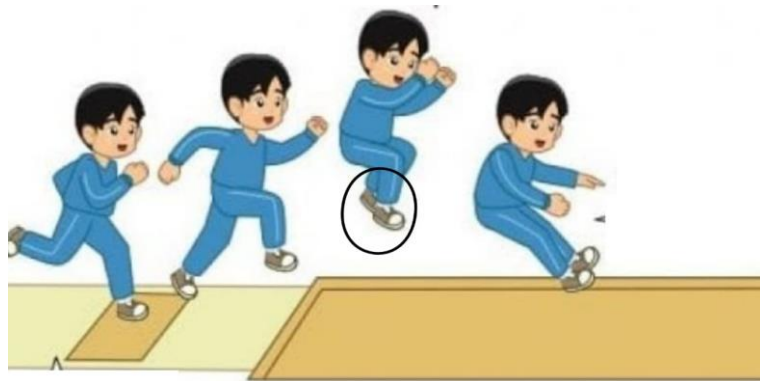


Gambar 2. Keadaan Saat Tolakan
Sumber Buku: PJOK Kemdikbud Kelas XI (2016: 121-122)

3) Melayang di Udara

Gerakan melayang di udara adalah gerakan yang dilakukan dalam olahraga lompat jauh setelah melakukan gerakan tumpuan dan tolakan. Berdasar pendapat pendapat (Djumidar, 2001: 12.42) pada saat meninggalkan balok tumpuan diupayakan keseimbangannya terjaga, dengan bantuan kedua tangan mengayun 10 sedemikian rupa sehingga bergerak di udara dalam suatu garis membentuk lengkungan.

Salah satu usaha untuk mengatasi daya tarik bumi tersebut yaitu harus melakukan tolakan yang sekuat-kuatnya disertai dengan ayunan kaki dengan kedua tangan ke arah lompatan. melayang bertujuan untuk mendapatkan posisi mendarat yang paling ekonomis dan efisien”.



Gambar 3. Keadaan Saat Melakukan Sikap Diudara/Melayang
Sumber Buku: PJOK Kemdikbud Kelas XI (2016: 121-122)

4) Pendaratan

Pendaratan merupakan tahap terakhir dari rangkaian gerakan lompat jauh. Pendaratan merupakan prestasi yang dicapai dalam lompat jauh. Pada waktu mulai menyentuh pasir, pelompat memegaskan lutut dan menggeserkan pinggang ke depan, sehingga badan bagian atas menjadi agak tegak dan lengan mengayun ke depan.

Berdasarkan pendapat Suryatmo, B. (2006: 90), teknik pendaratan yang benar adalah sebagai berikut: “Mendarat dengan kedua kaki dibengkokkan, sehingga sikap badan jongkok. Agar pinggul tidak menyentuh bak pasir, badan harus santai, dan kedua tangan ditarik lurus ke depan”.



Gambar 4. Keadaan Saat Mendarat
Sumber Buku: PJOK Kemdikbud Kelas XI (2016: 121-122)

c. Tujuan Pembelajaran Lompat Jauh di Sekolah Dasar

Setiap pembelajaran mempunyai maksud dan tujuan-tujuan tertentu, begitu pula dalam pembelajaran pokok bahasan lompat jauh gaya jongkok. Sebagai bagian dari materi sub-pokok mata pelajaran penjasorkes tujuan dari pembelajaran lompat jauh gaya jongkok mempunyai tujuan yang tidak terlepas dari tujuan pendidikan jasmani secara umum. Adapun tujuan penjaskes dalam Depdiknas (2006: 2-3) yaitu:

- 1) Mengembangkan dan meningkatkan keterampilan gerak.
- 2) Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalamnya (sportivitas, kejujuran, disiplin, tanggung jawab, kerja sama, percaya diri dan demokratis).
- 3) Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil, serta memiliki sikap yang positif.

5. Karakteristik Peserta Didik Kelas Atas

Peserta didik kelas atas memiliki usia rata-rata antara 10-12 tahun, dalam usia ini merupakan masa yang baik untuk pertumbuhan anak dan perkembangan anak. Pada usia tersebut perkembangan fisik anak sudah mulai pesat, sesuai dengan pendapat Santrock (2007: 161), kekuatan anak laki-laki lebih kuat daripada anak perempuan, kenaikan tekanan darah dan metabolisme yang tajam. Perempuan mulai mengalami kematangan seksual (12 tahun), laki-laki hanya 5% yang mengalami kematangan seksual.

Dari segi psikomotorik anak juga mengalami perkembangan, berdasar pendapat Loree (2010: 87), ada dua macam perilaku sikap psikomotorik utama yang bersifat universal harus dikuasai oleh setiap individu pada masa bayi atau masa awal kanak-kanaknya ialah berjalan (walking) dan memegang benda (prehension). Kedua jenis keterampilan psikomotorik ini merupakan dasar bagi perkembangan keterampilan yang lebih kompleks seperti yang kita kenal dengan sebutan bermain (playing) dan bekerja (working). Lebih lanjut lagi dijelaskan oleh Salkind (2010: 87) bahwa perilaku motorik itu meliputi gerakan tubuh, koordinasi, dan keahlian motorik khusus.

Berdasar pendapat Riyanto, Y. (2013: 123), pada anak usia antara 10-12 tahun, memiliki 4 kategori perkembangan keterampilan sebagai berikut :

1) Keterampilan menolong diri sendiri

Anak dapat makan, mandi, berpakaian sendiri dan lebih-lebih mandiri.

2) Keterampilan bermain

Anak belajar keterampilan seperti melempar dan menangkap bola, naik sepeda, dan berenang.

3) Keterampilan menolong orang lain

Keterampilan berkaitan dengan orang lain, seperti membersihkan tempat tidur, membersihkan barang dari debu, dan menyapu.

4) Keterampilan sekolah

Mengembangkan berbagai keterampilan yang diperlukan untuk menulis, menggambar, melukis, menari, dan bernyanyi.

Pada usia ini anak juga memiliki daya kreativitas, yaitu kemampuan untuk berpikir lebih orisinil dibandingkan dengan kebanyakan orang lain. Berdasar pendapat Guilford (2014: 163), hal ini disebut “berpikir divergen”, corak berpikir yang mencari suatu jalur baru, lebih-lebih dalam memecahkan masalah. Sementara corak yang cenderung mengikuti jalur yang sudah diketahui pasti akan membawa hasil disebut sebagai “berpikir konvergen”.

B. Hasil Penelitian yang Relevan

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

1. Saminten (2010)

Penelitian relevan yang pertama berjudul “Motivasi Siswa Kelas V SD 2 Sedayu Kabupaten Bantul dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani” yang dilaksanakan oleh Saminten pada tahun 2010. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang menggunakan metode survei. Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas V SD 2 Sedayu Kab. Bantul yang berjumlah 29 anak. Teknik pengambilan sampelnya dengan menggunakan angket, dengan uji validitas menggunakan rumus teknik bagian total product moment dengan koefisien sebesar 0,893 dan uji reliabilitas menggunakan rumus alpha cronbach dengan koefisien sebesar 0,920. Teknik analisis yang digunakan deskriptif kuantitatif dengan presentase. Dengan hasil 10,3 % kategori sangat tinggi, 6,9 % kategori tinggi, 51,7 % kategori sedang, 24,1 % kategori rendah dan 6,9 % kategori sangat rendah.

2. Mukhrijun (2010)

Penelitian relevan yang kedua berjudul “Motivasi Siswa Kelas IV Dan V SD Negeri Karangpule Kec. Sruweng Kab. Kebumen dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Tahun Pelajaran 2009/2010” yang dilaksanakan oleh Mukhrijun pada tahun 2010. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan metode angket. Populasi dan sampel adalah siswa kelas IV dan V SD Negeri Karangpule yang berjumlah 54 siswa. Hasil penelitian adalah 66,7 % kategori motivasi sangat tinggi, 29,6 % kategori motivasi tinggi, 3,7 % kategori motivasi sedang, serta tidak ada motivasi siswa yang berada pada kategori rendah dan sangat rendah.

3. Amin Nur Rahman (2013)

Penelitian yang ketiga dilakukan oleh Amin Nur Rahman (2013) yang berjudul “Motivasi Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri 2 Grenggeng Kecamatan Karanganyar Kabupaten Kebumen dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan”. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Metode yang digunakan adalah metode survei. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket dengan skala Guttman atau skala dikotomi. Subjek penelitian yang digunakan adalah siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri II yang berjumlah 52 anak. Untuk menganalisis data digunakan statistik deskriptif dengan persentase. Hasil penelitian motivasi siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri II Grenggeng Kecamatan Karanganyar Kabupaten Kebumen dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan secara keseluruhan diperoleh hasil pada kategori sangat tinggi 8 % (4 siswa), pada kategori tinggi diperoleh hasil 30 % (15 siswa), pada kategori sedang 24 % (12 siswa) pada kategori rendah 30 % (15 siswa) dan pada kategori sangat rendah 8% (4 siswa). Jadi dapat disimpulkan motivasi siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri II Grenggeng Kecamatan Karanganyar Kabupaten Kebumen dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan adalah sedang.

