

**PENGARUH PERMAINAN OLAHRAGA TRADISIONAL BENTENGAN  
TERHADAP MOTIVASI BELAJAR PESERTA DIDIK DALAM  
PEMBELAJARAN PJOK DI SMP NEGERI 1 SLEMAN**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**



Ditulis untuk memenuhi sebagai persyaratan guna mendapatkan gelar  
Sarjana Pendidikan  
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

**Oleh:  
Sitti Qhusaifa Yusuf  
20601241020**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2024**

**PENGARUH PERMAINAN OLAHRAGA TRADISIONAL BENTENGAN  
TERHADAP MOTIVASI BELAJAR PESERTA DIDIK DALAM  
PEMBELAJARAN PJOK DI SMP NEGERI 1 SLEMAN**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**



Ditulis untuk memenuhi sebagai persyaratan guna mendapatkan gelar  
Sarjana Pendidikan  
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

**Oleh:**  
**Sitti Qhusaifa Yusuf**  
**20601241020**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2024**

**PENGARUH PERMAINAN OLAHRAGA TRADISIONAL BENTENGAN  
TERHADAP MOTIVASI BELAJAR PESERTA DIDIK DALAM  
PEMBELAJARAN PJOK DI SMP NEGERI 1 SLEMAN**

**Sitti Qhusaifa Yusuf  
NIM. 20601241020**

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan olahraga tradisional bentengan terhadap motivasi belajar peserta didik di SMP Negeri 1 Sleman.

Desain penelitian ini menggunakan eksperimen semu (*quasi experiment*) dengan bentuk *One-Group Pretest-Posttest Design*. Subjek penelitian ini adalah peserta didik kelas VII A SMP Negeri 1 Sleman, berjumlah 32 peserta didik. Instrumen penelitian berupa angket dimana 15 angket dinyatakan valid dan nilai reliabilitas 0,907 Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan uji-t (*paired sample t-test*), yaitu untuk membandingkan nilai rerata *pretest* dan *post-test* sebelum dan sesudah diberi perlakuan.

Hasil analisis data dengan uji-t diperoleh nilai  $t_{hitung}(-3,913) > t_{tabel(0,05)32}(16,94)$  dan  $P(0,000) < \alpha(0,05)$ . Kesimpulan dari hasil penelitian ini adalah terdapat pengaruh yang signifikan pemberian materi pemamainan tradisional bentengan terhadap peningkatan motivasi belajar peserta didik di SMP Negeri 1 Sleman dengan rerata *pretest* 42,50 setelah diberikan perlakuan rerata *posttest* 46,94 memperoleh peningkatan sebesar 4,44. Dihitung dalam persentase sebesar 10,45%.

***Kata Kunci:*** Motivasi, Permainan Olahraga Tradisional Bentengan, Pembelajaran PJOK.

## **SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA**

### **SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sitti Qhusaifa Yusuf

NIM : 20601241020

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Judul TAS : Pengaruh Permainan Olahraga Tradisional Bentengan Terhadap Motivasi Belajar Peserta Didik Dalam Pembelajaran PJOK di SMP Negeri 1 Sleman

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

Yogyakarta, 24 April 2024

Yang Menyatakan



Sitti Qhusaifa Yusuf  
NIM. 20601241020

# LEMBAR PERSETUJUAN

## LEMBAR PERSETUJUAN


**PENGARUH PERMAINAN OLAHRAGA TRADISIONAL BENTENGAN  
TERHADAP MOTIVASI BELAJAR PESERTA DIDIK DALAM  
PEMBELAJARAN PJOK DI SMP NEGERI 1 SLEMAN**

### TUGAS AKHIR


**SITTI QHUSAIFA YUSUF  
NIM. 20601241020**

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Fakultas  
Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta  
Tanggal: 24 April 2024

Mengetahui,  
Koordinator Program Studi

  
Dr. Ngatman, M.Pd.  
NIP. 196706051994031001

Disetujui,  
Dosen Pembimbing

  
Dr. AM Bandi Utama, M.Pd.  
NIP. 196004101989031002

# LEMBAR PENGESAHAN

## LEMBAR PENGESAHAN

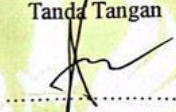


### PENGARUH PERMAINAN OLAHRAGA TRADISIONAL BENTENGAN TERHADAP MOTIVASI BELAJAR PESERTA DIDIK DALAM PEMBELAJARAN PJOK DI SMP NEGERI 1 SLEMAN

#### TUGAS AKHIR SKRIPSI

Sitti Qhusaifa Yusuf  
20601241020

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir  
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta  
Tanggal 6 Mei 2024....

#### TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. AM. Bandi Utama, M.Pd. (Ketuan Tim Penguji)		<u>20/5 2024</u>
Danang Pujo Broto S.Pd.Jas., M.Or. (Sekretaris tim penguji)		<u>16/5 2024</u>
Dr. Ermawan Susanto S.Pd., M.Pd. (Penguji Utama)		<u>16/5 2024</u>

Yogyakarta 20 Mei 2024  
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
Dekan,



Prof. Dr. Anugrah Nasulloh, S.Or., M.Or.  
NIP. 198306202008121002

## **PERSEMBAHAN**

Karya yang sederhana ini penulis mempersembahkan kepada orang-orang yang punya makna Istimewa bagi kehidupan penulis.

1. Kedua orang tuaku Ibu saya tercinta Ibu Nurhayati, Bapak saya tercinta Muh. Yusuf Palang yang segenap jiwa raga selalu menyayangi, mencitai, mendoakan, mendidik, memberikan dukungan, materi, menjaga, serta memberikan motivasi dan pengorbanan yang tidak berhenti dicurahkan kepadaku.
2. Untuk saudara saya, baik hati, yang selalu melindungi dan peduli kepada ku, Muh. Yustiarto Yusuf, Nuraisyah, Rifka Annisa, dan Abd. Rachman Yusuf, terima kasih banyak atas dukungan dan doanya yang sangat berarti, sehingga saya termotivasi dan semangat dalam menyelesaikan kuliah sampai tugas akhir ini.

## KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur senantiasa penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas kasih dan karunia-Nya sehingga penyusunan Tugas Akhir Skripsi dapat diselesaikan dengan baik. Skripsi yang berjudul “Pengaruh Permainan Olahraga Tradisional Bentengan Terhadap Motivasi belajar Peserta Didik Dalam Pembelajaran PJOk di SMP Negeri 1 Sleman” ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan guna memperoleh gelar sarjana Pendidikan.

Terselesainya Tugas Akhir Skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan peran berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes., AIFO. selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) atas kesempatan yang diberikan kepada peneliti untuk menempuh studi hingga peneliti dapat menyelesaikan studi.
2. Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, S.Or., M.Or. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
3. Dr. Ngatman, M.Pd. selaku Koorprodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang telah memberikan ijin penelitian.
4. Dr. AM. Bandi Utama, M.Pd., selaku dosen pembimbing tugas akhir skripsi yang selalu sabar membimbing dan memberikan semangat, dukungan serta arahan dalam penyusunan Tugas Akhir Skripsi.
5. Agus Istiyadi, S.Pd., M.Pd., selaku pimpinan SMP Negeri 1 Sleman yang telah memberikan izin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi.
6. Ahmad Rithaudin S.Pd.Jas., M.Or., selaku validator instrument penelitian yang telah memberikan bantuan dan kerja sama dalam pelaksanaan penelitian.
7. Ibu Sri Sayekti Dwikorini dan Bapak Yanuar Admiral, S.Pd. selaku guru olahraga di SMP Negeri 1 Sleman yang telah memberikan ijin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.



8. Siswa kelas VIIA dan VII B SMP Negeri 1 Sleman, yang telah membantu terlaksananya uji coba instrument dan penelitian dari awal sampai akhir.
9. Teman-teman satu kelas PJKR B 2020 FIK UNY, terima kasih selalu menjaga kekompakan dan semangat yang tidak pernah putus.
10. Semua pihak yang telah membantu kelancaran penyusunan skripsi yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Semoga bantuan yang telah diberikan semua pihak dapat menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan kebaikan dari Allah SWT. Penulis berharap semoga Tugas Akhir Skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkan.

Yogyakarta,.....,Mei 2024  
Penulis,



Sitti Qhusaifa Yusuf  
NIM. 20601241020

## DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK .....	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN .....	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	7
C. Batasan Masalah.....	8
D. Rumusan Masalah .....	8
E. Tujuan Penelitian .....	8
F. Manfaat Penelitian .....	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA .....	11
A. Kajian Teori.....	11
1. Hakikat Motivasi .....	11
2. Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.....	22
3. Permainan Olahraga Tradisional Bentengan .....	31
B. Penelitian Yang Relevan .....	38
C. Kerangka Berpikir.....	40
D. Hipotesis Penelitian.....	42
BAB III METODE PENELITIAN.....	44
A. Desain Penelitian.....	44
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	46
C. Populasi dan Sampel Penelitian .....	46
1. Populasi .....	46
2. Sampel.....	46
D. Definisi Operasional Variabel .....	47
E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data.....	48

1. Instrumen.....	48
2. Teknik Pengumpulan Data .....	49
F. Validitas dan Reliabilitas .....	51
1. Validasi Instrumen.....	52
2. Reliabilitas .....	53
G. Teknik Analisis Data .....	54
1. Uji Prasyarat .....	54
2. Uji Hipotesis.....	55
3. Perhitungan Persentase Peningkatan .....	55
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	56
A. Hasil Penelitian .....	56
1. Hasil Pretest.....	56
2. Hasil Posttest .....	60
3. Peningkatan Motivasi Belajar .....	65
B. Hasil Uji Prasyarat .....	66
1. Uji Normalitas .....	67
2. Uji Homogenitas.....	67
3. Uji Hipotesis.....	68
4. Perhitungan Presentase Peningkatan .....	69
C. Pembahasan.....	70
D. Keterbatasan Penelitian.....	73
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	74
A. Kesimpulan .....	74
B. Implikasi.....	74
C. Saran.....	75
DAFTAR PUSTAKA .....	76

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Kisi-kisi Motivasi Belajar Peserta Didik dalam Mengikuti Pembelajaran PJOK di SMP Negeri 1 Sleman Berdasarkan Indikator Motivasi Belajar.....	49
Tabel 2. Hasil Uji Coba Validitas Instrumen.....	53
Tabel 3. Hasil Uji Reliabilitas.....	54
Tabel 4. Deskripsi Statistika Hasil <i>Pretest</i> .....	56
Tabel 5. Distribusi Frekuensi Hasil <i>Pretest</i> .....	57
Tabel 6. Deskripsi Statistik Hasil <i>Pretest</i> Faktor Intrinsik.....	58
Tabel 7. Distribusi Frekuensi Hasil <i>Pretest</i> Faktor Intrinsik.....	58
Tabel 8. Deskripsi Statistik Hasil <i>Pretest</i> Faktor Ekstrinsik.....	59
Tabel 9. Distribusi Frekuensi Hasil <i>Pretest</i> Faktor Ekstrinsik.....	59
Tabel 10. Deskripsi Statistik Hasil <i>Posttest</i> .....	60
Tabel 11. Distribusi Frekuensi Hasil <i>Posttest</i> .....	61
Tabel 12. Deskripsi Statistik Hasil <i>Posttest</i> Faktor Intrinsik.....	62
Tabel 13. Distribusi Frekuensi Hasil <i>Posttest</i> Faktor Intrinsik.....	62
Tabel 14. Deskripsi Statistik Hasil <i>Posttest</i> Faktor Ekstrinsik.....	63
Tabel 15. Distribusi Frekuensi Hasil <i>Posttest</i> Faktor Ekstrinsik.....	64
Tabel 16. Deskripsi Statistik Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> .....	65
Tabel 17. Hasil Perhitungan Uji Normalitas.....	67
Tabel 18. Hasil Uji Homogenitas.....	68
Tabel 19. Hasil Uji-t <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> .....	68

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.	Arena Permainan Bentengan.....	33
Gambar 2.	Desain Penelitian.....	44
Gambar 3.	Grafik Histogram Hasil <i>Pretest</i> .....	57
Gambar 4.	Grafik Histogram Hasil <i>Pretest</i> Faktor Intrinsik.....	59
Gambar 5.	Grafik Histogram Hasil <i>Pretest</i> Faktor Ekstrinsik.....	60
Gambar 6.	Grafik Histogram Hasil <i>Posttest</i> .....	61
Gambar 7.	Grafik Histogram Hasil <i>Posttest</i> Faktor Intrinsik.....	63
Gambar 8.	Grafik Histogram Hasil <i>Posttest</i> Faktor Ekstrinsik.....	64
Gambar 9.	Grafik Histogram Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> .....	66

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Surat Bimbingan.....	79
Lampiran 2.	Surat Permohonan Validasi.....	80
Lampiran 3.	Surat Permohonan Izin Penelitian.....	86
Lampiran 4.	Angket Uji Coba.....	87
Lampiran 5.	Data Uji Coba.....	89
Lampiran 6.	Hasil Validitas dan Reliabilitas.....	92
Lampiran 7.	Tabel r-Hitung.....	98
Lampiran 8.	Angket Penelitian.....	99
Lampiran 9.	Modul Pembelajaran.....	101
Lampiran 10.	Data Penelitian.....	109
Lampiran 11.	Deskriptif Statistik.....	113
Lampiran 12.	Hasil Uji Normalitas.....	115
Lampiran 13.	Hasil Uji Homogenitas.....	117
Lampiran 14.	Hasil Uji-t.....	119
Lampiran 15.	Tabel t-Hitung.....	120
Lampiran 16.	Dokumentasi Penelitian.....	121

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Pendidikan jasmani merupakan kegiatan pendidikan yang menggunakan aktivitas fisik atau olahraga sebagai sarana dalam mencapai tujuan pendidikan. Pendidikan jasmani adalah salah satu mata pelajaran yang diajarkan di sekolah, dimulai dari jenjang terendah sampai jenjang tertinggi. Pendidikan jasmani diajarkan dari jenjang TK, SD, SMP, SMA, sampai dengan Perguruan Tinggi. Mata pelajaran ini mengembangkan dan meningkatkan keterampilan psikomotorik, kognitif dan afektif pada anak yang implementasinya bersifat teoritis maupun praktis. Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani yang berupa permainan olahraga terpilih yang diciptakan sebagai wahana pendidikan yang diharapkan mampu mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik, nilai-nilai sportifitas, strategi permainan olahraga, kerjasama dan kebiasaan pola hidup sehat. Menurut Samsudin (2014, p. 54) “Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktifitas jasmani yang didesaian untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi”.

Dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah, tidak hanya mengembangkan ranah jasmani, akan tetapi peserta didik dituntut untuk memiliki sikap disiplin, kerjasama, jujur, sportif,

berperilaku baik, dan menaati segala peraturan yang berlaku. Diantara mata pelajaran yang ada di sekolah pendidikan jasmani dan olahraga yang berusaha mencapai tujuan pendidikan melalui aktivitas jasmani. Pendidikan jasmani diharapkan mampu meningkatkan kreativitas, inovatif, dan keterampilan peserta didik dalam melakukan aktivitas jasmani. Ruang lingkup mata pelajaran pendidikan jasmani di sekolah meliputi aspek-aspek berupa permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, aktivitas senam, aktivitas ritmik, aktivitas air dan aktivitas di luar kelas.

Proses pembelajaran pendidikan jasmani biasanya menghabiskan banyak waktu di lapangan dibandingkan kegiatan di dalam kelas. Hal ini dikarenakan di dalam pembelajaran pendidikan jasmani banyak menggunakan waktu praktik selama kegiatan pembelajaran berlangsung. Selama kegiatan pembelajaran berlangsung sehingga peserta didik sering kali merasa bosan dan kurang termotivasi untuk mengikuti kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani. Ada beberapa faktor yang menjadi permasalahan ini yaitu materi yang diberikan oleh guru kurang menarik, materi yang sulit dikuasai oleh peserta didik, fasilitas yang kurang mendukung sehingga peserta didik merasa jenuh untuk mengikuti pembelajaran, maka perlu alternatif lain untuk meningkatkan minat dan motivasi peserta didik dalam mengikuti proses pembelajaran pendidikan jasmani. Menurut Komarudin (2017, p. 24) "Motivasi dapat didefinisikan sebagai dorongan yang berasal dari dalam atau luar diri individu untuk melakukan suatu aktifitas yang bisa menjamin kelangsungan aktifitas



tersebut, serta dapat menentukan arah, haluan dan besaran upaya yang dikerahkan untuk melakukan aktifitas sehingga dapat mencapai tujuan yang telah ditetapkan”. Salah satu komponen penting yang mempengaruhi hasil belajar adalah motivasi. Seseorang yang memiliki motivasi cenderung untuk menggunakan sepenuhnya kemampuan mereka untuk mencapai hasil belajar yang optimal dan sesuai dengan hasil belajar yang diharapkan.

Motivasi belajar dapat timbul karena faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik. Faktor intrinsik adalah keinginan, hasrat dan dorongan dari dalam diri seseorang berupa kesadaran diri akan belajar untuk mencapai harapan dan cita-cita. Sedangkan faktor ekstrinsik adalah keinginan, hasrat atau dorongan yang berasal dari luar berupa faktor lingkungan belajar, dan kegiatan belajar yang menarik. Peserta didik yang memiliki motivasi belajar yang tinggi maka semakin tinggi hasil belajar yang diperolehnya. Untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik seorang guru harus mampu memberikan pembelajaran yang menarik kepada peserta didiknya. Untuk menarik perhatian peserta didik khususnya dalam pembelajaran pendidikan jasmani, peserta didik lebih tertarik untuk mengikuti pembelajaran yang berbentuk permainan atau *game*.

Permainan adalah salah satu sarana hiburan yang dapat dimainkan oleh anak-anak maupun oleh orang dewasa. Bentuk-bentuk permainan beraneka ragam ada berupa permainan modern maupun permainan tradisional. Kata permainan berasal dari kata “main” yang memiliki arti yaitu melakukan sesuatu yang menyenangkan. Dunia anak-anak adalah

dunia bermain, tetapi tidak menutup kemungkinan untuk dilakukan oleh remaja maupun orang dewasa. Dalam dunia pendidikan khususnya dalam pembelajaran pendidikan jasmani permainan olahraga tradisional salah satu sarana yang digunakan oleh seorang guru sebagai bahan materi pembelajaran. Berbagai jenis permainan olahraga tradisional yang ada di Indonesia yang dapat dimainkan secara perorangan maupun berkelompok.

Permainan tradisional merupakan permainan peninggalan nenek moyang diwariskan secara turun temurun, selain itu permainannya relatif sederhana untuk dimainkan yang memiliki nilai dan banyak manfaat, memberikan kesenangan bagi pemainnya dan meningkatkan perkembangan psikologis, meningkatkan kreativitas, kelincahan, motivasi, serta sebagai bentuk olahraga yang meningkatkan kesehatan tubuh. Permainan tradisional ini dapat dilakukan secara perorangan dan berkelompok, jenis permainan, jumlah pemain, durasi permainan tergantung pada kesepakatan yang dibuat oleh pemain yang bermain.

Seiring berkembangnya zaman begitu banyak permainan modern yang sangat populer, sehingga permainan olahraga tradisional sudah mulai terasingkan. Penerapan permainan olahraga tradisional dalam pembelajaran pendidikan jasmani diharapkan menjadi salah satu bentuk aktifitas fisik yang melibatkan kesenian, kerja sama, kesenangan, sportifitas, kepercayaan diri, tanggung jawab dan dapat meningkatkan motivasi siswa untuk belajar. Oleh karena itu, peserta didik akan lebih termotivasi untuk mengikuti

pembelajaran pendidikan jasmani jika permainan olahraga tradisional dimasukkan ke dalam pembelajaran PJOK.

Permainan olahraga tradisional bentengan merupakan salah satu permainan yang dimainkan oleh beberapa orang yang bertujuan untuk merebut dan mempertahankan benteng agar bisa memenangkan permainan. Meskipun setiap daerah memiliki nama yang berbeda namun secara garis besar permainan yang dimainkan sama, yaitu saling mempertahankan benteng miliknya dan berusaha menyerang benteng lawannya. Permainan benteng-bentengan memiliki banyak manfaat dalam menurut Wartini & Askar (2015: 119) permainan bentengan bermanfaat dalam menumbuhkan sifat kreatif, loyal, disiplin, cerdas, dan sabar dalam bermain. Selain itu permainan benteng-bentengan ini dapat melatih motorik, strategi, kelincihan, dan kecepatan anak. Beberapa hal yang dapat diperoleh dari permainan ini yaitu peserta didik merasa senang karena dapat bermain dengan teman sebayanya, dan melatih kebugaran jasmani peserta didik. Dengan demikian permainan ini meskipun sederhana namun memiliki banyak manfaat bagi mereka.

Motivasi belajar peserta didik dapat meningkat untuk mengikuti pembelajaran apabila dalam kegiatan belajar mengajar, pemberian penguatan peserta didik memiliki konsep positif. Motivasi merupakan perubahan energi, suasana atau keadaan diri yang terjadi dengan ditandai dengan "feeling" dan didahului dengan tanggapan terhadap suatu tujuan tertentu. (Arsyad *et. al.*, 2020).

Berdasarkan hasil pengamatan dan observasi selama kegiatan praktik kependidikan (PK) di SMP Negeri 1 Sleman mulai tanggal 17 Juli – 22 September 2023. Pengakuan dari peserta didik mereka kurang tertarik mengikuti proses pembelajaran apabila kegiatan yang monoton dan tidak bervariasi, peserta didik merasa bosan dengan kegiatan yang hanya berpusat pada guru, yang berakibatkan pada ketidak pahaman peserta didik dalam menguasai materi dan aktivitas yang terbatas. Sebagian peserta didik termasuk peserta didik putri apabila kegiatan pembelajaran duduk dan berteduh di bawah pohon dengan alasan panas dan cepat merasa lelah sehingga memilih untuk bersitirahat. Selain itu peserta didik terkait kegiatan pembelajaran yang mereka sukai dan beberapa dari mereka menjawab tentang pembelajaran yang di dalamnya terdapat kegiatan permainan.

Berdasarkan wawancara kepada guru sebagian materi pembelajaran yang dilakukan di lapangan biasanya masih mengaplikasikan kegiatan permainan dalam kegiatan pembelajaran baik dalam kegiatan pemanasan maupun dibagian inti pembelajaran, dengan tujuan agar peserta didik tidak cepat merasa bosan dan lebih aktif bergerak dalam mengikuti kegiatan pembelajaran.

Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani sudah berjalan dengan baik, akan tetapi karena keterbatasan waktu dan jam pertemuan guru dalam mengajar permainan olahraga tradisional, sehingga dalam penyampaian macam-macam dan jenis-jenis permainan olahraga tradisional tidak maksimal. Salah satunya yaitu permainan olahraga tradisional

bentengan, masih ada beberapa peserta didik yang pada saat pelaksanaan permainan tradisional bentengan masih kurang memahami cara bermain dan peraturan dalam permainan tersebut. Hal ini tidak terlepas dari lingkungan tempat tinggal yang berbeda-beda, ada yang tinggal di lingkungan perumahan, lingkungan biasa, dimana mereka lebih suka bermain permainan digital seperti *playstation*, game online, handphone, komputer sehingga pemahaman mengenai permainan tradisional masih kurang.

Oleh karena itu, peneliti melakukan penelitian dengan menerapkan permainan olahraga tradisional bentengan ke dalam materi pembelajaran untuk mengetahui seberapa tinggi motivasi peserta didik dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani melalui permainan olahraga tradisional bentengan, maka dari itu penulis melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Permainan Olahraga Tradisional Bentengan Terhadap Motivasi Belajar Peserta Didik Dalam Pembelajaran PJOK di SMP Negeri 1 Sleman”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang diuraikan di atas, maka dapat diidentifikasi masalah yang ada, yaitu:

1. Persepsi peserta didik bahwa pembelajaran yang monoton dan tidak bervariasi membuat peserta didik cepat merasa bosan.
2. Adanya keterbatasan waktu dalam dan jam pertemuan dalam mengajar pembelajaran permainan olahraga tradisional dan faktor lingkungan yang mempengaruhi kurangnya pemahaman peserta didik terhadap

permainan olahraga tradisional salah satunya pada permainan benteng-bentengan di SMP Negeri 1 Sleman.

3. Belum diketahui seberapa tinggi pengaruh permainan olahraga tradisional bentengan terhadap motivasi belajar peserta didik dalam mengikuti pembelajaran PJOK di SMP Negeri 1 Sleman.

### **C. Batasan Masalah**

Dengan melihat banyaknya masalah yang muncul dalam identifikasi masalah di atas dan dikarenakan keterbatasan waktu dan biaya dalam penelitian ini, maka penelitian ini akan terbatas pada lingkungan SMP Negeri 1 Sleman khususnya kelas VII A sebagai lokasi pengamatan, yang hanya akan membahas atau mengkaji pada satu permasalahan yaitu tentang pengaruh permainan olahraga tradisional bentengan terhadap motivasi belajar peserta didik SMP Negeri 1 Sleman mengikuti pembelajaran PJOK.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah dan batasan masalah dalam peneliti ini, maka dapat dirumuskan permasalahan dalam penelitian ini, yaitu “adakah pengaruh permainan olahraga tradisional bentengan terhadap motivasi belajar peserta didik dalam pembelajaran PJOK di SMP Negeri 1 Sleman?”

### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh permainan olahraga tradisional bentengan

terhadap motivasi belajar peserta didik dalam pembelajaran PJOK di SMP Negeri 1 Sleman.

## **F. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat antara lain:

### 1. Manfaat Teoritis

- a) Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan bagi mahasiswa yang berkaitan tentang permainan olahraga tradisional bentenagn.
- b) Dapat meningkatkan proses pembelajaran dalam pendidikan jasmani
- c) Dapat dijadikan sumber informasi yang relevan bagi para peneliti.

### 2. Manfaat praktis

#### a. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan, pemahaman, mengetahui dan menganalisis kemampuan penulis dalam menerapkan teori maupun praktik yang sudah diterima selama menimba ilmu di bangku kuliah.

#### b. Bagi peserta didik

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu patokan untuk meningkatkan motivasi peserta didik sehingga mampu mendorong mereka untuk senang mengikuti pembelajaran PJOK.

#### c. Bagi guru

Penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan bagi guru agar dapat lebih memotivasi siswa dalam proses pembelajaran penjas.

d. Bagi sekolah

Penelitian ini dapat memberikan informasi dan evaluasi sebagaimana permainan olahraga tradisional dapat berpengaruh terhadap peningkatan motivasi belajar peserta didik dalam mengikuti pembelajaran penjas.



## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Kajian Teori**

##### **1. Hakikat Motivasi**

###### **a. Pengertian Motivasi**

Motivasi pada dasarnya merupakan salah satu faktor pendorong seseorang untuk melakukan aktivitas dengan tujuan tertentu. Manusia bertindak melakukan sesuatu dikarenakan adanya faktor motivasi yang datang dari dalam maupun dari luar diri manusia itu sendiri. Menurut Uno (2006, p. 1) motivasi adalah dorongan untuk menggerakkan seseorang bertindak laku, dorongan ini terdapat pada diri seseorang yang menggerakkan sesuatu yang sesuai dengan dorongan dalam dirinya.

Menurut Sardiman (2006, p. 73) motivasi dapat dikatakan serangkaian usaha untuk menyediakan kondisi-kondisi tertentu, sehingga seseorang mau dan ingin melakukan sesuatu, dan bila ia tidak suka, maka akan berusaha untuk meniadakan atau mengelakkan perasaan tidak suka itu. Menurut Danim (2009, p. 2) bahwa motivasi diartikan sebagai kekuatan, dorongan seseorang atau sekelompok tekanan atau kemaknisme psikologi yang mendorong seseorang atau sekelompok orang untuk mencapai prestasi tertentu sesuai dengan apa yang dikehendakinya.

Sedangkan menurut Mulyasa (2002, p. 120) motivasi adalah hal yang mendorong seseorang melakukan sesuatu. Dalam hal yang serupa menurut Sardiman (2006, p. 83), ada tiga fungsi motivasi:

- 1) Mendorong manusia untuk berbuat, jadi sebagai penggerak atau motor yang melepaskan energi. Motivasi dalam hal ini merupakan motor penggerak dari setiap kegiatan yang dikerjakan.
- 2) Menentukan arah perbuatan, yakni ke arah tujuan yang hendak dicapai. Dengan demikian yang harus dikerjakan sesuai dengan rumusan tujuannya.
- 3) Menyeleksi perbuatan, yakni menentukan perbuatan-perbuatan apa yang harus dikerjakan yang serasi guna mencapai tujuan, dengan menyisihkan perbuatan-perbuatan yang tidak bermanfaat bagi tujuan tersebut.