C. Kerangka Berpikir

Motivasi merupakan salah satu faktor yang menentukan seseorang dalam jenisnya, baik motivasi instrinsik maupun motivasi ekstrinsik itu sangat bergantung pada individu. Masing-masing individu mempunyai motivasi yang berbeda dalam menentukan suatu kegiatan yang akan dipilihnya. Hal tersebut juga

berlaku dalam pembelajaran di sekolah, yang nantinya akan memengaruhi hasil belajar peserta didik.

Pembelajaran atletik lompat jauh merupakan salah satu materi yang diberikan pada mata pelajaran pendidikan jasmani kelas atas di SD Negeri 2 Parakancangah. Sebagai salah satu materi yang diajarkan, keterampilan tersebut harus dikuasai oleh peserta didik. Banyak faktor yang memengaruhi berhasil atau tidaknya dalam keterampilan ini. Selain otot dan kemampuan fisik, motivasi peserta didik juga menjadi hal yang penting. Namun, pada kenyataannya peserta didik kelas atas SD Negeri 2 Parakancangah memiliki motivasi yang rendah. Mereka tidak mau berlatih keterampilan tersebut, dan tidak bersungguh-sungguh dalam melakukan gerakan tersebut.

Motivasi peserta didik kelas atas dalam pembelajaran atletik lompat jauh disebabkan oleh beberapa faktor. Peneliti berusaha mengambil data dengan survei menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil pengambilan data oleh peneliti digunakan untuk mengidentifikasi: (1) Faktor instrinsik terdiri dari (a) Bakat (bakat peserta didik pada olahraga atletik lompat jauh). (b) Kesehatan (kesehatan peserta didik dalam mengikuti pembelajaran atletik lompat jauh). (c) Perhatian (perhatian peserta didik pada saat pembelajaran atletik lompat jauh). (2) Faktor ekstrinsik terdiri dari (a) Metode mengajar (metode yang digunakan guru dalam menyampaikan pembelajaran atletik lompat jauh). (b) Alat pembelajaran (alat atau media yang digunakan dalam pembelajaran atletik lompat jauh). (c) Kondisi lingkungan (kondisi lingkungan yang ada di sekitar tempat pembelajaran atletik lompat jauh). Hasil identifikasi beberapa faktor tersebut menjadi sumber

data penelitian sekaligus menjadi bukti bahwa banyak faktor-faktor yang menyebabkan rendahnya motivasi peserta didik dalam pembelajaran atletik lompat jauh.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian jenis deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan adalah metode survei dengan teknik pengumpulan data yang digunakan berupa teknik observasi dan angket. Berdasarkan pendapat Sugiyono (2015: 204) “observasi merupakan kegiatan pemuatan penelitian terhadap suatu objek”. Sedangkan kuesioner (angket) berdasarkan pendapat Sugiyono (2017: 199) “merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya”. Dengan begitu variabel penelitian yang diteliti berupa sekumpulan data yang akan di presentase, tentang motivasi peserta didik kelas atas dalam pembelajaran atletik lompat jauh di SD Negeri 2 Parakancangah.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Lokasi Penelitian ini dilakukan di SD Negeri 2 Parakancangah, yang beralamat di Desa Parakancangah, Kecamatan Banjarnegara, Kabupaten Banjarnegara. Waktu penelitian ini akan dilaksanakan bulan November 2021.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Berdasarkan pendapat Sugiyono (2011: 80)“populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek ataupun subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari

kemudian ditarik kesimpulannya”. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas atas yang berada di SD Negeri 2 Parakancangah.

2. Sampel Penelitian

Berdasarkan pendapat Sugiyono (2011: 81)“sampel adalah sebagian dari karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut”. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah sampling jenuh yang artinya seluruh populasi dijadikan sampel penelitian. Sampel yang digunakan yaitu siswa kelas atas di SD Negeri 2 Parakancangah yang berjumlah 67 dengan siswa kelas IV berjumlah 17, siswa kelas V berjumlah 20, dan siswa kelas VI berjumlah 30.

D. Defisini Operasional Variabel

Berdasarkan pendapat Sugiyono (2013: 38) “variabel penelitian merupakan segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga dapat diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya”. Dalam variabel penelitian perlunya penjelasan berkaitan variabel penelitian yang perlu dikemukakan melalui definisi operasional dari variabel. Variabel diatas yaitu motivasi peserta didik kelas atas dalam pembelajaran atletik lompat jauh. Motivasi sendiri adalah dorongan yang berasal dari diri sendiri dan juga dari luar diri sendiri. Variabel tersebut terdiri dari 6 faktor yang memungkinkan sebagai penyebab peserta didik mengalami motivasi rendah dalam pembelajaran atletik lompat jauh. Faktor itu adalah faktor bakat, faktor kesehatan, faktor pencapaian, faktor dorongan keluarga, faktor lingkungan, dan faktor imbalan.

E. Instrumen Penelitian

Berdasarkan pendapat Sugiyono (2011: 102) “instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati”. Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan oleh peneliti di dalam penelitiannya untuk mengumpulkan data. Instrumen dan teknik pengumpulan data penelitian ini adalah menggunakan kuisioner yang berupa angket.

Untuk memberikan gambaran mengenai kuisioner yang digunakan dalam penelitian ini disajikan kisi-kisi dalam tabel 4.

Tabel 4. Kisi-kisi Instrumen Penelitian

Variabel	Faktor		Indikator	No Soal	Σ
Motivasi Peserta Didik Kelas atas dalam Pembelajaran Atletik lompat jauh di SD Negeri 2 Parakancangah	Faktor intrinsik	Bakat	1. Kemampuan alami atau bakat	1-5	5
		Kesehatan	1. Kondisi Fisik 2. Kondisi Psikis	6-10	5
		Pencapaian	1. Antusias peserta didik dalam pembelajaran	11-15	5
	Faktor ekstrinsik	Metode Pembelajaran	1. Bervariasi 2. Mudah diterima siswa	16-20	5
		Lingkungan	1. Lingkungan sekolah 2. Lingkungan sosial	21-25	5
		Imbalan	1. Pujian 2. Nilai	26-30	5
Jumlah				30	30

Teknik pengambilan sampelnya dengan menggunakan angket yang telah dimodifikasi milik Amin Nur Rahman (2013) dengan judul “Motivasi Siswa Kelas V SD Negeri 2 Grenggeng dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan”. Angket atau instrumen untuk mengukur tingkat motivasi ini sudah memiliki validitas dan realibilitas yang sangat tinggi yaitu dengan nilai validitas 0,93 dan realibilitas sebesar 0,926.

Penyebaran kuisisioner tersebut dilakukan secara tertutup dengan menggunakan penskoran skala likert. Berdasar pendapat Sugiyono (2016: 168), “skala likert digunakan untuk mengukur sikap pendapat, dan persepsi seseorang atau kelompok orang tentang fenomena sosial”. Dalam penelitian ini menggunakan skala likert modifikasi yang berisi empat tingkat jawaban. Modifikasi ini dimaksudkan untuk menghilangkan kelemahan yang dimiliki dari lima tingkat dalam skala tersebut.

Modifikasi tersebut meniadakan kategori jawaban yang berada ditengah dengan berdasarkan alasan berikut ; (1) kategori jawaban tersebut memiliki banyak arti seperti arti ganda yang biasanya diartikan belum dapat menentukan pilihan dan jawaban karena mengandung keraguan. (2) dengan adanya jawaban ditengah akan menimbulkan peluang yang lebih tinggi bagi responden untuk menjawab pada opsi tersebut. (3) maksud kategori 1-2-3-4 adalah terutama untuk melihat kecenderungan pendapat responden, kearah besar kecilnya motivasi responden dalam pembelajaran atletik lompat jauh

Maka dengan itu penelitian ini menggunakan empat alternatif jawaban yaitu sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Dengan jawaban 4, 3, 2, 1 untuk poin positif (+) dan 1, 2, 3, 4 untuk poin negatif (-). Skor untuk setiap alternatif jawaban pertanyaan positif (+) dan pertanyaan negatif (-).

F. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini teknik pengumpulan data menggunakan metode survei dengan teknik pengumpulan data melalui angket, Langkah yang dilakukan dalam pengumpulan data dengan cara:

1. Peneliti menghitung peserta didik kelas atas di SD Negeri 2 Parakancangah.
2. Peneliti memberikan kuesioner penelitian dan memohon bantuan untuk mengisi kuesioner tersebut.
3. Peneliti mengambil kuesioner secara lengkap.

G. Teknis Analisis Data

Data pada penelitian ini dianalisis menggunakan teknik deskriptif dengan presentase, yaitu data dari angket yang berhasil dikumpulkan kemudian dianalisis dengan menggunakan presentase. Penelitian ini menggunakan teknik analisis data yaitu deskriptif yang selanjutnya dimaknai. Dari data yang didapat kemudian dihitung dan dianalisis menggunakan software SPSS 22. Kemudian analisis tersebut untuk mengetahui seberapa besar tingkat motivasi peserta didik kelas atas dalam pembelajaran atletik lompat jauh di SD Negeri 2 Parakancangah.

Teknik penghitungannya untuk setiap butir dalam angket menggunakan presentase, dengan memakai rumus berdasarkan pendapat Sudijono (2010: 43) yaitu :

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

Keterangan:

p = Frekuensi yang sedang dicari presentasinya

f = Frekuensi yang sedang dicari

n = Jumlah subjek keseluruhan

Makna pada nilai yang ada dengan kategori berdasarkan pendapat tingkatan yang ada yaitu terdiri dari 4 kategori: sangat tinggi, tinggi, rendah, sangat rendah. Pengkategorian ini menggunakan Mean (M) dan Standar Deviasi (SD). Untuk menentukan nilai yang menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) dalam skala lima dapat dilihat pada tabel 5.

Tabel 5. Rentangan Norma dan Pengkategorian

Rentang Norma	Kategori
$X > M + 1,5 \text{ SD}$	Sangat Tinggi
$(M + 0,5 \text{ SD}) \text{ s.d } (M + 1,5 \text{ SD})$	Tinggi
$(M - 0,5 \text{ SD}) \text{ s.d } (M + 0,5 \text{ SD})$	Sedang
$(M - 1,5 \text{ SD}) \text{ s.d } (M - 0,5 \text{ SD})$	Rendah
$< M - 1,5 \text{ SD}$	Sangat Rendah

Keterangan :

(X) : Total Jawaban Responden

(M) : Mean

(SD) : Standar Deviasi

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

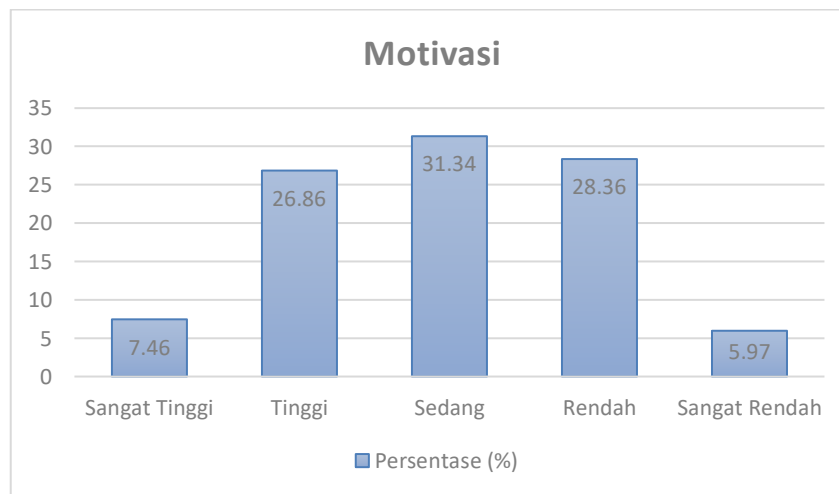
A. Hasil Penelitian

Hasil penelitian motivasi peserta didik kelas atas dalam pembelajaran lompat jauh di SD Negeri 2 Parakancangah, penelitian yang diukur dengan 67 responden dan 30 butir pernyataan, dengan rentang skor 1-4. Hasil analisis statistik data penelitian secara keseluruhan diperoleh dengan nilai maksimal 96; nilai minimal 77; rata-rata (*mean*) = 87,49; median = 87,00; modus 92; *standart deviasi* = 4,928. Tabel distribusi hasil penelitian motivasi peserta didik kelas atas dalam pembelajaran lompat jauh di SD Negeri 2 Parakancangah dapat dikategorikan sebagai berikut:

Tabel 6. Deskripsi Hasil Penelitian Motivasi Peserta Didik Kelas Atas dalam Pembelajaran Lompat Jauh di SD Negeri 2 Parakancangah

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
> 94,88	Sangat Tinggi	5	7,46
$89,95 < X \leq 94,88$	Tinggi	18	26,86
$85,03 < X \leq 89,95$	Sedang	21	31,34
$80,10 < X \leq 85,03$	Rendah	19	28,36
$\leq 80,10$	Sangat Rendah	4	5,97
Jumlah		67	100

Hasil penelitian tersebut apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar dibawah:



Gambar 5. Diagram Hasil Penelitian Motivasi Peserta Didik Kelas Atas dalam Pembelajaran Lompat Jauh di SD Negeri 2 Parakancangah.

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa motivasi peserta didik kelas atas dalam pembelajaran lompat jauh di SD Negeri 2 Parakancangah yang masuk dalam kategori sangat tinggi sebesar 7,46%, kategori tinggi sebesar 26,86%, kategori sedang sebesar 31,34%, kategori rendah sebesar 28,36%, dan kategori sangat rendah sebesar 5,97%. Hasil tersebut dapat diartikan bahwa motivasi peserta didik kelas atas dalam pembelajaran lompat jauh di SD Negeri 2 Parakancangah sebagian berkategori sedang. Dalam penelitian ini didasarkan pada faktor yang mempengaruhinya yaitu faktor bakat, faktor kesehatan, faktor pencapaian, faktor metode mengajar, faktor lingkungan, faktor imbalan. Faktor-faktor tersebut dapat diuraikan sebagai berikut.

1. Faktor Bakat

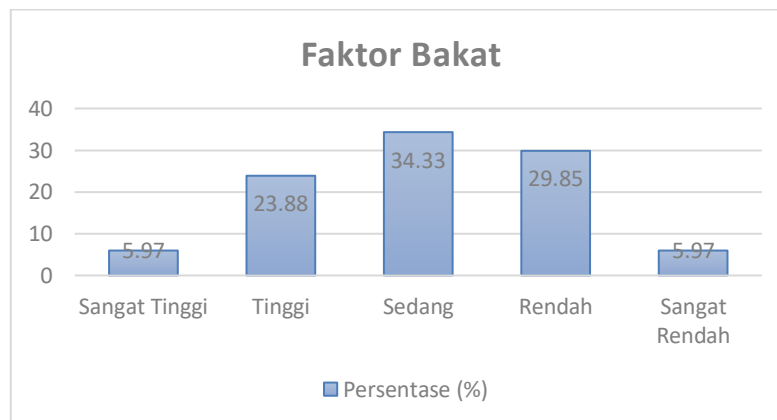
Hasil penelitian yang berdasarkan faktor bakat diukur dengan 5 butir pernyataan dengan rentang skor 1-4. Hasil analisis statistik data penelitian diperoleh rata-rata (mean) = 13,36; median = 13,00; modus = 13; *standart*

deviasi= 1,967. Tabel distribusi hasil penelitian pada faktor bakat adalah sebagai berikut:

Tabel 7. Hasil Penelitian Faktor Bakat

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
>16,32	Sangat Tinggi	4	5,97
14,34 < X ≤ 16,32	Tinggi	16	23,88
12,38 < X ≤ 14,34	Sedang	23	34,33
10,41 < X ≤ 12,38	Rendah	20	29,85
≤ 10,41	Sangat Rendah	4	5,97
Jumlah		67	100

Hasil penelitian faktor bakat apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 6. Diagram Hasil Penelitian Faktor Bakat

Berdasarkan tabel di atas bahwa hasil dari data penelitian faktor bakat yang masuk dalam kategori sangat tinggi sebesar 5,97%, kategori tinggi sebesar 23,88%, kategori sedang sebesar 34,33%, kategori rendah sebesar 29,85%, dan kategori sangat rendah sebesar 5,97%.