Berdasarkan pendapat dari beberapa ahli di atas dapat disimpulkan secara umum motivasi diartikan sebagai dorongan, usaha, maupun kekuatan yang menimbulkan gerakan tingkah laku seseorang yang bersumber pada keinginan individu untuk melakukan sesuatu dalam mencapai tujuan tertentu. Dengan adanya motivasi maka menimbulkan rasa semangat pada diri seseorang dan berusaha agar kebutuhan dan keinginannya dapat terpenuhi.

#### **b. Motivasi Belajar**

Motivasi belajar merupakan energi yang timbul yang dapat memotivasi peserta didik atau individu untuk belajar. Menurut Ridwan dalam Aritonang (2018, p. 14) motivasi merupakan suatu daya atau kekuatan yang timbul dalam diri siswa untuk memberikan kesiapan agar tujuan yang telah ditetapkan tercapai. Motivasi belajar adalah dorongan mental yang mempengaruhi perilaku manusia, termasuk perilaku

belajar. Pendapat lain dari Dimiyati dan Mudjiono (2002, p. 80) motivasi adalah dorongan mental yang mempengaruhi perilaku manusia, termasuk perilaku belajar.

Motivasi belajar merupakan salah satu faktor siswa untuk melakukan gerak dan mengikuti instruksi guru dalam pembelajaran Adhennin (2020, p. 566). Menurut Nasution (2018, p. 46) merupakan keseluruhan daya penggerak psikis di dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar itu demi mencapai suatu tujuan”.

Berdasarkan kutipan di atas diketahui bahwa motivasi belajar adalah adalah kekuatan dari dalam diri peserta didik yang disadari untuk melakukan gerak dan mempengaruhi perilaku seseorang agar mereka termotivasi untuk melakukan aktivitas belajar. Dengan demikian, adanya motivasi dalam diri peserta didik akan berdampak pada keberhasilan dalam belajarnya. Dalam hal ini guru harus mampu mengembangkan dan memahami motivasi siswa secara afektif dengan membangun dan mempertahankan kebiasaan baik yang dimiliki peserta didik.

### **c. Jenis-jenis Motivasi Belajar**

Motivasi belajar merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi keberhasilan belajar. Seseorang memiliki motivasi yang tinggi akan memiliki usaha, tekad dan daya juang yang tinggi untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Dengan adanya kemampuan memotivasi diri

cenderung akan memiliki pandangan yang positif dalam menilai segala sesuatu.

Motivasi muncul karena faktor instrinsik dan faktor ekstrinsik. Menurut Purwanto dalam Ulfah (2015, p. 4) faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi seseorang dapat dibedakan menjadi dua, yaitu:

- 1) Faktor yang berasal dari dalam individu terdiri dari minat, cita-cita, dan kondisi seseorang baik dari segi fisik maupun emosional.
- 2) Faktor yang berasal dari luar (ekstrinsik) yaitu kecemasan atau hukuman, penghargaan dan pujian, peran orang tua, pengajar, dan kondisi lingkungan.

Slameto dalam Rahkmawati dkk. (2012, p. 212) menyatakan bahwa motivasi dipengaruhi oleh beberapa faktor yakni faktor internal yang mempengaruhi motivasi dalam melanjutkan pendidikan yang lebih tinggi adalah minat, bakat, kapasitas mental, kematangan, kondisi kesehatan fisik dan psikis, rohani serta motivasi itu sendiri. Sedangkan faktor eksternal adalah kondisi sosial ekonomi orang tua, faktor lingkungan, metode belajar dan waktu pembelajaran.

Menurut Syah (2010: 134), motivasi dapat dibedakan menjadi dua macam, yaitu:

- 1) Motivasi intrinsik adalah keadaan atau situasi yang berasal dari dalam diri peserta didik itu sendiri yang dapat mendorongnya melakukan tindakan belajar. Motivasi intrinsik pada siswa adalah perasaan menyukai materi dan kebutuhannya terhadap materi tersebut, berupa harapan cita-cita.
- 2) Motivasi ekstrinsik adalah keadaan yang datang dari luar individu siswa yang mendorong mereka untuk melakukan kegiatan belajar. Hadiah dan pujian, lingkungan sekolah dan lingkungan keluarga, dorongan orang tua merupakan faktor pendorong siswa untuk belajar.

Berdasarkan pernyataan di atas motivasi dibagi menjadi dua jenis yaitu faktor intrinsik yang merupakan dorongan dari dalam diri individu itu sendiri dan faktor ekstrinsik yang merupakan dorongan dari luar diri individu. Faktor intrinsik dipengaruhi oleh minat, bakat, kondisi seseorang, dan cita-cita untuk mencapai suatu keberhasilan siswa. Faktor ekstrinsik dipengaruhi oleh faktor lingkungan, pujian dan hadiah, peran orang tua, kondisi sosial dan ekonomi, materi pembelajaran, dan metode pembelajaran yang menyenangkan sehingga mendorong siswa untuk melakukan kegiatan belajar.

#### 1) Motivasi Intrinsik

Motivasi intrinsik merupakan motivasi yang timbul dari dalam diri peserta didik sering dikatakan sebagai motivasi murni atau motivasi yang sebenarnya, karena motivasi yang timbul tanpa adanya campur tangan orang lain. Pada dasarnya motivasi sudah ada di dalam diri seseorang sebagai penggerak untuk melakukan sesuatu dengan keinginannya. Sehingga tujuan dari motivasi adalah untuk menggerakkan seseorang agar timbul kemauan dan keinginannya untuk melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu.

Hapsari (2005, p. 74) dalam Rusdy & Handayani (2020, p.159) motivasi intrinsik pada umumnya terkait dengan bakat dan faktor intelegensi dalam diri siswa. Menurut Danarjati (2013, pp. 81-81), faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi intrinsik yaitu:

##### 1) Kebutuhan (*needs*)

Seseorang melakukan aktivitas (kegiatan) karena adanya faktor-faktor kebutuhan baik biologis maupun psikologis.

2) Harapan (*expectancy*)

Seseorang dimotivasi oleh karena keberhasilan dan adanya harapan keberhasilan bersifat pemuasan diri seseorang, keberhasilan dan harga diri meningkat dan menggerakkan seseorang ke arah pencapaian tujuan

3) Minat

Minat adalah suatu rasa lebih suka dan rasa keinginan pada suatu hal tanpa ada yang menyuruh

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa motivasi intrinsik adalah motivasi yang mendorong peserta didik melakukan kegiatan belajar yang berasal dari dalam diri individu yang dapat dipengaruhi oleh faktor kebutuhan individu, minat dan bakat, serta harapan dan cita-cita.

2) Motivasi Ekstrinsik

Motivasi ekstrinsik adalah motivasi yang disebabkan oleh faktor-faktor dari luar diri peserta didik. Motivasi ekstrinsik sangat diperlukan dalam lingkungan sekolah sehingga dapat meningkatkan minat dan kebutuhan peserta didik. Motivasi ekstrinsik timbul akibat pengaruh dari eksternal. Hal ini bisa disebabkan karena adanya ajakan, suruhan maupun paksaan dari orang lain, dengan demikian peserta didik mau melakukan suatu tindakan.

Beberapa pendapat mengenai motivasi ekstrinsik. Menurut Mulyasa (2002, p. 120) motivasi ekstrinsik adalah motivasi yang berasal dari lingkungan di luar diri seseorang. Pendapat lain dari Santrock (2008, p. 476) motivasi ekstrinsik adalah keinginan untuk mencapai sesuatu didorong karena ingin mendapatkan penghargaan

eksternal atau menghindari hukuman eksternal. Prayitno (2003, p. 170) menyatakan cara menimbulkan motivasi ekstrinsik yaitu: 1) memberikan penghargaan dan celaan, 2) persaingan dan kompetisi, 3) pemberitahuan tentang kemajuan 4) hadiah dan hukuman.

Menurut Danarjati (2013, pp. 82-83) faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi ekstrinsik yaitu:

- 1) Dorongan keluarga  
Keluarga adalah orang seisi rumah. Keluarga yang mendukung menyebabkan seseorang berkeinginan untuk lebih memnfaatkan keadaan tersebut untuk mendukung minatnya. Yang menjadi tanggungan atau suatu keakraban yang sangat mendasar di masyarakat.
- 2) Lingkungan  
Lingkungan adalah tempat dimana orang tinggal. Lingkungan dapat mempengaruhi seseorang sehingga dapat termotivasi untuk melakukan sesuatu. Selain keluarga, lingkungan juga mempunyai peran yang besar dalam memotivasi seseorang dalam merubah tingkah lakunya.
- 3) Imbalan  
Seseorang dapat termotivasi karena adanya imbalan sehingga orang tersebut ingin melakukan sesuatu.

Jadi dari pembahasan di atas dapat disimpulkan bahwa motivasi ekstrinsik adalah motivasi yang berasal dari luar diri individu yang mendorong seseorang untuk melakukan mendapatkan sebuah pencapaian. Motivasi ekstrinsik dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor diataranya faktor lingkungan, imbalan.

#### **d. Peran Motivasi Belajar**

Motivasi memiliki peranan penting antara setiap individu satu dengan yang lainnya, disebabkan kerena perbedaan kebutuhan dan kepentingan berdasarkan tingkat minat, pekerjaan, umur dan kebutuhan-

kebutuhan lainnya. Motivasi dapat saja berkembang apabila individu mulai menemukan sebuah tujuan yang ingin dicapai sehingga meningkatkan motivasinya. Sebagai seorang guru tentunya memiliki peran untuk dapat menumbuhkan motivasi siswa agar melakukan aktivitas dengan senang hati dan bersemangat. Memberikan motivasi kepada siswa berarti memberikan dukungan kepada mereka untuk menggerakkan siswa melakukan sesuatu.

Fungsi atau peran motivasi dalam konteks belajar dan pembelajaran dijelaskan Uno (2007, p. 27) yaitu:

- 1) Motivasi berperan dalam penguatan belajar
- 2) Motivasi berperan dalam memperjelaskan tujuan belajar.
- 3) Motivasi menentukan ketekunan belajar.

Sagala (2012, p. 113) dalam Rusdy. & Handayani (2020, p. 163)

fungsi motivasi belajar yaitu:

- 1) Menyadarkan kedudukan awal belajar, proses dan hasil belajar.
- 2) Menginfokan tentang kekuatan usaha belajar bila dibandingkan dengan teman sebaya.
- 3) Mengarahkan kegiatan ke arah pembelajaran yang lebih berkualitas
- 4) Membesarkan semangat belajar para peserta didik.
- 5) Menyadarkan tentang adanya perjalanan yang harus ditempuh dalam proses belajar dan sebagainya.

Menurut Hamalik (2004, p. 161) menyarakan bahwa fungsi motivasi adalah:

- 1) Mendorong timbulnya tingkah laku atau perbuatan. Tanpa motivasi tidak akan timbul suatu perbuatan, misalnya belajar.
- 2) Motivasi berfungsi sebagai pengarah, artinya mengarahkan perbuatan untuk mencapai tujuan yang diinginkan.



- 3) Motivasi berfungsi sebagai penggerak, artinya menggerakkan tingkah laku seseorang. Besar kecilnya motivasi akan mempengaruhi cepat lambatnya suatu pekerjaan/tugas dapat diselesaikan dengan baik.

**e. Faktor yang Mempengaruhi Motivasi Belajar**

Ada beberapa hal yang mempengaruhi motivasi belajar menurut Slameto (2003, pp. 54-60) faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi belajar yaitu:

1) Faktor Intrinsik

a) Kesehatan

Seseorang dikatakan sehat berarti seluruh tubuhnya dalam kondisi baik dan tidak menderita penyakit. Kondisi kesehatan seseorang berpengaruh pada kemampuan mereka dalam kegiatan belajar. Apabila kondisi seseorang berada pada keadaan yang kurang sehat maka dapat menghambat proses belajar, cepat merasakan kelelahan, kurang energi dan kurang semangat.

b) Perhatian

Perhatian adalah keaktifan jiwa yang tertinggi, jiwa itu pun semata-mata tertuju pada suatu objek atau sekumpulan objek. Untuk dapat menjamin hasil yang baik, maka peserta didik harus mempunyai perhatian terhadap bahan yang dipelajarinya, jika bahan pelajaran tidak menjadi perhatian peserta didik, maka timbul kebosanan, sehingga tidak suka belajar. Agar siswa dapat belajar dengan baik, usahakanlah bahan pelajaran itu sesuai dengan hobi dan bakatnya.

c) Minat

Minat adalah kecenderungan yang tepat untuk memperhatikan mengenai beberapa kegiatan. Kegiatan yang diminati seseorang, diperhatikan terus-menerus yang disertai dengan rasa senang. Minat berbeda dengan perhatian, karena perhatian sifatnya sementara (tidak dalam waktu yang lama) dan belum tentu diikuti dengan perasaan senang, sedangkan minat selalu diikuti dengan perasaan senang dan dari itu diperoleh kepuasan.

d) Bakat

Bakat menurut Hilgard adalah: "*the city to learn*". Dengan kata lain bakat adalah kemampuan untuk belajar. Kemampuan yang baru terealisasi menjadi kecakapan yang nyata sesudah belajar atau berlatih. Bakat itu mempengaruhi belajar, jika bahan pelajaran yang dipelajari sesuai dengan bakatnya, maka hasil belajarnya lebih baik karena senang belajar.

2) Faktor Ekstrinsik

a) Metode Mengajar

Metode adalah suatu cara atau jalan yang harus dilalui dalam mengajar. Metode mengajar guru yang kurang baik akan mempengaruhi belajar peserta didik yang tidak baik pula. Akibatnya siswa menjadi malas belajar. Guru yang progresif berani mencoba metode-metode yang baru, yang dapat

membantu meningkatkan kegiatan belajar mengajar, dan meningkatkan motivasi peserta didik untuk belajar. Agar peserta didik dapat belajar dengan baik, maka metode mengajar harus diusahakan yang tepat, efisien dan efektif.

b) Alat Pembelajaran (sarana dan prasarana)

Alat pelajaran erat hubungannya dengan cara belajar siswa, karena alat pelajaran yang dipakai oleh guru pada waktu mengajar dipakai pula oleh peserta didik untuk menerima bahan yang diajarkan. Alat pelajaran yang lengkap dan tepat akan memperlancar penerimaan bahan pelajaran yang diberikan kepada siswa.

c) Kondisi Lingkungan

Kondisi lingkungan merupakan unsur-unsur yang datang dari luar diri siswa. Lingkungan siswa, sebagaimana juga lingkungan individu pada umumnya, ada tiga yaitu lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat. Guru harus berusaha mengola kelas, menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, menampilkan diri secara menarik, dalam rangka membantu peserta didik termotivasi dalam belajar. Lingkungan fisik sekolah, sarana dan prasarana, perlu ditata dan dikelola, supaya menyenangkan dan membuat siswa betah belajar kecuali kebutuhan siswa terhadap sarana dan prasarana, kebutuhan emosional psikologis juga perlu mendapatkan

perhatian. Kebutuhan emosional psikologis juga perlu mendapatkan perhatian. Kebutuhan rasa aman misalnya, sangat dihargai, diakui, merupakan contoh-contoh kebutuhan psikologis yang harus terpenuhi, agar motivasi belajar timbul.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi motivasi belajar peserta didik yaitu faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik. Faktor intrinsik yaitu cita-cita, kondisi kesehatan peserta didik, minat, bakat dan perhatian. Sedangkan faktor ekstrinsik yaitu kondisi lingkungan, metode mengajar, alat mengajar termasuk sarana dan prasarana.