2. Faktor Kesehatan

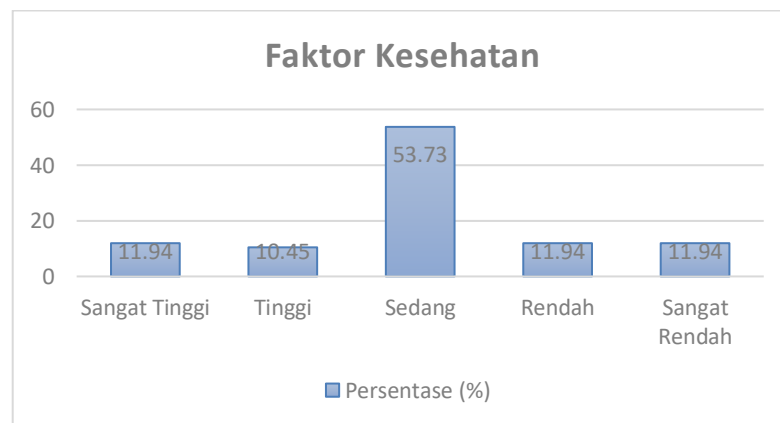
Hasil penelitian yang berdasarkan faktor pendidik diukur dengan 5 butir

pernyataan dengan rentang skor 1-4. Hasil analisis statistik data penelitian diperoleh rata-rata (mean) = 13,46; median = 13,00; modus = 13; *standart deviasi*= 1,589. Tabel distribusi hasil penelitian pada faktor pendidik adalah sebagai berikut:

Tabel 8. Hasil Penelitian Faktor Kesehatan

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
>15,84	Sangat Tinggi	8	11,94
14,25 < X ≤ 15,84	Tinggi	7	10,45
12,67 < X ≤ 14,25	Sedang	36	53,73
11,08 < X ≤ 12,67	Rendah	8	11,94
≤ 11,08	Sangat Rendah	8	11,94
Jumlah		67	100

Hasil penelitian faktor kesehatan apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 7. Diagram Hasil Penelitian Faktor Kesehatan

Berdasarkan tabel diatas bahwa hasil dari data penelitian faktor kesehatan yang masuk dalam kategori sangat tinggi sebesar 11,94%, kategori tinggi sebesar 10,45%, kategori sedang sebesar 53,73%, kategori rendah sebesar 11,94%, dan kategori sangat rendah sebesar 11,94%.

3. Faktor Pencapaian

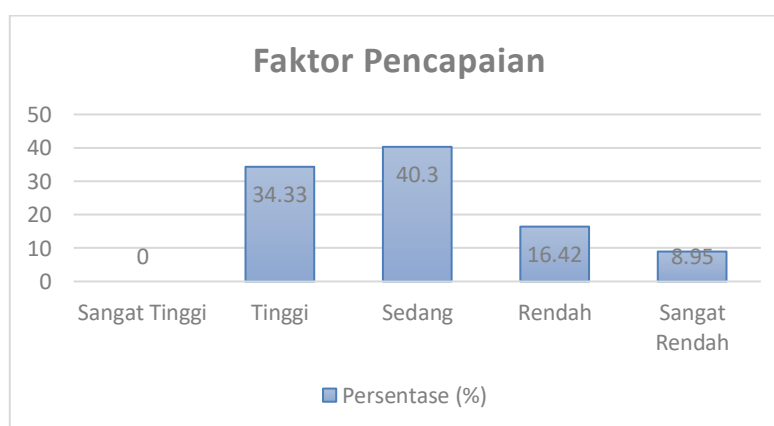
Hasil penelitian yang berdasarkan faktor pencapaian diukur dengan 5 butir pernyataan dengan rentang skor 1-4. Hasil analisis statistik data penelitian diperoleh rata-rata (mean) = 14,54; median = 15,00; modus = 16; *standart deviasi* = 1,778.

Tabel distribusi hasil penelitian pada faktor perhatian adalah sebagai berikut:

Tabel 9. Hasil Penelitian Faktor Pencapaian

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
$>17,21$	Sangat Tinggi	-	-
$15,43 < X \leq 17,21$	Tinggi	23	34,33
$13,65 < X \leq 15,43$	Sedang	27	40,30
$11,87 < X \leq 13,65$	Rendah	11	16,42
$\leq 11,87$	Sangat Rendah	6	8,95
Jumlah		67	100

Hasil penelitian faktor pencapaian apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 8. Diagram Hasil Penelitian Faktor Pencapaian

Berdasarkan tabel diatas bahwa hasil dari data penelitian faktor pencapaian yang masuk dalam kategori tinggi sebesar 34,33%, kategori sedang sebesar 40,30%, kategori rendah sebesar 16,42%, dan kategori sangat rendah sebesar

8,95%.

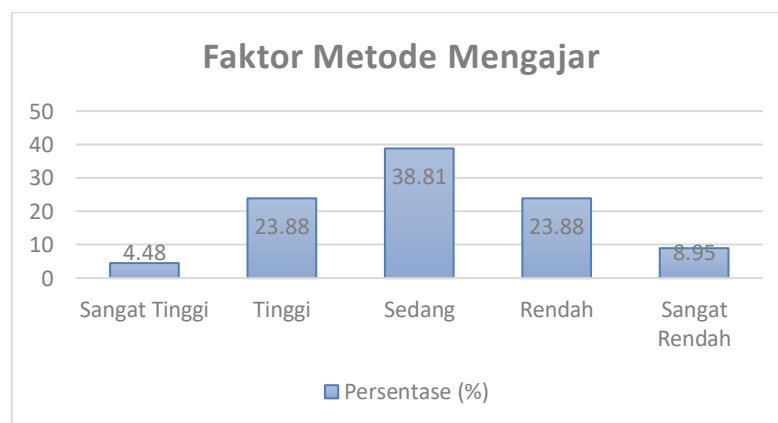
4. Faktor Metode Mengajar

Hasil penelitian yang berdasarkan faktor metode mengajar diukur dengan 5 butir pernyataan dengan rentang skor 1-4. Hasil analisis statistik data penelitian diperoleh rata-rata (mean) = 14,64; median = 15,00; modus = 13; *standart deviasi* = 1,738. Tabel distribusi hasil penelitian pada faktor metode mengajar adalah sebagaiberikut:

Tabel 10. Hasil Penelitian Faktor Metode Mengajar

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
$>17,25$	Sangat Tinggi	3	4,48
$15,51 < X \leq 17,25$	Tinggi	16	23,88
$13,77 < X \leq 15,51$	Sedang	26	38,81
$12,03 < X \leq 13,77$	Rendah	16	23,88
$\leq 12,03$	Sangat Rendah	6	8,95
Jumlah		67	100

Hasil penelitian faktor metode mengajarapabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 9. Diagram Hasil Penelitian Faktor Metode Mengajar

Berdasarkan tabel diatas bahwa hasil dari data penelitian faktor metode

mengajar yang masuk dalam kategori sangat tinggi sebesar 4,48%, kategori tinggi sebesar 23,88%, kategori sedang sebesar 38,81%, kategori rendah sebesar 23,88%, dan kategori sangat rendah sebesar 8,95%.

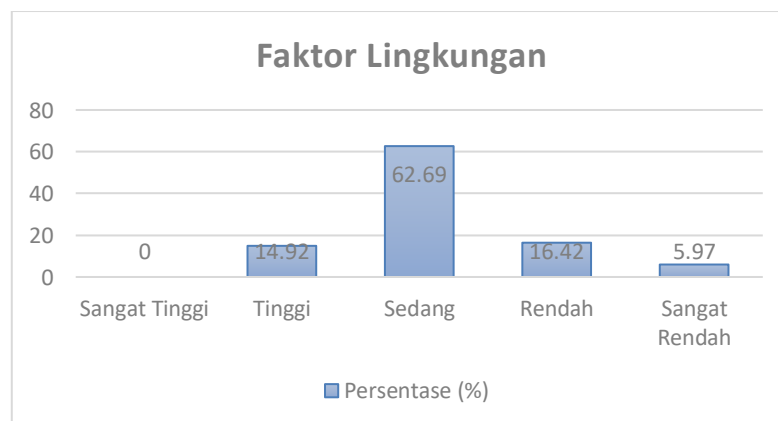
5. Faktor Lingkungan

Hasil penelitian yang berdasarkan faktor lingkungan diukur dengan 5 butir pernyataan dengan rentang skor 1-4. Hasil analisis statistik data penelitian diperoleh rata-rata (mean) = 15,46; median = 16,00; modus = 16; *standart deviasi* = 1,198. Tabel distribusi hasil penelitian pada faktor lingkungan adalah sebagai berikut:

Tabel 11. Hasil Penelitian Faktor Lingkungan

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
$> 17,26$	Sangat Tinggi	-	-
$16,06 < X \leq 17,26$	Tinggi	10	14,92
$14,84 < X \leq 16,06$	Sedang	42	62,69
$13,66 < X \leq 14,84$	Rendah	11	16,42
$\leq 13,66$	Sangat Rendah	4	5,97
Jumlah		67	100

Hasil penelitian faktor lingkungan apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 7. Diagram Hasil Penelitian Faktor Lingkungan

Berdasarkan tabel diatas bahwa hasil dari data penelitian faktor lingkungan yang masuk dalam kategori tinggi sebesar 14,92%, kategori sedang sebesar 62,69%, kategori rendah sebesar 16,42%, dan kategori sangat rendah sebesar 5,97%.

6. Faktor Imbalan

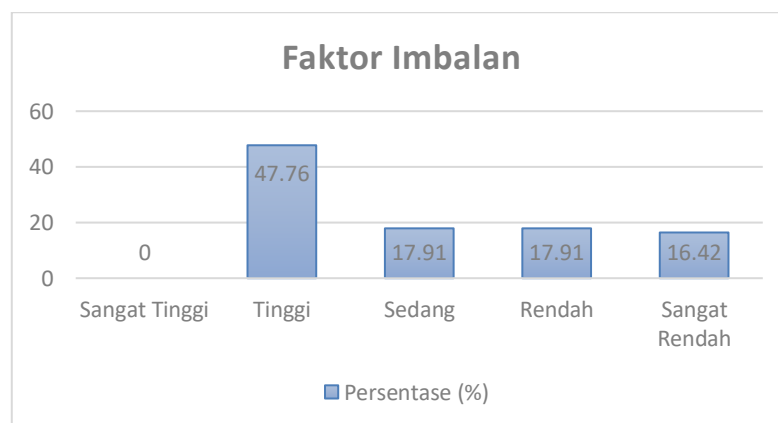
Hasil penelitian yang berdasarkan faktor imbalan diukur dengan 5 butir pernyataan dengan rentang skor 1-4. Hasil analisis statistik data penelitian diperoleh rata-rata (mean) = 16,03; median = 16,00; modus = 17; *standart deviasi* = 1,325.

Tabel distribusi hasil penelitian pada faktor imbalan adalah sebagai berikut:

Tabel 12. Hasil Penelitian Faktor Imbalan

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
>18,02	Sangat Tinggi	-	-
16,69 < X ≤ 18,02	Tinggi	32	47,76
15,37 < X ≤ 16,69	Sedang	12	17,91
14,04 < X ≤ 15,37	Rendah	12	17,91
≤ 14,04	Sangat Rendah	11	16,42
Jumlah		67	100

Hasil penelitian faktor imbalan apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 8. Diagram Hasil Penelitian Faktor Imbalan

Berdasarkan tabel diatas bahwa hasil dari data penelitian faktor imbalan yang masuk dalam kategoritinggisebesar 47,76%, kategori sedangsebesar 17,91%, kategori rendahsebesar 17,91%, dan kategori sangat rendah sebesar16,42%.

B. Pembahasan

Lompat jauh merupakan salah satu nomor lompat dalam cabang olahraga atletik. Melompat adalah gerakan mengangkat tubuh dari tempat tertentu ke tempat yang lebih jauh. Lompat jauh berdasarkan pendapat Aip Syarifudin (1992: 90) adalah suatu gerakan melompat ke depan atas dalam upaya membawa titik berat badan selama mungkin di udara (melayang di udara) yang dilakukan dengan cepat dan dengan jalan melakukan tolakan pada satu kaki untuk mencapai jarak yang sejauh-jauhnya. Dari beberapa definisi yang telah dikemukakan dapat disimpulkan bahwa lompat jauh merupakan suatu gerakan melompat sejauh-jauhnya yang didahului dengan lari awalan kemudian diteruskan dengan menolak pada papan tumpuan, baru lepas tapak, melayang di udara, dan akhirnya mendarat kembali pada bak pasir. Perlu ditekankan di sini bahwa gerakan-gerakan tersebut di atas merupakan suatu rangkaian gerakan yang berkelanjutan atau tidak terputus-putus.

Pembelajaran atletik lompat jauh menjadi penting karena materi tersebut mengembangkan aspek-aspek yang akan dituju dalam pendidikan, yaitu aspek afektif, aspek kognitif, dan aspek psikomotor. Namun, masih ada peserta didik yang menganggap pembelajaran atletik lompat jauh merupakan pelampiasan rasa jenuh dari pembelajaran di dalam kelas yang membutuhkan konsentrasi tinggi.

Ada juga yang menganggap pendidikan jasmani merupakan mata pelajaran yang menyenangkan karena di dalamnya tidak menuntut untuk berpikir keras seperti mata pelajaran di dalam kelas.

Motivasi menjadi salah satu faktor penunjang peserta didik dalam suatu pembelajaran. Peserta didik yang mempunyai motivasi tinggi akan terlihat dalam pembelajaran dan selalu berusaha menguasai materi. Hal tersebut berbanding terbalik dengan peserta didik yang tidak termotivasi. Mereka akan memunculkan perasaan tidak semangat belajar dan selalu gaduh di dalam kelas. Hal tersebut akan memengaruhi nilai atletik lompat jauh mereka.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa motivasi peserta didik kelas atas dalam pembelajaran lompat jauh di SD Negeri 2 Parakancangahyang masuk ke dalam kategori sangat tinggi sebesar 7,46%, kategori tinggi sebesar 26,86%, kategori sedang sebesar 31,34%, kategori rendah sebesar 28,36%, dan kategori sangat rendah sebesar 5,97%. Hasil tersebut dapat diartikan bahwa motivasi peserta didik kelas atas dalam pembelajaran lompat jauh di SD Negeri 2 Parakancangah sebagian berkategori sedang.

Hasil berikut dapat diartikan bahwa pelaksanaan pembelajaran lompat jauh di SD Negeri 2 Parakancangah cukup terhambat, diketahui dari hasil penelitian terdapat beberapa siswa mengalami kesulitan dalam melaksanakan proses pembelajaran lompat jauh. Banyak faktor yang mempengaruhi proses pembelajaran lompat jauh, yaitu faktor bakat, faktor kesehatan, faktor pencapaian, faktor metode mengajar, faktor lingkungan, dan faktor imbalan.

Motivasi berdasarkan faktor bakat persentase yang diperoleh sebesar 34,33%

pada kategori sedang disimpulkan bahwa cukup menghambat. Dengan begitu dapat diartikan bahwa bakat merupakan salah satu faktor penghambat dalam pelaksanaan pembelajaran, khususnya pada matapelajaran atletik lompat jauh masih banyak peserta didik yang kurang berkeinginan untuk mengikuti pembelajaran lompat jauh.

Motivasi berdasarkan faktor kesehatan persentase yang diperoleh sebesar 53,73% pada kategori sedang dan dapat disimpulkan bahwa faktor kesehatan cukup menghambat. Dengan begitu dapat diartikan bahwa kesehatan merupakan salah satu penghambat dalam pelaksanaan pembelajaran dikarenakan masih banyak peserta didik yang merasa lelah setelah melakukan gerakan lompat jauh. Kemudian kondisi fisik anak juga sangat memengaruhi proses berjalannya pembelajaran.

Motivasi berdasarkan faktor pencapaian persentase yang diperoleh sebesar 40,30% pada kategori sedang dan dapat disimpulkan bahwa faktor perhatian cukup menghambat pembelajaran. Masih ada peserta didik yang kurang berantusias dalam mengikuti pembelajaran lompat jauh. Peserta didik masih senang bercanda dengan temannya dan tidak memperhatikan guru pada saat pembelajaran.

Motivasi berdasarkan faktor metode mengajar persentase yang diperoleh sebesar 38,81% pada kategori sedang dan dapat disimpulkan bahwa faktor metode mengajar cukup menghambat di kelas atas SD Negeri 2 Parakancangah. Hal itu terjadi karena peserta didik bosan dengan metode yang digunakan guru yaitu dengan cara guru mempraktikkan gerakan terlebih dahulu kemudian peserta didik mengikuti gerakan sesuai perintah guru. Peserta didik menginginkan metode lain agar

mereka tertarik dan tidak merasa bosan terhadap pembelajaran, bisa juga melalui video atau alat bantu mengajar lainnya.

Motivasi berdasarkan faktor lingkungan persentase yang diperoleh sebesar 62,69% pada kategori sedang dapat disimpulkan bahwa faktor lingkungan cukup menghambat dalam proses pelaksanaan pembelajaran. Keadaan lingkungan sekolah yang kurang mendukung proses pembelajaran lompat jauh berpengaruh akan hasil pembelajaran. Peserta didik merasa terganggu pada saat pembelajaran lompat jauh, karena dilakukan di halaman sekolah. Sedangkan di sekitaran halaman sekolah banyak orang lain yang melihat, sehingga mereka merasa kurang nyaman dan sebagian peserta didik yang tidak percaya diri akan merasa malu. Sehingga mereka enggan untuk melakukan gerakan lompat jauh.