## **2. Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan**

### **a. Belajar dan Pembelajaran**

#### **1) Belajar**

Belajar adalah suatu proses atau upaya yang dilakukan setiap individu untuk mendapatkan perubahan tingkah laku, baik dalam bentuk pengetahuan, keterampilan, sikap dan nilai positif sebagai suatu pengalaman dari berbagai materi yang telah dipelajari (Djamaluddin, 2019). Belajar adalah suatu proses yang dilakukan oleh siswa untuk melakukan suatu perubahan (Kamila, Harini, dan Ponirah, 2022).

Dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa belajar memberikan dampak pada peserta didik untuk melakukan sebuah perubahan. Peserta didik untuk mendapatkan perubahan mulai dari

tingkah laku, pengetahuan, keterampilan, sikap, dan nilai positif suatu pengalaman dari materi yang dipelajari.

## 2) Pembelajaran

Menurut Undang-undang RI Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan nasional bahwa Pembelajaran adalah proses interaksi pendidik dan peserta didik dalam sumber belajar yang berlangsung dalam suatu lingkungan belajar. Dalam lingkungan belajar interaksi antara pendidik dan peserta didik memerlukan bahan ajaran, metode pembelajaran, strategi pembelajaran, dan sumber belajar sehingga pembelajaran dapat berjalan dengan lancar.

Menurut Mulyasa (2002, p. 24) pembelajaran pada hakikatnya merupakan proses interaksi antar siswa dengan lingkungannya sehingga terjadi perubahan perilaku ke arah yang lebih baik. Oemar Hamalik (2005, p. 57) menyatakan bahwa pembelajaran suatu kombinasi yang tersusun meliputi unsur-unsur manusiawi (siswa dan guru), material (buku maupun bahan ajar lainnya), fasilitas (ruang kelas), perlengkapan dan prosedur yang saling mempengaruhi tujuan pembelajaran.

Menurut Pane dan Dasopang (2017, p. 337) pembelajaran adalah suatu proses, yaitu proses mengatur, mengorganisasi lingkungan yang ada di sekitar peserta didik sehingga menumbuhkan dan mendorong peserta didik melakukan proses belajar dan

memberikan bimbingan kepada peserta didik dalam melakukan proses belajar.

Berdasarkan pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran merupakan proses interaksi antara peserta didik dengan guru maupun lingkungannya yang mendorong siswa untuk belajar sehingga memberikan perubahan tingkah laku ke arah yang lebih baik.

Dalam dunia pendidikan berbagai mata pelajaran yang diajarkan di sekolah. hal ini ada kaitannya dengan dunia pendidikan jasmani penerapan metode, gaya mengajar, dan strategi pembelajaran sangat erat. Jika penerapannya tepat maka tujuan pembelajaran yang berkaitan dengan keterampilan gerak akan tercapai.

Diungkapkan oleh Rahyubi (2014, p. 234) menyatakan bahwa pembelajaran mempunyai beberapa komponen-komponen yang penting, yaitu tujuan pembelajaran, kurikulum, guru, siswa, metode, media dan evaluasi. Diantaranya yaitu:

a) Tujuan Pembelajaran

Tujuan pembelajaran yaitu target atau hal-hal yang harus dicapai dalam proses pembelajaran. Tujuan pembelajaran biasanya berkaitan dengan dimensi kognitif, afektif, dan psikomotorik. Tujuan pembelajaran bisa tercapai jika pembelajaran peserta didik mampu menguasai dimensi kognitif

dan afektif dengan baik, serta cekatan dan terampil dalam aspek psikomotorik.

b) Kurikulum

Secara etimologis, kurikulum (*curriculum*) berasal dari bahasa Yunani “*curir*” yang artinya “pelari” dan “*curere*” yang berarti “tempat berpacu”. Yaitu suatu jarak yang harus ditempuh oleh pelari dari garis finis. Secara terminologis, kurikulum mengandung arti sejumlah pengetahuan atau mata pelajaran yang harus ditempuh atau diselesaikan siswa guna mencapai suatu tingkatan atau ijazah. Kurikulum sebagai rancangan pendidikan mempunyai kedudukan yang sangat strategis dalam seluruh aspek kegiatan pendidikan. Mengingat pentingnya peran kurikulum di dalam pendidikan dan dalam perkembangan kehidupan manusia, maka dalam penyusunan kurikulum tidak bisa dilakukan tanpa menggunakan landasan yang kokoh.

c) Guru

Guru adalah pendidik yaitu seorang yang mengajar suatu ilmu. Dalam bahasa Indonesia, guru umumnya merujuk pendidikan profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, memfasilitasi, menilai, dan mengevaluasi peserta didik. Peranan seorang guru tidak hanya terbatas sebagai pengajar (mempunyai ilmu pengetahuan), tetapi juga sebagai pembimbing, pengembang,

dan pengelola kegiatan pembelajaran yang dapat memfasilitasi kegiatan belajar siswa dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

d) Siswa

Siswa atau peserta didik adalah seseorang yang mengikuti suatu program pendidikan di sekolah atau lembaga pendidikan di bawah bimbingan seorang atau beberapa guru, pelatih, dan instruktur.

e) Metode

Metode pembelajaran adalah suatu model dan cara yang dapat dilakukan untuk menggelar aktivitas belajar mengajar agar berjalan dengan baik. Metode pembelajaran, khususnya dalam pembelajaran motorik ada beberapa metode yang diterapkan yaitu metode ceramah, metode tanya jawab metode diskusi, metode demonstrasi, metode karyawisata, metode eksperimen, metode bermain peran/simulasi, dan metode eksplorasi.

f) Materi

Materi merupakan salah satu faktor penentu keterlibatan siswa. Jika materi pelajaran yang diberikan menarik, kemungkinan besar keterlibatan siswa akan tinggi. Sebaliknya, jika materi yang diberikan tidak menarik, keterlibatan siswa akan rendah



atau bahkan tidak siswa akan menarik diri dari proses pembelajaran motorik.

g) Alat Pembelajaran (media)

Media pada hakikatnya merupakan salah satu komponen sistem pembelajaran. Sebagai komponen, media hendaknya merupakan bagian integral dan harus sesuai dengan proses pembelajaran secara menyeluruh.

h) Evaluasi

Evaluasi adalah kegiatan mengumpulkan data seluas-luasnya, sedalam-dalamnya yang bersangkutan dengan kepeampilan siswa, guna mengetahui sebab akibat dan hasil belajar siswa yang dapat mendorong dan mengembangkan kemampuan belajar. Evaluasi yang efektif harus mempunyai dasar yang kuat dan tujuan yang jelas. Dasar evaluasi yang efektif harus mempunyai dasar yang kuat dan tujuan yang jelas. Dasar evaluasi yang dimaksud adalah filsafat, psikologi, komunikasi, kurikulum, argumen, sosiologi, antropologi, dan lain sebagainya.

**b. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan**

Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran yang diajarkan di lembaga pendidikan baik di jenjang SD, SMP maupun SMA. Pembelajaran pendidikan jasmani merupakan pembelajaran menggunakan aktivitas fisik sebagai kegiatan pembelajaran

dibandingkan dengan pembelajaran yang lain, karena dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani lebih banyak menggunakan waktu praktik di lapangan dengan kegiatan keolahragaan sehingga tujuan dari pembelajaran pendidikan jasmani yaitu mengembangkan kemampuan fisik, mental, sosial, intelektual dan kesehatan secara keseluruhan melalui pendidikan.

Sukintaka (2004, p. 55) pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani untuk mencapai tujuan pendidikan. Agus S. Suryobroto (2004, p. 16), menambahkan bahwa pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup aktif, dan sikap sportif melalui kegiatan jasmani.

Berdasarkan pemahaman mengenai pendidikan jasmani adalah proses pembelajaran yang mendidik anak melalui aktivitas jasmani untuk meningkatkan kebugaran jasmani, meningkatkan keterampilan motorik anak, berperilaku hidup aktif dan sehat melalui pendidikan.

Menurut Achmad Paturusi (2012, pp. 4-5), pendidikan jasmani merupakan suatu kegiatan mendidik anak dengan proses pendidikan melalui aktivitas pendidikan jasmani dan olahraga untuk membantu anak agar tumbuh dan berkembang secara wajar sesuai dengan tujuan pendidikan nasional.

Menurut BSNP (2006, pp. 158-159), bahwa Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan bertujuan agar peserta didik memiliki kemampuan sebagai berikut:

- 1) mengembangkan keterampilan pengolahan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga
- 2) meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik.
- 3) meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar.
- 4) meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.
- 5) mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri, dan demokratis.
- 6) mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan.
- 7) memahami konsep aktivitas jasmani olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil, serta memiliki sikap yang positif.

Dari pendapat beberapa para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah suatu wadah untuk mendidik anak atau peserta didik melalui aktivitas jasmani agar dapat tumbuh dan berkembang secara baik dan mempunyai kepribadian yang baik pula.

### **c. Tujuan dan Ruang Lingkup PJOK**

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan mempunyai tujuan yang sifatnya menyeluruh. Dalam hal ini, Lutan (2000, p. 1) menjabarkan bahwa pendidikan jasmani memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk:

- 1) Mengembangkan pengetahuan dan keterampilannya yang berkaitan dengan aktivitas jasmani, perkembangan etiketa, dan sosial.
- 2) Mengembangkan kepercayaan diri dan kemampuan untuk menguasai keterampilan dasar gerak.
- 3) Memperoleh dan mempertahankan derajat kebugatan jasmani yang optimal.
- 4) Mengembangkan nilai-nilai pribadi
- 5) Mengembangkan keterampilan sosial
- 6) Menikmati kesenangan dan keriangannya melalui kegiatan jasmani termasuk berolahraga

Badan Standar Nasional Pendidikan (2006, p. 2) menyebutkan bahwa ruang lingkup mata pelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan meliputi aspek-aspek sebagai berikut:

- 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 tangkis, 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/karyawisata, pengenalan lingkungan, berkemah, menjelajah, dan mendaki gunung.
- 7) Kesehatan, meliputi penanaman budaya sehat dalam kehidupan sehari-hari, khususnya yang berkaitan 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 implisit masuk ke dalam semua aspek

### **3. Permainan Olahraga Tradisional Bentengan**

#### **a. Pengertian Permainan Olahraga Tradisional**

Permainan olahraga tradisional adalah permainan yang dimainkan oleh anak-anak Indonesia menggunakan alat-alat sederhana maupun tidak menggunakan alat. Permainan tradisional merupakan permainan yang telah dimainkan oleh anak-anak yang bersumber dari suatu daerah secara tradisi, yaitu permainan tersebut diwariskan dari generasi satu ke generasi berikutnya (Prasetio & Praramdana, 2020).

Permainan tradisional memberikan makna nilai-nilai dan norma-norma luhur yang berguna untuk memahami dan mencari keseimbangan dalam tatana kehidupan bagi para pemainnya. Di samping itu, permainan tradisional juga memberikan kegembiraan dan mengembangkan keterampilan sosial, kognitif, emosi dan motorik anak. Dalam permainan, anak-anak belajar melalui gerak tubuh, interaksi dengan sesama pemain dan aturan permainan. Permainan tradisional juga berperan sebagai sarana rekreatif yang tidak hanya menghibur diri namun juga untuk memelihara hubungan sosial (Widaty *et al.*, 2021).

Permainan tradisional adalah salah satu bentuk permainan anak-anak, yang beredar secara lisan di antara anggota kolektif tertentu, berbentuk tradisional dan diwarisi turun temurun, serta banyak mempunyai variasi. Jika dilihat dari akar permainan tradisional tidak lain adalah kegiatan yang diatur oleh suatu peraturan permainan yang

merupakan pewarisan dari generasi terhadulu yang dilakukan anak-anak dengan tujuan mendapat kegembiraan (Achroni, 2021).

#### **b. Permainan Bentengan**

Permainan bentengan merupakan salah satu permainan tradisional yang dimainkan oleh beberapa orang pemain yang tujuannya untuk merebut dan mempertahankan benteng agar bisa memenangkan permainan. Permainan ini terdiri dari dua regu. Tujuan utama permainan ini adalah untuk menyerang dan merebut benteng yang dimiliki oleh kelompok musuh. Setiap anggota regu memiliki tugas masing-masing, seperti penyerang, penjaga benteng, pengganggu, dan mata-mata.

Dalam permainan ini, kecepatan berlari sangat penting karena pemain harus bergerak cepat untuk menyerang benteng lawan atau melindungi benteng timnya. Mereka perlu memikirkan cara terbaik untuk menyerang atau bertahan, memilih strategi saat yang tepat, dan berkomunikasi dengan rekan tim (Fad, 2014).

Permainan benteng-bentengan melatih keterampilan sosial, kerja sama tim, dan komunikasi. Sehingga pemain bisa mencapai tujuan dari permainan yaitu merebut benteng lawan. Permainan benteng-bentengan juga melatih motorik anak, karena dalam permainan benteng-bentengan terdapat unsur berlari, melompat dan menghindar.