Motivasi berdasarkan faktor imbalan persentase yang diperoleh sebesar 47,76% pada kategori tinggi dan dapat disimpulkan bahwa faktor imbalan menghambat pembelajaran lompat jauh di SD Negeri 2 Parakancangah. Hasil pembelajaran lompat jauh akan berpengaruh terhadap motivasi peserta didik untuk pembelajaran yang akan datang.

Dari semua faktor motivasi diatas, untuk meningkatkan motivasi dapat dilakukan hal-hal seperti, pada faktor bakat, peserta didik agar melakukan gerakan guling belakang dirumah juga. Pada faktor kesehatan permasalahannya yaitu peserta didik cepat merasa lelah, guru memberikan masukan agar sebelum pembelajaran penjas untuk mempersiapkan diri supaya tidak cepat merasa lelah. Pada faktor pencapaian, peserta didik masih suka bercanda sendiri, guru bisa menggunakan kreativitas agar pembelajaran lebih menarik. Pada faktor metode

mengajar peserta didik merasa bosan, mungkin menggunakan media video akan lebih menyenangkan peserta didik, karena pada era sekarang hampir semua orang lebih tertarik terhadap media virtual. Pada faktor lingkungan permasalahannya pembelajaran senam lantai dilakukan di halaman sekolah dirasa kurang kondusif, masalah tersebut bisa diminimalisir dengan cara pembelajaran dilakukan di dalam kelas yang kosong. Pada faktor imbalan baiknya guru mengapresiasi peserta didik setelah pembelajaran lompat jauh, agar para peserta didik memiliki rasa percaya diri dan keinginan untuk melakukan gerakan lompat jauh lagi.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diatas diketahuibahwa motivasi peserta didik kelas atas dalam pembelajaran lompat jauh di SD Negeri 2 Parakancangahyang masuk dalam kategori sangat tinggi sebesar 7,46%, kategori tinggi sebesar 26,86%, kategori sedang sebesar 31,34%,kategori rendah sebesar 28,36%, dan kategori sangat rendah sebesar 5,97%. Hasil tersebut dapat diartikan bahwa motivasi peserta didik kelas atas dalam pembelajaran lompat jauh di SD Negeri 2 Parakancangahsebagian berkategori sedang.

B. Implikasi

Berdasarkan hasil diatas, hasil penelitian ini mempunyai implikasi sebagai berikut:

1. Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan sumber informasi terhadap guru di SD Negeri 2 Parakancangah guna untuk mengetahui seberapa besar motivasi peserta didik kelas atas dalam pembelajaran lompat jauh.
2. Peneliti akan semakin mngetahui seberapa besar motivasi peserta didik kelas atas dalam pembelajaran lompat jauh di SD Negeri 2 Parakancangah, sehingga dapat meningkatkan motivasi peserta didik.

C. Keterbatasan Penelitian

Dalam proses penelitian motivasi peserta didik kelas atas dalam pembelajaran lompat jauh di SD Negeri 2 Parakancangah, peneliti menyadari

dengan adanya batasan dan kekurangan dalam penelitian ini, yaitu peneliti tidak langsung meneliti proses pembelajaran lompat jauh. Peneliti hanya menggunakan satu jenis instrumen penelitian untuk mengumpulkan data yang berupa angket. Angket sendiri memiliki kelemahan akan hasil datanya. Keterbatasan tenaga dan waktu menjadikan peneliti tidak mampu mengontrol kesungguhan responden dalam mengisi setiap butir pernyataan. Instrumen sendiri menggunakan angket tertutup, sehingga responden hanya bisa menjawab berdasarkan pilihan yang tersedia.

D. Saran

Berdasarkan kesimpulan dari penelitian ini, saran yang dapat disampaikan sebagai berikut:

1. Bagi peneliti, untuk selanjutnya agar menggunakan sampel lebih banyak lagi, yang diharapkan untuk mengetahui seberapa besar motivasi peserta didik dalam pembelajaran akan teridentifikasi secara meluas.
2. Bagi pihak sekolah, agar memperhatikan sarana dan prasarana pembelajaran, kemudian alat pembelajaran, supaya tidak menjadikan penghambat dalam pelaksanaan pembelajaran.
3. Bagi guru, hasil tersebut dapat dijadikan pertimbangan seberapa besar motivasi peserta didik, dan untuk meningkatkan motivasi.
4. Melakukan penelitian tentang motivasi peserta didik kelas atas dalam pembelajaran lompat jauh di SD Negeri 2 Parakancangah dengan menggunakan metode yang lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Depdiknas. (2004). *Kerangka Dasar Kurikulum*, Jakarta.
- Mudjiono. (2002). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta dan Depdikbud.
- Kompri. (2016). *Motivasi Pembelajaran Perspektif Guru dan Siswa*. Bandung: PT.Remaja Rosdakarya.
- Hapsari, Sri. (2015). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: PT.Remaja Rosdakarya.
- Sagala, S. (2006). *Konsep dan makna Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta.
- Hariyadi, A., & Darmuki, A. (2019). Prestasi dan Motivasi Belajar dengan Konsep Diri. In *Prosiding Seminar Nasional Penguatan Muatan Lokal Bahasa Daerah sebagai Pondasi Pendidikan Karakter Generasi*
- Sardiman. (2006). *Interaksi dan Motivasi Belajar-Mengajar*. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada.
- Sanjaya. (2016). *Strategi Pembelajaran*. Prenadamedia Group, Jakarta.
- Sudjana, N. (2004). *Penelitian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Rosda.
- Sasomo, B. (2020). *Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Dengan Penugasan Vidio Pada Pembelajaran Pendekatan Saintifik*. Jurnal Edumatic, 1(1).
- Darsono, M. (2000). *Belajar Pembelajaran*. Semarang: Ikip Semarang Press.
- Hamalik, O. (2007). *Manajemen Pengembangan Kurikulum*, Bandung: PT. Remaja Rosda Karya.
- Samsudin. (2008). *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Wahyudi, D. (2013). *Pembelajaran Lompat Jauh Gaya Jongkok Menggunakan Pendekatan Permainan Lompat Kanguru Pada Siswa Kelas V Sd Negeri Pedagangan 01 Kabupaten Tegal Tahun 2013*(Doctoral dissertation, Universitas Negeri Semarang).
- Mulyati, S. (2009). “*Hubungan Lari 60 Meter dengan Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa Kelas V SD Negeri 02 Kedungwuni Tahun Pelajaran 2008/2009*” (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Semarang).

Muhajir. (2007). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan*. Jakarta: Erlangga

Santrock, J. W. (2007). *Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga.













Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Kartu Bimbingan TAS

KARTU BIMBINGAN
TUGAS AKHIR SKRIPSI/BUKAN SKRIPSI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

Nama Mahasiswa : Ikbar Bima Bahari
 NIM : 1760221060
 Program Studi : PGSD Penjaskes
 Jurusan : POR/FIK
 Pembimbing : Heri Yogo Prayadi S.Pd.Jas., M.Dr.

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda tangan Dosen Pembimbing
1	12/08/2021	Cek proposal skripsi	
2	10/08/2021	BAB I Latar Belakang	
3	01/09/2021	BAB I Latar Belakang	
4	15/09/2021	BAB II Kajian Teori	
5	06/10/2021	BAB II & BAB III	
6	03/11/2021	BAB III	
7	11/11/2021	Instrumen Penelitian	
8	17/11/2021	Instrumen & Angket penelitian	
9	10/12/2021	Olah Data	
10	22/12/2021	BAB IV & BAB V	
11	29/12/2021	Revisi BAB IV & BAB V	
12	04/12/2022	Cek keseluruhan	

Mengetahui
Koord. Prodi PGSD-Penjas



Dr. Hari Yulianto, M.Kes.
NIP. 19670701 199412 1 001

Lampiran 2. Surat Izin Penelitian



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 : 744/UN34.16/PT.01.04/2021

24 November 2021

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : **Izin Penelitian**

Yth . Kepala SD Negeri 2 Parakancanggih
Jl. Letnan Karjono, Parakancanggih, Banjarnegara

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

Nama : Ikbar Bima Bahtiar
NIM : 17604221060
Program Studi : Pgsd Pendidikan Jasmani - S1
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir : Motivasi Peserta Didik Kelas Atas Dalam Pembelajaran Lompat Jauh di SD Negeri 2 Parakancanggih
Waktu Penelitian : 29 November - 1 Desember 2021

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,



Tembusan :

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

Lampiran 3. Surat Keterangan Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN BANJARNEGARA
DINAS PENDIDIKAN, KEMUDAAN DAN OLAHRAGA
SD NEGERI 2 PARAKANCANGGAH
KECAMATAN BANJARNEGARA
Alamat : Jalan Letnan Karjono Kel. Parakancanggih 53412 telp (0286) 592513

SURAT KETERANGAN
Nomor : 421.2/073/XII/2021

Yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : SUDARSONO, S. Pd. SD
NIP : 19670210 198806 1 003
Jabatan : Kepala Sekolah
Unit Kerja : SD Negeri 2 Parakancanggih

Menerangkan bahwa mahasiswa yang bersangkutan di bawah ini :


Nama : IKBAR BIMA BAHTIAR
Tempat/tanggal lahir : Banjarnegara, 13 September 1998
NIM : 17604221060
Prodi : PGSD Penjas – S1
Instansi : Universitas Negeri Yogyakarta
Judul Penelitian : Motivasi peserta didik kelas atas dalam pembelajaran lompat jauh di SD Negeri 2 Parakancanggih.
Waktu Penelitian : 29 November - 1 Desember 2021

Saudara tersebut diatas benar telah melaksanakan penelitian di SD Negeri 2 Parakancanggih, Kecamatan Banjarnegara, Kabupaten Banjarnegara dengan judul sesuai diatas.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat dengan sebenar-benarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarnegara, 3 Desember 2021
Kepala Sekolah


Sudarsono, S. Pd. SD
NIP: 19670210 198806 1 003



Lampiran 4. Angket Penelitian

ANGKET INSTRUMEN PENELITIAN

Nama :

Kelas :

No. Absen :

Petunjuk Pengisian Angket :

1. Isilah identitas anda secara lengkap dan benar!
2. Bacalah dengan seksama butir-butir pernyataan dalam angket berikut!
3. Jawablah semua pernyataan dengan memilih jawaban yang paling sesuai dengan pilihan adik-adik dengan memberi tanda (√) pada kolom jawaban!

Keterangan:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS: Sangat Tidak Setuju

VARIABEL MOTIVASI INSTRINSIK					
a. Bakat					
No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya senang dan tertarik mengikuti pembelajaran atletik lompat jauh.				
2	Kekuatan otot tungkai saya kurang baik, sehingga mengganggu dalam melakukan gerakan lompat jauh.				
3	Kecepatan lari saya untuk awalan kurang baik, sehingga mengganggu dalam melakukan gerakan lompat jauh.				
4	Saya mempunyai keseimbangan yang baik, sehingga mendukung saya dalam pendaratan melakukan gerakan lompat jauh.				
5	Saya pernah melakukan gerakan lompat jauh dirumah.				
b. Kesehatan					
No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
6	Saya merasa pusing setelah melakukan gerakan lompat jauh.				

7	Badan saya gemuk, sehingga sulit melakukan gerakan lompat jauh				
8	Saya cepat merasa lelah setelah melakukan gerakan lompat jauh.				
9	Badan saya terasa sakit setelah melakukan gerakan lompat jauh				
10	Saya memiliki kelainan, sehingga sulit melakukan gerakan lompat jauh.				

c. Pencapaian

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
11	Saya malas mengikuti pembelajaran lompat jauh, karena bukan olahraga favorit saya.				
12	Saya semangat mengikuti pembelajaran lompat jauh, karena ingin menguasai materi lompat jauh.				
13	Saya merasa takut pada saat melakukan gerakan lompat jauh.				
14	Saya kurang percaya diri saat melakukan gerakan lompat jauh				
15	Saya senang dengan pembelajaran lompat jauh, karena gerakannya menarik.				

VARIABEL MOTIVASI EKSTRINSIK

d. Metode Pembelajaran

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
16	Guru memberikan contoh tahap-tahap gerakan lompat jauh.				
17	Guru memberikan bantuan atau arahan untuk melakukan gerakan lompat jauh				
18	Guru memberikan media gambar/video sebagai contoh tahapan dalam gerakan pembelajaran guling belakang.				
19	Gurus memberikan fasilitas dalam pembelajaran lompat jauh.				
20	Guru kurang memberikan motivasi, sehingga saya malas mengikuti pembelajaran lompat jauh disekolah.				

e. Lingkungan					
No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
21	Ruangan tidak kondusif dan bising, sehingga mengganggu pembelajaran lompat jauh.				
22	Banyak siswa kelas lain mondar-mandir, sehingga mengganggu konsentrasi.				
23	Banyak teman yang bercanda pada saat saya melakukan gerakan lompat jauh.				
24	Jika dalam pembelajaran lompat jauh ada teman yang menghina, saya merasa terganggu.				
25	Jika dalam pembelajaran lompat jauh ada orang lain yang melihat, saya merasa terganggu.				
f. Imbalan					
No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
26	Jika dalam pembelajaran lompat jauh terdapat hadiah, saya merasa termotivasi				
27	Jika dalam pembelajaran lompat jauh mendapat pujian, saya merasa termotivasi				
28	Jika dalam pembelajaran lompat jauh mendapat nilai rendah, saya merasa kecewa				
29	Jika dalam pembelajaran lompat jauh ada orang lain yang menerima hadiah, saya merasa terganggu.				
30	Jika dalam pembelajaran lompat jauh ada orang lain yang menerima nilai lebih tinggi, saya merasa terganggu.				

Lampiran 5. Angket Penelitian Yang Sudah Diisi

ANGKET INSTRUMEN PENELITIAN

Nama : Zahid Qisti
 Kelas : IV
 No. Absen : 17

Petunjuk Pengisian Angket :

1. Isilah identitas anda secara lengkap dan benar!
2. Bacalah dengan seksama butir-butir pernyataan dalam angket berikut!
3. Jawablah semua pernyataan dengan memilih jawaban yang paling sesuai dengan pilihan adik-adik dengan memberi tanda (√) pada kolom jawaban!

Keterangan:
 SS : Sangat Setuju
 S : Setuju
 TS : Tidak Setuju
 STS: Sangat Tidak Setuju

VARIABEL MOTIVASI INSTRINSIK					
a. Bakat					
No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya senang dan tertarik mengikuti pembelajaran atletik lompat jauh.		√		
2	Kekuatan otot tungkai saya kurang baik, sehingga mengganggu dalam melakukan gerakan lompat jauh.			√	
3	Kecepatan lari saya untuk awalan kurang baik, sehingga mengganggu dalam melakukan gerakan lompat jauh.			√	
4	Saya mempunyai keseimbangan yang baik, sehingga mendukung saya dalam pendaratan melakukan gerakan lompat jauh.		√		
5	Saya pernah melakukan gerakan lompat jauh di rumah.	√			
b. Kesehatan					
No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
6	Saya merasa pusing setelah melakukan gerakan lompat jauh.			√	

7	Badan saya gemuk, sehingga sulit melakukan gerakan lompat jauh				✓
8	Saya cepat merasa lelah setelah melakukan gerakan lompat jauh.			✓	
9	Badan saya terasa sakit setelah melakukan gerakan lompat jauh			✓	
10	Saya memiliki kelainan, sehingga sulit melakukan gerakan lompat jauh.				✓

c. Pencapaian

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
11	Saya malas mengikuti pembelajaran lompat jauh, karena bukan olahraga favorit saya.			✓	
12	Saya semangat mengikuti pembelajaran lompat jauh, karena ingin menguasai materi lompat jauh.		✓		
13	Saya merasa takut pada saat melakukan gerakan lompat jauh.			✓	
14	Saya kurang percaya diri saat melakukan gerakan lompat jauh			✓	
15	Saya senang dengan pembelajaran lompat jauh, karena gerakannya menarik.	✓			

VARIABEL MOTIVASI EKSTRINSIK

d. Metode Pembelajaran

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
16	Guru memberikan contoh tahap-tahap gerakan lompat jauh.		✓		
17	Guru memberikan bantuan atau arahan untuk melakukan gerakan lompat jauh		✓		
18	Guru memberikan media gambar/video sebagai contoh tahapan dalam gerakan pembelajaran guling belakang.			✓	
19	Gurus memberikan fasilitas dalam pembelajaran lompat jauh.		✓		
20	Guru kurang memberikan motivasi, sehingga saya malas mengikuti pembelajaran lompat jauh disekolah.		✓		

e. Lingkungan					
No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
21	Ruangan tidak kondusif dan bising, sehingga mengganggu pembelajaran lompat jauh.			✓	
22	Banyak siswa kelas lain mondar-mandir, sehingga mengganggu konsentrasi.	✓			
23	Banyak teman yang bercanda pada saat saya melakukan gerakan lompat jauh.		✓		
24	Jika dalam pembelajaran lompat jauh ada teman yang menghina, saya merasa terganggu.		✓		
25	Jika dalam pembelajaran lompat jauh ada orang lain yang melihat, saya merasa terganggu.	✓			
f. Imbalan					
No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
26	Jika dalam pembelajaran lompat jauh terdapat hadiah, saya merasa termotivasi		✓		
27	Jika dalam pembelajaran lompat jauh mendapat pujian, saya merasa termotivasi	✓			
28	Jika dalam pembelajaran lompat jauh mendapat nilai rendah, saya merasa kecewa			✓	
29	Jika dalam pembelajaran lompat jauh ada orang lain yang menerima hadiah, saya merasa terganggu.				✓
30	Jika dalam pembelajaran lompat jauh ada orang lain yang menerima nilai lebih tinggi, saya merasa terganggu.			✓	

ANGKET INSTRUMEN PENELITIAN

Nama : DEKA FEBIAN

Kelas : A

No. Absen : 9

Petunjuk Pengisian Angket :

1. Isilah identitas anda secara lengkap dan benar!
2. Bacalah dengan seksama butir-butir pernyataan dalam angket berikut!
3. Jawablah semua pernyataan dengan memilih jawaban yang paling sesuai dengan pilihan adik-adik dengan memberi tanda (√) pada kolom jawaban!