Permainan tradisional benteng-bentengan melatih kemampuan fisik dan sosial anak-anak. Selain itu memberikan kesenangan dan hiburan bagi para pemain sehingga dalam pembelajaran pendidikan jasmanin

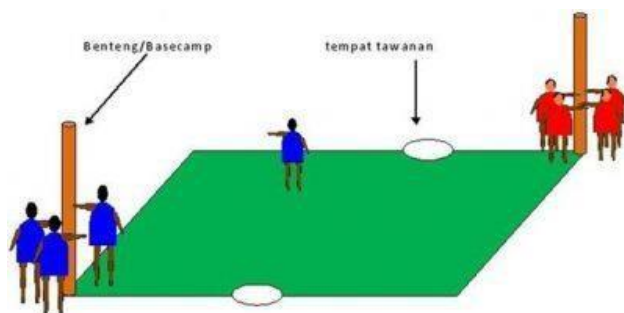
permainan benteng-bentengan dimasukkan ke dalam materi pembelajaran agar mendorong anak-anak untuk aktif bergerak dan termotivasi untuk mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani.

Menurut Kuriawan (2019, pp. 49-54) berikut adalah penjelasan mengenai permainan tradisional bentengan:

#### 1) Asal usul permainan bentengan

Sejarah permainan bentengan awalnya permainan yang dimainkan oleh anak-anak di pedesaan pada zaman Indonesia berhasil lepas dari zaman penjajahan. Permainan ini mencerminkan perjuangan bangsa Indonesia saat melawan penjajah dimana dalam permainan ini pemainnya berusaha untuk menjaga dan mengamankan benteng daerahnya dan memperoleh kejayaan yang disimbolkan dengan menduduki benteng lawan. Hal ini sama dengan tindakan rakyat Indonesia ketika zaman penjajahan dimana bangsa Indonesia bersatu mempertahankan daerahnya dan mengusir penjajah agar memperoleh kemerdekaan.

#### 2) Arena permainan



Gambar 1. Arena Permainan Bentengan  
<https://smpn2tuntang.sch.id/permainan-tradisional-betengan/>

Permainan bentengan tidak memerlukan peralatan yang khusus dan banyak. Hanya memanfaatkan lingkungan sekitar dan daerah yang tidak terlalu kecil. Daerah atau area yang digunakan bisa memerlukan area yang luas, agar permainan lebih menantang dan pemain lebih nyaman saat bermain.

Memainkan permainan bentengan dimainkan di luar ruangan yang dapat dilakukan dimana saja seperti: pantai, lapangan, halaman dan berbagai tempat terbuka lainnya yang memiliki halaman yang luas.

### 3) Jumlah peserta

Jumlah pemain dibentuk menjadi dua kelompok sesuai dengan jumlah benteng. Setiap kelompok terdiri dari 8 orang atau lebih sesuai dengan jumlah peserta yang ikut berpartisipasi. Jumlah kedua kelompok harus sama.

### 4) Tata cara pelaksanaan permainan bentengan

Permainan bentengan memerlukan sebuah benteng. Dalam menentukan sebuah benteng pemain menentukan lingkungan tempat bermain. Dalam permainan bentengan hanya memerlukan dua benteng saja, pemain tidak boleh membuat benteng lebih dari dua. Benteng ditentukan bisa menggunakan sebuah tiang, pohon atau sejenisnya yang berdiri kokoh yang berada di lingkungan tempat permainan. Tujuannya agar bisa dipegang oleh semua anggota dari



berbagai arah. Posisi setiap benteng harus saling berhadapan dengan jarak minimal 10 meter.

Dalam permainan bentengan ini, pohon atau tuang tidak saja berfungsi sebagai markas. Ia juga berguna untuk memperbarui kekuatan pemain agar dapat menangkap lawan yang berada di luar bentengnya lebih lama. Jika pemain dapat menangkap lawan sebelum menyentuh pohon atau tiang bentengnya, maka lawan yang tertangkap dianggap amti.

5) Durasi permainan

Untuk memainkan permainan bentengan tidak memerlukan waktu yang khusus. Artinya mulai dan berakhirnya permainan ditentukan oleh waktu. Melainkan dalam satu set permainan ditentukan ketika salah satu regu dapat menyentuh benteng lawan. Permainan akan tetap dilakukan sampai terjadi perselisihan skor antar kedua tim. Skor yang diinginkan juga tidak terbatas sesuai dengan kesepakatan kedua kelompok pemain

6) Penentuan menang dan kalah

Permainan bentengan ini agar dapat merebut benteng lawan adalah dengan mematikan atau membunuh anggota benteng. Ketika semua anggota atau penjaga benteng sudah habis, kita bisa merebut benteng dengan menyentuh benteng tersebut. Intinya jika kita sudah menyentuh benteng lawan, meskipun dengan tidak membunuh

penjaga benteng, berarti tim yang dapat menyentuh benteng menjadi pemenangnya.

#### 7) Aturan permainan

Untuk dapat menentukan siapa yang mati ketika disentuh adalah siapa yang lebih awal keluar dari benteng. Jika salah satu lawan keluar dari benteng, maka penjaga benteng yang satu harus berhadapan dan berusaha untuk mematikan pemain lawan. Agar pemain yang keluar dari benteng pertama selamat dari lawan, dapat dibantu dengan pemain kedua yang keluar dari benteng dan melawan pemain yang ingin mengalahkan rekan sebelumnya, dan begitupun seterusnya. Dalam permainan ini, biasanya masing-masing anggota mempunyai tugas seperti penyerang, mata-mata, pengganggu, dan penjaga benteng. Permainan ini sangat membutuhkan kecepatan berlari dan juga kemampuan strategi yang handal,

#### 8) Cara menjatuhkan/mematikan lawan

Cara mematikan anggota lawan sangat gampang, cukup dengan menyentuh anggota badan dari penjaga benteng lawan. Jika pemain melihat lawan keluar dari bentengnya, biarkan ia mendekat. Pilih salah satu dari teman satu kelompok yang mampu berlari cepat. Ketika dirasa jarak musuh dengan pemain sudah dekat, segera kejar musuh ke markas agar tidak dikejar oleh teman sang musuh. Jangan lupa menyentuh benteng agar kekuatannya pulih. Musuh yang terkena tidak bisa ikut bermain karena sudah dianggap mati.

#### 9) Cara melakukan permainan

Permainan ini dimulai dengan maju salah satu pemain dari benteng lawan. Pemain dari benteng lawan lainnya akan maju untuk mengejar. Jika permainan dari benteng penantang ini dapat terkejar dan dapat disentuh oleh pemain lawan, maka pemain penantang dinyatakan mati. Biasanya pemain penantang akan berlari menghindari atau kembali ke bentengnya sendiri. Teman-teman dari benteng penantang ini akan mengejar pemain dari benteng lawan yang memburu tadi. Demikian seterusnya sehingga terjadi kejar mengejar antara pemain dari kedua benteng. Sering kali terjadi adalah salah satu benteng kehabisan pemain karena telah dimatikan dan bentengnya dikepung oleh lawannya.

#### 10) Manfaat permainan

Permainan bentengan ini menjadi alat untuk bersosialisasi karena permainan ini dilakukan secara bersama-sama. Permainan tradisional yang dilakukan secara berkelompok dapat menjadi tempat untuk mengembangkan kecerdasan interpersonal anak. Selain itu permainan ini juga melatih kemampuan anak dalam bekerja sama. Karena pemain harus dapat bekerja sama dalam menjaga benteng, memata-matai musuh, menangkap musuh, dan menduduki benteng lawan.

Manfaat lainnya yaitu mengasah kemampuan menyusun strategi dan meningkatkan kreativitas agar kelompoknya dapat menjadi

pemenang. Anak-anak juga dilatih untuk membangun sportivitas. Dan para pemain harus mampu menaati peraturan, sportif mengakui kekalahan, dan juga dengan melakukan gerakan-gerakan yang lincah tentunya dapat mengembangkan motorik kasar anak, meningkatkan dan menyehatkan.

## **B. Penelitian Yang Relevan**

Penelitian yang relevan merupakan suatu penelitian terhadap yang memiliki peran signifikan dalam mendukung kerangka berpikir dan memberikan acuan yang akurat terhadap penelitian yang akan dilakukan. Berikut beberapa penelitian yang relevan bisa dijadikan referensi dari penelitian, yaitu:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Intan Kusuma Wardani dengan judul “Pengaruh Permainan Olahraga Tradisional Terhadap Motivasi Belajar Dalam Pembelajaran Penjas Di Sekolah Dasar”. Dalam penelitian ini berfokus pada penggunaan permainan olahraga tradisional dalam meningkatkan motivasi belajar siswa dalam pembelajaran penjas. Metode yang digunakan yaitu eksperimen dengan *design Pra Experimen* peneliti menggunakan pendekatan dengan metode kuantitatif. Dengan populasi siswa SDN 32 Mataram yang berjumlah 25 siswa. Hasil dan pembahasan penelitian ini menunjukkan bahwa permainan olahraga tradisional bisa membantu meningkatkan motivasi belajar siswa khususnya pada pembelajaran penjas. Dilihat dari data yang didapatkan siswa sebelum mendapatkan olahraga tradisional rata-

rata (mean) 24,04 standar deviasinya 2,557 dan standar *error mean* nya adalah .511. Setelah mendapatkan permainan tradisional rata-rata (mean) 27,48 standar deviasinya 3.454 dan standar *error mean* nya .691. dari kedua hasil tersebut didapatkan nilai korelasi sebesar -394 dengan signifikansi .051, hal ini membuktikan bahwa terjadi hubungan antara hasil sebelum dan sesudah adanya olahraga tradisional.

2. Penelitian dilakukan oleh Mochammad Okta Waluya pada tahun 2020 dengan judul “Motivasi Siswa Terhadap Pembelajaran Permainan Tradisional Pada Siswa IV dan V SD NEGERI Salakan Kecamatan Kalasan Kabupaten Sleman”. Skripsi pada Prodi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas, Fakultas Ilmu Keolahragaan, UNY. Dengan populasi seluruh siswa SD Negeri Kalasan kelas IV dan V yang berjumlah 55 siswa. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan penggunaan metode survei. Hasil penelitian dan pembahasan terhadap pembelajaran permainan tradisional siswa kelas IV dan V berada pada kategori sangat tinggi 4 orang (7,27%), tinggi 10 orang (18,18%), sedang 29 orang (57,73%), rendah 10 orang (18,18%), dan sangat rendah 2 orang (3,63%). Berdasarkan tingkat motivasi siswa dari faktor intrinsik berada pada kategori sedang dengan jumlah 30 siswa (54,55%) sedangkan pada faktor ekstrinsik berada pada kategori sedang sebanyak 23 orang (41,82%). Hasil penelitian tersebut secara keseluruhan berada pada kategori sedang, sehingga dapat menunjukkan

bahwa motivasi siswa terhadap permainan olahraga tradisional mampu menarik perhatian siswa.

3. Penelitian dilakukan oleh Putri Deviani pada tahun 2017 dengan judul “Motivasi Siswa Kelas VIII Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di SMP Negeri 2 Gamping Tahun 2016/2017”. Skripsi pada Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, UNY. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan metode survei. Dengan populasi siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Gamping yang berjumlah 198 siswa dari 26 kelas. Hasil dan pembahasan penelitian terhadap motivasi siswa kelas VIII mengikuti pembelajaran penjas berdasarkan faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik berada pada kategori sangat rendah 5,56% (11 siswa), rendah 29,80% (59 siswa), sedang sebesar 30,81% (61 siswa), tinggi 28,79% (57 siswa) dan sangat tinggi 5,05% (10 siswa). Hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa motivasi siswa kelas VIII di SMP Negeri 2 Gamping dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan berada pada kategori sedang 30,81% dengan jumlah siswa 61 dengan hal ini motivasi siswa mengikuti pembelajaran kurang maksimal.

### **C. Kerangka Berpikir**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan tradisional benteng-bentengan terhadap motivasi peserta didik SMP Negeri 1 Sleman mengikuti pembelajaran PJOK. Metode permainan salah satu

sarana yang tepat digunakan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, hal ini dipengaruhi oleh karakteristik peserta didik yang lebih senang bermain. Permainan olahraga tradisional memberikan pengaruh pada kesenangan, interaktif, menantang, inspiratif, dan memotivasi peserta didik untuk berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran PJOK lebih mengutamakan pada kegiatan aktivitas fisik sehingga permainan olahraga tradisional dapat memberikan dampak yang positif bagi peserta didik.

Motivasi merupakan faktor yang mendukung seseorang dalam memilih dan melakukan kegiatan, sehingga sangat berpengaruh terhadap tujuan yang ingin dicapai. Motivasi belajar merupakan sebuah energi atau kekuatan dari dalam diri individu untuk mendorong seseorang melakukan kegiatan belajar. Motivasi belajar terutama dalam pembelajaran PJOK sangat penting karena dengan adanya motivasi peserta didik mampu mengikuti pembelajaran dengan lancar dan tujuan dari pembelajaran pendidikan jasmani tercapai. Akan tetapi terkadang motivasi peserta didik dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani masih terbilang kurang. Hal ini dikarenakan metode yang digunakan dalam pembelajaran cenderung monoton selain itu materi yang sulit untuk dilakukan oleh peserta didik, sehingga banyak peserta didik pada saat pembelajaran PJOK lebih cepat bosan, dan kurang termotivasi untuk mengikuti pembelajaran.

Penggunaan permainan olahraga tradisional dalam pembelajaran pendidikan jasmani dapat membantu meningkatkan motivasi peserta didik, salah satunya permainan benteng-bentengan. Dalam permainan bentengan

terdapat unsur berlari, menyerang, bertahan, membuat strategi, dan kekompakan tim sehingga peserta didik merasa tertantang untuk memainkannya. Dengan memainkan permainan bentengan ini agar peserta didik termotivasi mengikuti pembelajaran dengan aktif bergerak dengan perasaan senang dan gembira, yang sesuai dengan karakteristik peserta didik yang suka bermain.

Dari uraian di atas, maka perlu dilakukan penelitian dengan menggunakan penelitian eksperimen dengan metode pre eksperimen yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan tradisional bentengan terhadap motivasi belajar siswa SMP Negeri 1 Sleman terhadap pembelajaran penjas. Harapannya dengan diketahuinya tingkat motivasi peserta didik SMP Negeri 1 Sleman mengikuti pembelajaran PJOK melalui permainan olahraga tradisional sesuai dengan manfaat teoritis di atas. Yaitu menambah wawasan bagi mahasiswa, meningkatkan proses pembelajaran pendidikan jasmani, melalui permainan olahraga tradisional bentengan, dan dapat dijadikan sumber informasi yang relevan bagi para peneliti.

#### **D. Hipotesis Penelitian**

Hipotesis penelitian merupakan dugaan sementara terhadap masalah dari penelitian ini, dikatakan sementara karena jawaban diberikan baru berdasarkan teori yang relevan dan logika berfikir belum didasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh berdasarkan pengumpulan data dan analisis data. Menurut (Sugiyono, 2017) hipotesis merupakan jawaban



sementara terhadap rumusan masalah penelitian sebelum penelitian dilaksanakan. Maka hipotesis dalam penelitian ini adalah:

Ho : Tidak ada pengaruh yang signifikan pengaruh permainan olahraga tradisional bentengan terhadap motivasi belajar peserta didik dalam pembelajaran PJOK di SMP Negeri 1 Sleman

Ha : Ada pengaruh yang signifikan permainan olahraga tradisional bentengan terhadap motivasi belajar peserta didik dalam pembelajaran PJOK di SMP Negeri 1 Sleman.

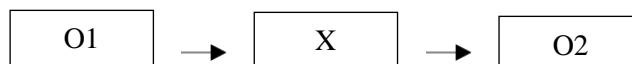
### BAB III

#### METODE PENELITIAN

##### A. Desain Penelitian

Desain penelitian ini menggunakan eksperimen semu (*quasi experiment*) dengan bentuk *One Group Pretest-Posttest Design*. Penelitian eksperimen semu (*quasi experiment*) merupakan penelitian yang mempunyai kelompok kontrol tetapi tidak digunakan sepenuhnya untuk mengontrol variabel-variabel luar yang mempengaruhi pelaksanaan eksperimen (Sugiyono, 2011). Jenis penelitian eksperimen semu digunakan untuk karena pada kenyataannya sulit mendapatkan kelompok kontrol yang digunakan dalam penelitian.

Penelitian ini menggunakan *One Group Pretest-Posttest Design* yang dilakukan terhadap satu kelompok tanpa pembandingan dengan kelompok yang tidak diambil secara acak atau pasangan, tetapi diberikan tes awal (*pretest*) dan tes akhir (*posttest*) disamping perlakuan (*treatment*). Pernyataan tersebut dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 2. Desain Penelitian

Keterangan:

O1 : *Pretest* (tes awal sebelum diberikan perlakuan)

X : *Treatment* (pemberian perlakuan)

O2 : *Posttest* (tes akhir setelah diberikan perlakuan)

Penelitian ini meneliti tentang pengaruh permainan olahraga tradisional bentengan terhadap motivasi belajar peserta didik dalam pembelajaran PJOK di SMP Negeri 1 Sleman. Perlakuan atau *treatment* yang diberikan dalam penelitian ini adalah pembelajaran dengan menggunakan materi permainan tradisional bentengan dengan perlakuan sebanyak 2 kali. Menurut Hastjarjo (2008) dalam Campbell *et al.* penelitian eksperimen terdiri dari minimal satu perlakuan, ukuran dampak, penugasan, dan perbandingan yang dipakai untuk mengambil kesimpulan adanya perubahan dan untuk mengatribusikan perubahan itu kepada perlakuan. Shadish *et al.* (2002) mengelompokkan rancangan eksperimen-kuasi menjadi empat kelompok besar, yaitu (1) rancangan tanpa kelompok kontrol atau rancangan tanpa pengukuran perlakuan, (2) rancangan dengan kelompok kontrol dan pengukuran praperlakuan, (3) rancangan runtut-waktu (*times-series design*), (4) rancangan diskontinuitas regresi (*regression discontinuity design*). Sebelum diberikan perlakuan (*treatment*), dilakukan *pretest* dengan menggunakan angket motivasi belajar. Kemudian diberikan perlakuan (*treatment*) berupa materi permainan olahraga tradisional bentengan. Sesudah diberikan perlakuan, dilakukan *posttest* dengan tes yang sama menggunakan angket motivasi belajar. Hasil yang diperoleh, antara hasil *pretest* dan hasil *posttest* dilakukan perbandingan dan selanjutnya dianalisis menggunakan uji-t.

## **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

Tempat penelitian ini akan dilakukan di SMP Negeri 1 Sleman. Pelaksanaan penelitian permainan olahraga tradisional bentengan dilakukan di halaman atau lapangan sekolah. Waktu pelaksanaan penelitian ini dilakukan selama bulan Maret 2024.

## **C. Populasi dan Sampel Penelitian**

### **1. Populasi**

Populasi merupakan bagian dari objek penelitian baik nilai-nilai, jumlah maupun jenis yang dapat dikategorikan ke dalam populasi. Menurut Suharsimi Arikunto (2006, p. 130) populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Populasi merupakan sumber data yang akan diteliti, karena tanpa adanya populasi penelitian tidak akan berarti dan tidak akan terlaksana.

Pada penelitian ini peneliti mengambil populasi yang digunakan adalah seluruh peserta didik kelas VII A di SMP Negeri 1 Sleman yang berjumlah 32 peserta didik.

### **2. Sampel**

Sugiyono (2007) total sampling adalah teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi. Penelitian ini menggunakan metode total sampling dimana seluruh anggota populasi dijadikan sebagai sampel penelitian sebanyak 32 peserta didik.

#### **D. Definisi Operasional Variabel**

Variabel adalah objek penelitian yang menjadi titik perhatian sebuah penelitian. Sugiyono (2010, p. 60) menyebutkan bahwa variabel penelitian merupakan segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulan. Variabel dalam penelitian ada 2 jenis yaitu variabel bebas (*variabel independen*) dan variabel terikat (*variabel dependen*). Sugiyono (2010, p. 61) menyatakan bahwa variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel terikat. Sedangkan variabel terikat menurut Sugiyono (2010, p. 61) variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas.

Dalam dalam penelitian ini yaitu permainan olahraga tradisional terhadap motivasi belajar peserta didik dalam pembelajaran penjas. Yang menjadi variabel bebasnya yaitu permainan olahraga tradisional benteng-bentengan. Sedangkan variabel terikatnya yaitu motivasi belajar siswa.

1. Motivasi belajar adalah kekuatan atau dorongan yang timbul dari diri seseorang untuk melakukan kegiatan belajar. Motivasi dibedakan menjadi dua yaitu:
  - a. Motivasi intrinsik, adalah dorongan dari dalam yang menyebabkan individu berpartisipasi dalam pembelajaran pendidikan jasmani yang ditunjukkan melalui faktor: a) kesehatan, b) perhatian, c) minat dan b) bakat.

- b. Motivasi ekstrinsik adalah dorongan yang berasal dari luar individu yang menyebabkan individu berpartisipasi dalam pembelajaran pendidikan jasmani yang ditunjukkan melalui faktor: a) metode (model) mengajar, b) sarana dan prasarana pembelajaran, c) kondisi lingkungan
2. Permainan olahraga tradisional bentengan merupakan kegiatan pembelajaran yang di dalamnya mengandung unsur permainan dan kerja sama tim dalam kegiatan bermainnya. Sehingga selama pembelajaran siswa didorong untuk lebih aktif bergerak. Dalam pembelajaran ini menggunakan metode permainan.

## **E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data**

### **1. Instrumen**

Dalam penelitian ini menggunakan instrumen berupa angket/kuesioner untuk mengambil data. Instrumen adalah alat ukur yang digunakan untuk mengumpulkan informasi atau data-data penelitian. Menurut Arikunto (2010, p. 203) instrumen adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik.

Untuk mengetahui tingkat motivasi peserta didik dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani melalui permainan tradisional benteng-bentengan peneliti melakukan pretes dan posttest menggunakan angket yang berisikan motivasi siswa mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani yang disusun peneliti pada tahap rencana penelitian.

Untuk memberikan gambaran mengenai angket yang digunakan dalam penelitian ini, maka disajikan kisi-kisi anget sebagai berikut:

**Tabel 1. Kisi-kisi Motivasi Belajar Peserta Didik dalam Mengikuti Pembelajaran PJOK di SMP Negeri 1 Sleman Berdasarkan Indikator Motivasi Belajar**

Judul Skripsi	Variabel	Faktor	Indikator	Item	Item		
				+	-		
Pengaruh Permainan Olahraga Tradisional Bentengan Terhadap Motivasi Belajar Peserta Didik Dalam Pembelajaran PJOK di SMP Negeri 1 Sleman	Motivasi belajar peserta didik dalam mengikuti pembelajaran PJOK di SMP Negeri 1 Sleman	Faktor Intrinsik	Kesehatan	1,3	2		
			Perhatian	4,5			
			Minat	6,7,8			
			Bakat	9,10			
		Faktor Ekstrinsik	Metode (model) mengajar	11	12		
			Sarana dan Prasarana	13,14, 15			
			Kondisi Lingkungan	16,17			
			Materi Pembelajaran	18	19, 20		
			<b>Jumlah</b>			<b>20</b>	

## 2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah dengan melakukan observasi terlebih dahulu kemudian melakukan tes menggunakan tahapan tes awal (*pretest*), perlakuan (*treatment*), dan tes akhir (*posttest*). Berikut langkah-langkah pelaksanaan teknik pengumpulan data:

a. Observasi:

Peneliti melakukan observasi tak berstruktur menurut Sugiyono (2010, p. 228) observasi tidak berstruktur adalah observasi yang tidak dipersiapkan secara sistematis tentang apa yang akan diobservasi. Dalam melakukan pengamatan peneliti tidak menggunakan instrumen yang telah baku, tetapi hanya menggunakan rambu-rambu pengamatan. Penelitian ini melakukan observasi yang dilakukan selama kegiatan praktik kependidikan (PK) di SMP Negeri 1 Sleman selama 2,5 bulan mulai pada tanggal 13 Juli – 27 September 2023.

b. Tes

Penelitian ini menggunakan desain eksperimen semu (*quasi experiment*) dengan menggunakan *One-Group pretest-posttest design*.

1) Pelaksanaan *pretest*

Sebelum diberikan perlakuan (*treatment*) peserta didik diberikan *pretest* menggunakan angket motivasi, tujuan dilakukan untuk mengetahui motivasi belajar peserta didik dalam pembelajaran PJOK di SMP Negeri 1 Sleman.

2) Perlakuan (*treatment*)

Dalam penelitian ini *treatment* atau pemberian perlakuan dilakukan sebanyak 2 kali sesuai dengan jam pembelajaran



PJOK. Perlakuan (*treatment*) yang diberikan yaitu materi permainan olahraga tradisional bentengan.

Subyek dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas VII A SMP Negeri 1 Sleman yang berjumlah 32 peserta didik. Pembelajaran dilakukan di lapangan sekolah SMP Negeri 1 Sleman sesuai dengan jadwal pembelajaran yaitu pada hari jumat pukul 07.20 – 09.20.

### 3) Pelaksanaa *posttest*

Setelah pelaksanaan perlakuan (*treatment*) tahapan yang terakhir yaitu pemberian tes akhir (*posttest*) pada peserta didik. Bentuk angket pada tes akhir sama dengan tes awal yaitu menggunakan angket motivasi. Tujuan dilakukannya tes akhir (*posttest*) yaitu untuk mengetahui apakah terdapat peningkatan atau pengaruh dari sebelum diberikan perlakuan dan setelah diberikan perlakuan.

## **F. Validitas dan Reliabilitas**

Instrumen sebelum digunakan pengambilan data sebenarnya, angket yang telah disusun perlu dilakukan uji coba guna memenuhi alat sebagai pengumpulan data yang baik. Menurut Arikunto (2006, p. 92), bahwa tujuan diadakannya uji coba antara lain untuk mengetahui tingkat pemahaman responden akan instrumen penelitian dan mengetahui validitas dan reliabilitas instrument. Sebelum melakukan uji coba instrument, peneliti melakukan validasi ahli (*expert judgment*). Dosen validasi dalam penelitian

ini yaitu Bapak Dr. AM. Bandi Utama, M.Pd., dan Bapak Ahmad Rithaudin S.Pd.Jas., M.OR. Setelah melalui tahap *expert judgment* dari ahli, selanjutnya dilakukan uji coba instrumen yang dilaksanakan di SMP Negeri 1 Sleman di kelas VII A dengan jumlah responden sebanyak 32 siswa, tujuannya untuk mengetahui apakah instrumen baik atau tidak.

### **1. Validasi Instrumen**

Validasi instrumen dilakukan sebelum instrumen pengumpulan data digunakan, untuk memastikan bahwa alat tersebut mengukur apa yang sebenarnya di ukur (valid). Validalitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan sesuatu instrumen (Arikunto, S. 168). Hasil uji coba instrumen dihitung dengan cara menghitung koefisien korelasi antara skor setiap item skor dengan skor keseluruhan atau total item. Rumus yang digunakan untuk menghitungnya yaitu rumus korelasi *Product Moment*. Dalam penelitian perhitungannya menggunakan SPSS 25. Nilai  $r_{xy}$  yang diperoleh akan dikonsultasikan dengan harga *Product Moment* pada tabel dengan taraf signifikansi 0,05. Bila  $r_{xy} > r_{tab}$  maka item tersebut dinyatakan valid. Hasil uji validitas sebagai berikut:

**Tabel 2. Hasil Uji Coba Validitas Instrumen**

<b>Item Nomor</b>	<b>r-Hitung</b>	<b>r-Tabel</b>	<b>VALIDITAS</b>
1	0,395	0,338	Valid
2	0,629	0,338	Valid
3	0,158	0,338	Tidak Valid
4	0,141	0,338	Tidak Valid
5	0,704	0,338	Valid
6	0,674	0,338	Valid
7	0,567	0,338	Valid
8	0,714	0,338	Valid
9	0,388	0,338	Valid
10	0,658	0,338	Valid
11	0,881	0,338	Valid
12	0,568	0,338	Valid
13	0,471	0,338	Valid
14	-0,158	0,338	Tidak Valid
15	0,854	0,338	Valid
16	0,554	0,338	Valid
17	0,739	0,338	Valid
18	0,847	0,338	Valid
19	0,224	0,338	Tidak Valid
20	0,129	0,338	Tidak Valid

Berdasarkan tabel 2 di atas hasil uji validitas instrumen diperoleh data dari 20 butir yang diuji cobakan, setelah dilakukan perhitungan diketahui bahwa terdapat 5 butir yang tidak valid, yaitu butir nomor 4, 5, 14, 19, dan 20. Butir yang dinyatakan tidak valid selanjutnya tidak digunakan dalam penelitian, sehingga terdapat 15 butir yang digunakan dalam penelitian.