Keterangan:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS: Sangat Tidak Setuju

VARIABEL MOTIVASI INSTRINSIK					
a. Bakat					
No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya senang dan tertarik mengikuti pembelajaran atletik lompat jauh.	√			
2	Kekuatan otot tungkai saya kurang baik, sehingga mengganggu dalam melakukan gerakan lompat jauh.			√	
3	Kecepatan lari saya untuk awalan kurang baik, sehingga mengganggu dalam melakukan gerakan lompat jauh.		√		
4	Saya mempunyai keseimbangan yang baik, sehingga mendukung saya dalam pendaratan melakukan gerakan lompat jauh.		√		
5	Saya pernah melakukan gerakan lompat jauh di rumah.				√
b. Kesehatan					
No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
6	Saya merasa pusing setelah melakukan gerakan lompat jauh.			√	

7	Badan saya gemuk, sehingga sulit melakukan gerakan lompat jauh				✓
8	Saya cepat merasa lelah setelah melakukan gerakan lompat jauh.			✓	
9	Badan saya terasa sakit setelah melakukan gerakan lompat jauh			✓	
10	Saya memiliki kelainan, sehingga sulit melakukan gerakan lompat jauh.				✓

c. Pencapaian

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
11	Saya malas mengikuti pembelajaran lompat jauh, karena bukan olahraga favorit saya.			✓	
12	Saya semangat mengikuti pembelajaran lompat jauh, karena ingin menguasai materi lompat jauh.		✓		
13	Saya merasa takut pada saat melakukan gerakan lompat jauh.			✓	
14	Saya kurang percaya diri saat melakukan gerakan lompat jauh			✓	
15	Saya senang dengan pembelajaran lompat jauh, karena gerakannya menarik.	✓			

VARIABEL MOTIVASI EKSTRINSIK

d. Metode Pembelajaran

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
16	Guru memberikan contoh tahap-tahap gerakan lompat jauh.	✓			
17	Guru memberikan bantuan atau arahan untuk melakukan gerakan lompat jauh	✓			
18	Guru memberikan media gambar/video sebagai contoh tahapan dalam gerakan pembelajaran guling belakang.				✓
19	Gurus memberikan fasilitas dalam pembelajaran lompat jauh.			✓	
20	Guru kurang memberikan motivasi, sehingga saya malas mengikuti pembelajaran lompat jauh disekolah.			✓	

e. Lingkungan					
No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
21	Ruangan tidak kondusif dan bising, sehingga mengganggu pembelajaran lompat jauh.				✓
22	Banyak siswa kelas lain mondar-mandir, sehingga mengganggu konsentrasi.			✓	
23	Banyak teman yang bercanda pada saat saya melakukan gerakan lompat jauh.		✓		
24	Jika dalam pembelajaran lompat jauh ada teman yang menghina, saya merasa terganggu.			✓	
25	Jika dalam pembelajaran lompat jauh ada orang lain yang melihat, saya merasa terganggu.				✓
f. Imbalan					
No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
26	Jika dalam pembelajaran lompat jauh terdapat hadiah, saya merasa termotivasi	✓			
27	Jika dalam pembelajaran lompat jauh mendapat pujian, saya merasa termotivasi	✓			
28	Jika dalam pembelajaran lompat jauh mendapat nilai rendah, saya merasa kecewa		✓		
29	Jika dalam pembelajaran lompat jauh ada orang lain yang menerima hadiah, saya merasa terganggu.			✓	
30	Jika dalam pembelajaran lompat jauh ada orang lain yang menerima nilai lebih tinggi, saya merasa terganggu.			✓	

Lampiran 6. Data Hasil Uji Kategorisasi

Faktor Bakat

		FB.1	FB.2	FB.3	FB.4	FB.5	TOTAL FB
N	Valid	67	67	67	67	67	67
	Missing	0	0	0	0	0	0
Mean		3.03	2.24	3.16	2.33	2.60	13.36
Median		3.00	2.00	3.00	2.00	2.00	13.00
Mode		3	2	3	2	2	13
Std. Deviation		.651	.799	.510	.991	1.142	1.967
Minimum		2	1	2	1	1	9
Maximum		4	4	4	4	4	17
Sum		203	150	212	156	174	895

Faktor Kesehatan

		FK.1	FK.2	FK.3	FK.4	FK.5	TOTAL FK
N	Valid	67	67	67	67	67	67
	Missing	0	0	0	0	0	0
Mean		3.25	1.97	3.07	3.40	1.76	13.46
Median		3.00	2.00	3.00	4.00	2.00	13.00
Mode		3	1	3	4	2	13
Std. Deviation		.659	1.015	.502	.818	.653	1.589
Minimum		1	1	2	1	1	10
Maximum		4	4	4	4	3	17
Sum		218	132	206	228	118	902

Faktor Pencapaian

		FP.1	FP.2	FP.3	FP.4	FP.5	TOTAL FP
N	Valid	67	67	67	67	67	67
	Missing	0	0	0	0	0	0
Mean		2.22	3.09	3.13	3.04	3.04	14.54
Median		2.00	3.00	3.00	3.00	3.00	15.00
Mode		2	3 ^a	4	3	4	15 ^a
Std. Deviation		.935	.848	.936	.684	.991	1.778
Minimum		1	1	1	1	1	10
Maximum		4	4	4	4	4	17
Sum		149	207	210	204	204	974

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Faktor Metode Pembelajaran

		FM.1	FM.2	FM.3	FM.4	FM.5	TOTAL FM
N	Valid	67	67	67	67	67	67
	Missing	0	0	0	0	0	0
Mean		3.64	3.72	3.54	1.70	2.04	14.64
Median		4.00	4.00	4.00	2.00	2.00	15.00
Mode		4	4	4	2	1	13
Std. Deviation		.483	.572	.502	.523	1.065	1.738
Minimum		3	2	3	1	1	12
Maximum		4	4	4	3	4	18
Sum		244	249	237	114	137	981

Faktor Imbalan

		FI.1	FI.2	FI.3	FI.4	FI.5	TOTAL FI
N	Valid	67	67	67	67	67	67
	Missing	0	0	0	0	0	0
Mean		3.10	3.37	3.12	3.15	3.28	16.03
Median		3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	16.00
Mode		3	3	3	4	3	17
Std. Deviation		.308	.487	.537	.973	.572	1.325
Minimum		3	3	2	1	2	13
Maximum		4	4	4	4	4	18
Sum		208	226	209	211	220	1074

Faktor Lingkungan

		FL.1	FL.2	FL.3	FL.4	FL.5	TOTAL FL
N	Valid	67	67	67	67	67	67
	Missing	0	0	0	0	0	0
Mean		1.94	3.13	3.48	3.42	3.49	15.46
Median		2.00	3.00	3.00	3.00	4.00	16.00
Mode		2	3	3	3	4	16
Std. Deviation		.239	.903	.503	.497	.704	1.198
Minimum		1	1	3	3	1	12
Maximum		2	4	4	4	4	17
Sum		130	210	233	229	234	1036

Statistics

		TOTAL FB	TOTAL FK	TOTAL FP	TOTAL FM	TOTAL FI	TOTAL FL	TOTAL
N	Valid	67	67	67	67	67	67	67
	Missing	0	0	0	0	0	0	0
Mean		13.36	13.46	14.54	14.64	16.03	15.46	87.49
Median		13.00	13.00	15.00	15.00	16.00	16.00	87.00
Mode		13	13	15 ^a	13	17	16	92
Std. Deviation		1.967	1.589	1.778	1.738	1.325	1.198	4.928
Minimum		9	10	10	12	13	12	77
Maximum		17	17	17	18	18	17	96
Sum		895	902	974	981	1074	1036	5862

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Lampiran 7. Dokumentasi