## **2. Reliabilitas**

Reliabilitas instrumen menunjuk pada satu pengertian bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpulan data karena instrumen tersebut sudah baik Arikunto (2006, p. 178). Analisis keterandalan hanya dilakukan pada butir yang

dinyatakan sah dan nuka semua butir yang belum diuji. Dalam penelitian ini untuk memperoleh reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach* dengan menggunakan bantuan SPSS 25. Hasil uji reliabilitas disajikan pada tabel berikut:

**Tabel 3. Hasil Uji Realiabilitas**

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.907	15

## G. Teknik Analisis Data

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, maka perlu dilakukan ujia persyaratan. Pengujian hasil data pengukuran yang berhubungan dengan hasil penelitian bertujuan untuk membantu analisis agar menjadi lebih baik. Untuk itu perlu dilakukan prasyarat terlebih dahulu:

### 1. Uji Prasyarat

#### a. Uji Normalitas

Uji nortmalita adalah mengadakan pengujian terhadap normal tidaknya data yang akan dianalisis. Pengujian yang dilakukan tergantung variabel yang akan dianalisis yang akan diolah. Uji normalitas akan dilakukan menggunakan *Kolmogorov-Smirnov Test* dengan menggunakan bantuan SPSS 25. Jika nilai *sig*  $> 0,05$  maka data normal, akan tetapi sebaliknya jika hasil analisis menunjukkan nila *Sig*  $< 0,05$  maka data tidak normal.

#### b. Uji Homogenitas

Disamping pengujian terhadap penyebaran nilai yang akan dianalisis, perlu uji homogenitas agar yakin bahwa kelompok-

kelompok yang membentuk sampel berasal dari populasi yang homogen. Uji homogenitas menggunakan uji F dari data *pretest* dan *posttest* dengan menggunakan bantuan program SPSS25

## 2. Uji Hipotesis

Setelah data terkumpul, maka langkah selanjutnya adalah menganalisis data tersebut. Teknik analisis data untuk menganalisis data eksperimen dengan model *pretest posttest design* adalah dengan menggunakan uji-t (*t-test*), yaitu dengan membandingkan *mean* antara kelompok *pretest* dan *posttest*. Apabila nilai t hitung lebih kecil dari t tabel, maka  $H_0$  ditolak, jika t hitung lebih besar dibanding t tabel maka  $H_0$  diterima. Uji hipotesis dalam penelitian ini peneliti menggunakan bantuan program SPSS 25.

## 3. Perhitungan Persentase Peningkatan

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui besarnya peningkatan motivasi peserta didik. Maka dilakukan perhitungan besarnya peningkatan sebelum dan sesudah perlakuan (*treatment*).

Menurut (Hadi, 1991) perhitungan persentase peningkatan dapat menggunakan rumus:

$$\text{Persentase} = \frac{\text{mean defferent}}{\text{mean pretest}} \times 100\%$$

$$\text{Mean defferent} = \text{mean posttest} - \text{mean pretest}$$

Keterangan :

*Mean defferent* : selisih rata-rata *pretest* dan *posttest*

*Mean pretest* : nilai rata-rata *pretest* (tes awal)

*Mean posttest* : nilai rata-rata *posttest* (tes akhir)

## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen semu (*quasi experiment*) dengan bentuk *one group pretest-posttest design*. Dalam penelitian ini, peneliti memperoleh data dari hasil *pretest* dan *posttest* yang dilakukan pada kelas eksperimen. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh permainan olahraga tradisional bentengan terhadap motivasi belajar peserta didik dalam pembelajaran PJOK di SMP Negeri 1 Sleman.

Berdasarkan hasil analisis jawaban peserta didik terhadap angket *pretest* dan *posttest* yang diberikan. Hasil dalam penelitian ini dapat diuraikan sebagai berikut:

#### 1. Hasil Pretest

**Tabel 4. Deskripsi Statistika Hasil Pretest**

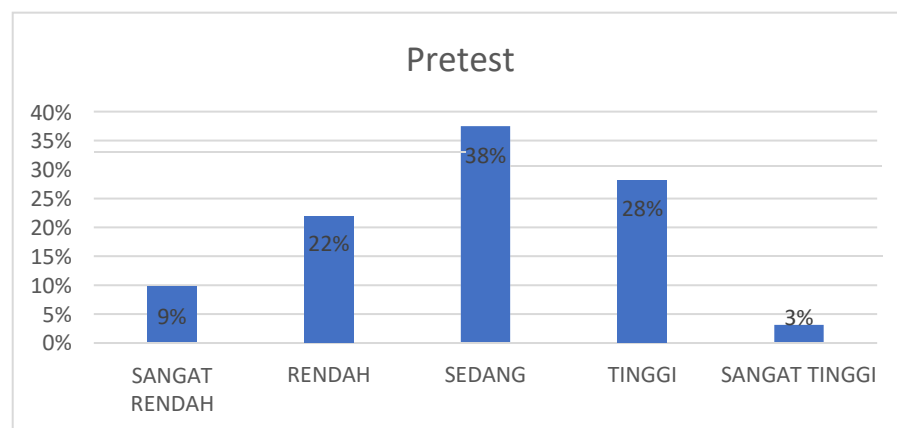
<i>Pretest</i>	<i>Mean</i>	<i>Median</i>	<b>Modus</b>	<b>Std. Dev</b>	<b>Skor Max</b>	<b>Skor Min</b>
	42,50	43	43	5,605	55	27

Berdasarkan tabel 4. Dapat dilihat hasil *pretest* dari angket motivasi belajar, didapat hasil *mean* sebesar 42,50, *median* 43, modus 43, nilai standar deviasi 5,605, nilai minimum 27 dan nilai maksimum 55.

**Tabel 5. Distribusi Frekuensi Hasil *Pretest***

Interval	Kategori	Frekuensi	Pesentase
$x < 34$	Sangat Rendah	3	9%
$35 < X \leq 40$	Rendah	7	22%
$41 < X \leq 45$	Sedang	12	38%
$46 < X \leq 51$	Baik	9	28%
$X > 52$	Sangat Baik	1	3%
JUMLAH		32	100%

Pada tabel 5. Hasil distribusi frekuensi dari data *pretest* motivasi belajar peserta didik diketahui sebanyak 3 peserta didik berada dalam sangat rendah (9%), 7 peserta didik dalam kategori rendah (22%), 12 peserta didik berada dalam kategori sedang (38%), 9 peserta didik berada dalam kategori baik (28%), dan 1 peserta didik dalam kategori sangat baik (3%). Data tersebut dapat dibuat ke dalam bentuk grafik histogram sebagai berikut.



**Gambar 3. Grafik Histogram Hasil *Pretest***

a. Faktor Intrinsik

**Tabel 6. Deskripsi Statistik Hasil *Pretest* Faktor Intrinsik**

No.	Keterangan	Hasil
1	<i>Mean</i>	22,38
2	<i>Median</i>	23
3	Mode	23
4	Minimum	16
5	Maksimum	29
6	Standar Deviasi	2,697

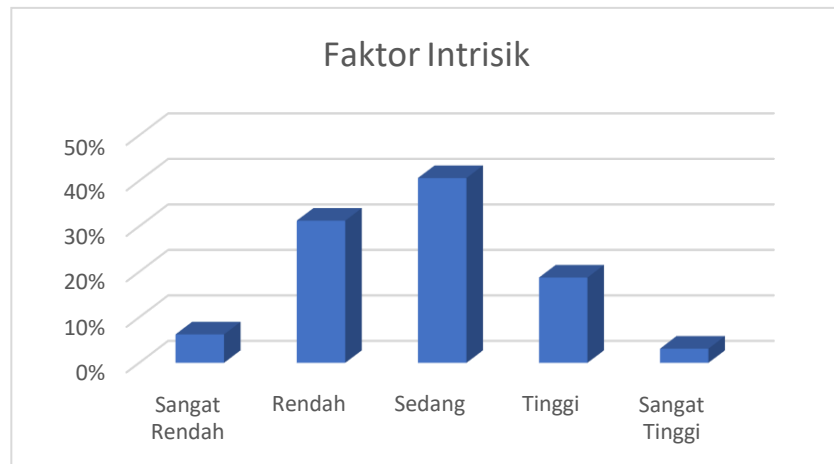
Berdasarkan Tabel. 6 dapat dilihat deskriptif statistikan *pretest* faktor intrinsik, dapat dilihat *mean* sebesar 22,38, *median* 23, modus 23, mimum 16, maksimum 29 dan standar deviasi 2,697.

**Tabel 7. Distribusi Frekuensi Hasil *Pretest* Faktor Intrinsik**

Interval	Kategori	Frekuensi	Presentase
< 18	Sangat Rendah	3	9%
$19 < X \leq 21$	Rendah	7	22%
$22 < X \leq 24$	Sedang	16	50%
$25 < X \leq 26$	Baik	5	16%
> 27	Sangat Baik	1	3%
JUMLAH		32	100%

Pada tabel 7. Hasil distribusi frekuensi dari data *pretest* berdasarkan faktor intrinsik motivasi belajar peserta didik diketahui sebanyak 3 peserta didik berada dala, sangat rendah (9%), 7 peserta didik dalam kategori rendah (22%), 16 peserta didik berada dalam kategori sedang (50%), 5 peserta didik berada dalam kategori baik (16%), dan 1 peserta didik dalam kategori sangat baik (3%). Data tersebut dapat dibuat ke dalam bentuk grafik histogram sebagai berikut.





Gambar 4. Grafik Histogram Hasil *Pretest* Faktor Intrinsik

**b. Faktor Ekstrinsik**

**Tabel 8. Deskripsi Statistik Hasil *Pretest* Faktor Ekstrinsik**

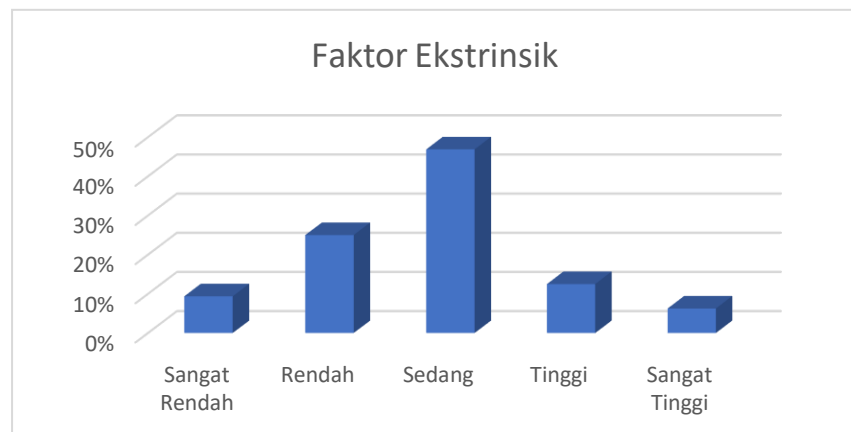
No.	Keterangan	Hasil
1	<i>Mean</i>	20,13
2	<i>Median</i>	21
3	Mode	21
4	Minimum	11
5	Maksimum	26
6	Standar Deviasi	3,250

Berdasarkan Tabel. 8 dapat dilihat deskriptif statistikan *pretest* faktor ekstrinsik, dapat dilihat *mean* sebesar 20,13, *median* 21, modus 21, mimum 11, maksimum 26 dan standar deviasi 2,250.

**Tabel 9. Distribusi Frekuensi Hasil *Pretest* Faktor Ekstrinsik**

Interval	kategori	Frekuensi	Presentase
< 15	Sangat Rendah	3	9%
$16 < X \leq 19$	Rendah	8	25%
$20 < X \leq 22$	Sedang	15	47%
$23 < X \leq 25$	Baik	4	13%
> 26	Sangat Baik	2	6%
JUMLAH		32	100%

Pada tabel 9. Hasil distribusi frekuensi dari data *pretest* berdasarkan faktor ekstrinsik motivasi belajar peserta didik diketahui sebanyak 3 peserta didik berada dalam kategori sangat rendah (9%), 8 peserta didik dalam kategori rendah (25%), 15 peserta didik berada dalam kategori sedang (47%), 4 peserta didik berada dalam kategori baik (13%), dan 2 peserta didik dalam kategori sangat baik (6%). Data tersebut dapat dibuat ke dalam bentuk grafik histogram sebagai berikut.



Gambar 5. Histogram Hasil *Pretest* Faktor Ekstrinsik

## 2. Hasil Posttest

Tabel 10. Deskripsi Statistika Hasil *Posttest*

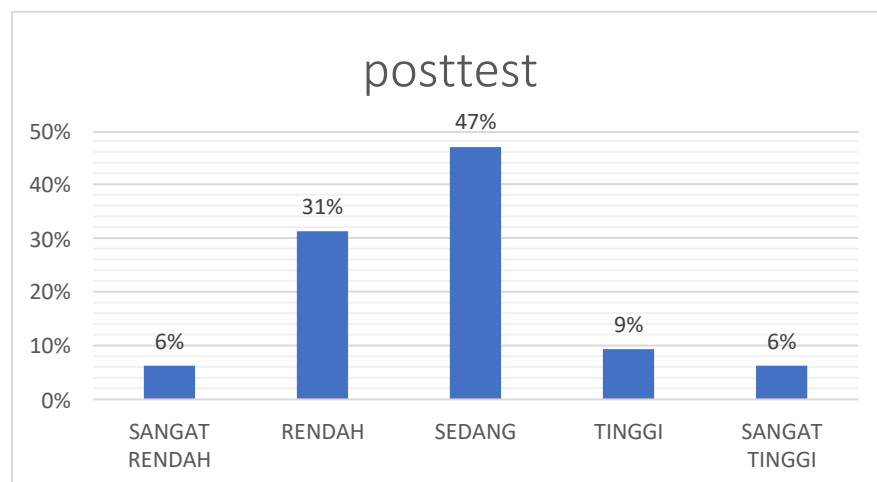
<i>Pretest</i>	<i>Mean</i>	<i>Median</i>	<i>Modus</i>	<i>Std. Dev</i>	<i>Skor Min</i>	<i>Skor Max</i>
	46,9375	47	45	3,835	39	56

Berdasarkan tabel 10. Dapat dilihat hasil *pretest* motivasi belajar peserta didik didapat hasil *mean* sebesar 46,94, *median* 47, modus 45, nilai standar deviasi 3,835, nilai minimum 39 dan nilai maksimum 56.

**Tabel 11. Dsistribusi Frekuensi Hasil *Posttest***

Interval	Kategori	Frekuensi	Pesentase
$x < 41$	Sangat Rendah	2	6%
$42 < X \leq 45$	Rendah	10	31%
$46 < X \leq 49$	Sedang	15	47%
$50 < X \leq 53$	Baik	3	9%
$X > 54$	Sangat Baik	2	6%
JUMLAH		32	100%

Pada tabel 11. Hasil distribusi frekuensi dari data *posttest* skala motivasi belajar peserta didik diketahui sebanyak 2 peserta didik berada dalam kategori sangat rendah (6%), 10 peserta didik dalam kategori rendah (31%), 15 peserta didik berada dalam kategori sedang (47%), 3 peserta didik berada dalam kategori baik (9%), dan 2 peserta didik dalam kategori sangat baik (6%). Data tersebut dapat dibuat ke dalam bentuk grafik histogram sebagai berikut.



**Gambar 6. Grafik Histogram Hasil *Posttest***

a. Faktor Intrinsik

**Tabel 12. Deskripsi Statistik Hasil *Posttest* Faktor Intrinsik**

No.	Keterangan	Hasil
1	<i>Mean</i>	24,91
2	<i>Median</i>	25
3	Mode	26
4	Minimum	20
5	Maksimum	30
6	Standar Deviasi	2,401

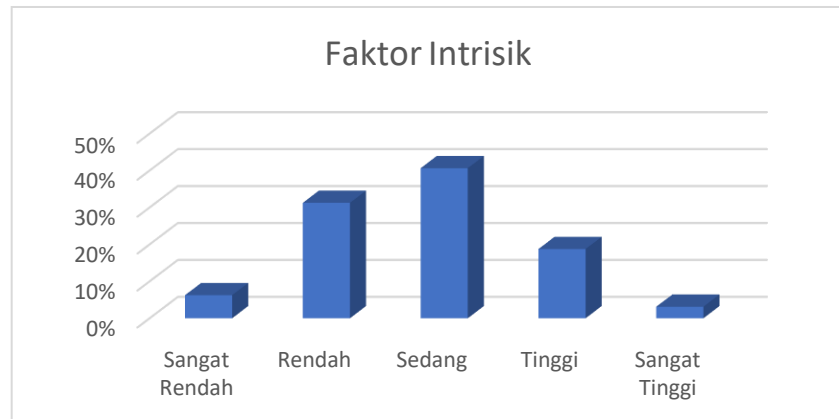
Berdasarkan Tabel. 12 dapat dilihat deskriptif statistikan *posttest* faktor ekstrinsik, dapat dilihat *mean* sebesar 24,91, *median* 25, modus 26, mimum 20, maksimum 30 dan standar deviasi 2,401.

**Tabel 13. Distribusi Frekuensi Hasil *Posttest* Faktor Intrinsik**

Interval	Kategori	Frekuensi	Pesentase
< 21	Sangat Rendah	2	6%
$22 < X \leq 24$	Rendah	10	31%
$25 < X \leq 26$	Sedang	13	41%
$27 < X \leq 29$	Baik	6	19%
> 30	Sangat Baik	1	3%
JUMLAH		32	100%

Pada tabel 13. Hasil distribusi frekuensi dari data *posttest* berdasarkan faktor intrinsik skala motivasi belajar peserta didik diketahui sebanyak 2 peserta didik berada dalam kategori sangat rendah (6%), 10 peserta didik dalam kategori rendah (31%), 13 peserta didik berada dalam kategori sedang (41%), 6 peserta didik berada dalam kategori baik (19%), dan 1 peserta didik dalam

kategori sangat baik (3%). Data tersebut dapat dibuat ke dalam bentuk grafik histogram sebagai berikut.



Gambar 7. Grafik Histogram Hasil *Posttest* Faktor Intrinsik

#### b. Faktor Ekstrinsik

**Tabel 14. Deskripsi Statistik Hasil *Posttest* Faktor Ekstrinsik**

No.	Keterangan	Hasil
1	<i>Mean</i>	22,03
2	<i>Median</i>	21,50
3	Mode	21
4	Minimum	19
5	Maksimum	26
6	Standar Deviasi	1,769

Berdasarkan Tabel. 14 dapat dilihat deskriptif statistikan *posttest* berdasarkan faktor ekstrinsik, dapat dilihat *mean* sebesar 22,03, *median* 21,50, modus 21, mimum 19, maksimum 26 dan standar deviasi 1,769.

**Tabel 15. Distribusi Frekuensi Hasil *Posttest* Faktor Ekstrinsik**

Interval	Kategori	Frekuensi	Pesentase
$< 19$	Sangat Rendah	2	6%
$20 < X \leq 21$	Rendah	14	44%
$22 < X \leq 23$	Sedang	10	31%
$24 < X \leq 25$	Baik	4	13%
$> 25$	Sangat Baik	2	6%
JUMLAH		32	100%

Pada tabel 15. Hasil distribusi frekuensi dari data *posttest* berdasarkan faktor ekstrinsik skala motivasi belajar peserta didik diketahui sebanyak 2 peserta didik berada dalam kategori sangat rendah (6%), 14 peserta didik dalam kategori rendah (44%), 10 peserta didik berada dalam kategori sedang (31%), 4 peserta didik berada dalam kategori baik (13%), dan 2 peserta didik dalam kategori sangat baik (6%). Data tersebut dapat dibuat ke dalam bentuk grafik histogram sebagai berikut.



**Gambar 8. Histogram Data Hasil *Posttest* Faktor Ekstrinsik**

### 3. Peningkatan Motivasi Belajar

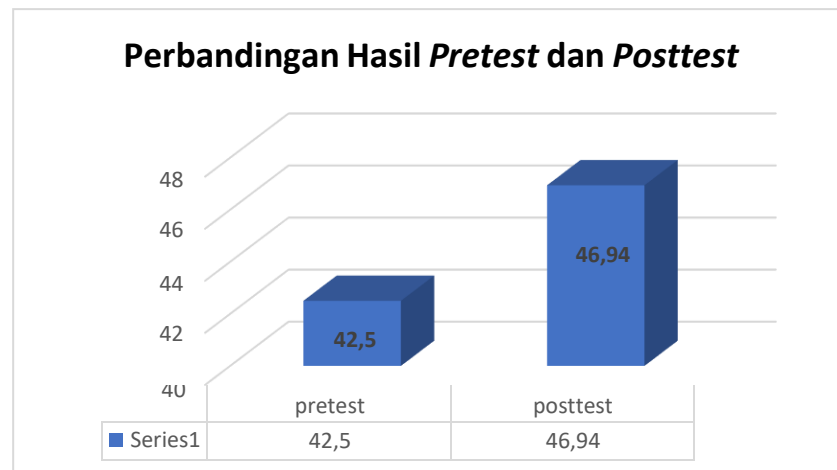
**Tabel 16. Deskripsi Statistik Data Hasil *Pretest* dan *Posttest***

	Mean	selisih	Median	Modus	Std. dev	Skor Min	Skor Max
<i>Pretest</i>	42,50	4,44	43,00	43	5,605	27	55
<i>Posttest</i>	46,94		47	45	3,835	39	56

Berdasarkan penjabaran table di atas, hasil penelitian yang diperoleh bahwa data hasil *pretest* dengan *mean* 42,50 *median* 43 *modus* 43, nilai minimum 27, nilai maksimum 55, dan standar deviasi 5,605 sedangkan data hasil *posttest* dengan *mean* 46,94, *median* 47, *modus* 45, nilai minimum 39, nilai maksimum 56 dan standar deviasi 3,835.

Nilai rata-rata *pretest* motivasi peserta didik dalam mengikuti pembelajaran PJOK sebesar 42,50, sedangkan nilai rata-rata *posttest* adalah 46,94. Hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai rata-rata *posttest* motivasi peserta didik dalam pembelajaran PJOK melalui permainan olahraga tradisional meningkat dengan selisih 4,4. Berikut adalah grafik histogram nilai rata-rata *pretest* dan *posttest* motivasi peserta didik

dalam pembelajaran PJOK melalui pembelajaran permainan olahraga tradisional bentengan.



Gambar 9. Grafik Histogram Hasil *Pretest* dan *Posttest*

Berdasarkan pada gambar 8. Grafik menunjukkan peningkatan hasil motivasi belajar peserta didik dengan rata-rata yang di peroleh pada saat *pretest* adalah 42,5 dan rata-rata yang diperoleh pada saat *posttest* adalah 46,94. Berdasarkan hasil tersebut mendapatkan selisih sebesar 4,44 setelah peserta didik diberikan permainan olahraga tradisional bentengan.

## B. Hasil Uji Prasyarat

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, maka perlu dilakukan ujia persyaratan. Pengujian hasil data pengukuran yang berhubungan dengan hasil penelitian bertujuan untuk membantu analisis agar menjadi lebih baik. Untuk itu perlu dilakukan prasyarat terlebih dahulu:



## 1. Uji Normalitas

Uji normalitas diujikan pada masing-masing data penelitian yaitu data *pretest* dan *posttest*. Uji normalitas dilakukan menggunakan rumus *Kolmogrov Smirnov* dengan program SPSS 25. Data dikatakan distribusi normal apabila nilai signifikansi yang diperoleh lebih besar dari 0,05 ( $Sig > 0,05$ ). Hasil uji normalitas pada table di bawah ini:

**Tabel 17. Hasil Perhitungan Uji Normalitas**

<b>Kelompok</b>	<b>Statistic</b>	<b>Sig.</b>	<b>Keterangan</b>
<i>Pretest</i>	0,140	0,111	Normal
<i>Posttest</i>	0,139	0,119	Normal

Berdasarkan tabel di atas diperoleh bahwa semua data penelitian mempunyai nilai *Signifikansi* atau nilai *probability* lebih besar dari 0,05. Dari kelompok *pretest* dan *posttest* sebesar 0,111 dan 0,119. Karena nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 ( $Sig > 0,05$ ), maka hipotesis yang menyatakan sampel berasal dari populasi berdistribusi normal diterima. Dengan demikian bahwa distribusi normalitas terpenuhi.

## 2. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui kesamaan variansi, atau untuk menguji bahwa data yang diperoleh berasal dari populasi yang homogen. Uji homogenitas dilakukan pada kedua kelompok data yang hendak diuji beda. Uji homogenitas dalam penelitian ini menggunakan *Levene Statistik*. Kriteria mengambil Keputusan diterima

apabila nilai-nilai signifikan lebih besar dari 0,5 ( $Sig > 0,05$ ). Berikut adalah hasil uji homogenitas yang diperoleh.

**Tabel 18. Hasil Uji Homogenitas**

<b>Kelompok</b>	<b>Leven Statistik</b>	<b>Sig.</b>	<b>Keterangan</b>
<i>Pretest</i>	2,152	0,147	Homogen
<i>Posttest</i>			

Berdasarkan tabel di atas, hasil uji homogenitas variabel penelitian diketahui nilai *Levene* Statistik sebesar 2,152, sedangkan nilai *Signifikansi* lebih besar dari 0,05 yaitu sebesar 0,147. Karena harga ( $Sig > 0,05$ ). Dengan demikian maka dapat disimpulkan bahwa kelas varians data dalam penelitian ini adalah homogen, artinya analisis data dapat dilanjutkan dengan statistic parametrik.

### 3. Uji Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah “ada pengaruh Permainan Olahraga Tradisional Bentengan Terhadap Motivasi Belajar Peserta Didik Dalam Pembelajaran PJOK di SMP Negeri 1 Sleman”. Kesimpulan dari penelitian dinyatakan signifikan jika nilai  $t_{hitung} > t_{tabel}$  dan nilai *sig* lebih kecil dari 0,05 ( $sig < 0,05$ ). Berdasarkan hasil analisis diperoleh data sebagai berikut.

**Tabel 19. Hasil Uji-t *Pretest* dan *Posttest***

<b>Variabel</b>	<b>Mean</b>	<b>T<sub>hitung</sub></b>	<b>df</b>	<b>T<sub>tabel</sub></b>	<b>Sig.</b>	<b>Keterangan</b>
<i>Pretest</i>	42,50	-3,913	32	1,694	0,000	Singnifikan
<i>Posttest</i>	46,937					

Berdasarkan tabel di atas, hasil dari uji-t dapat dilihat bahwa nilai  $t_{hitung}$  -3,913 dan  $t_{tabel}$  pada  $dk (0,05) (32)$  sebesar 1,694 dengan nilai signifikansi  $p$  sebesar 0,000. Oleh karena  $t_{hitung} -3,91 > t_{tabel} 1,694$ , dan nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$ , maka hasil ini menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan. Dengan demikian hipotesis alternatif  $H_a$  yang berbunyi “ada pengaruh permainan olahraga tradisional bentengan terhadap motivasi belajar peserta didik dalam pembelajaran PJOK di SMP Negeri 1 Sleman, diterima.

#### 4. Perhitungan Presentase Peningkatan

Berdasarkan perhitungan rata-rata *pretest* dan *posttest* hasil motivasi belajar peserta didik dapat dihitung peningkatan motivasi belajar peserta didik SMP Negeri 1 Sleman, berikut rumus yang digunakan dalam penelitian ini:

$$Persentase = \frac{\text{mean defferent}}{\text{mean pretest}} \times 100\%$$

$$\text{Mean defferent} = \text{mean posttest} - \text{mean pretest}$$

Hasil rata-rata yang diperoleh dalam data *pretest* sebesar 42,50 dan hasil rata-rata yang diperoleh dalam data *posttest* sebesar 46,94. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat diketahui persentase peningkatan dalam penelitian ini adalah

$$\begin{aligned} \text{Persentase Peningkatan} &= \frac{46,94-42,50}{42,50} \times 100\% \\ &= 10,45\% \end{aligned}$$

Berdasarkan perhitungan tersebut diperoleh hasil persentase peningkatan sebesar 10,45% yang berarti dapat dibuktikan jika

permainan olahraga tradisional bentengan dapat meningkatkan motivasi belajar peserta didik SMP Negeri 1 Sleman.

### **C. Pembahasan**

Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh permainan olahraga tradisional bentengan terhadap motivasi belajar peserta didik di SMP Negeri 1 Sleman. Pemberian materi permainan olahraga tradisional bentengan pada saat pembelajaran PJOK bertujuan untuk meningkatkan motivasi peserta didik dalam mengikuti pembelajaran PJOK.

Berdasarkan pelaksanaan penelitian pada saat pemberian materi permainan olahraga tradisional bentengan peserta didik merasa senang dan termotivasi dalam mengikuti pembelajaran, yang semulanya mereka merasa cepat jenuh dan bosan selain itu sering meminta untuk istirahat, duduk dan berteduh di bawah pohon. Namun, ketika diberikan permainan olahraga tradisional bentengan peserta didik lebih antusias dan semangat mengikuti kegiatan pembelajaran dikarenakan dilakukan dengan suasana yang berbeda dari biasanya.

Keberhasilan proses belajar mengajar dapat dipengaruhi oleh motivasi belajar, tingginya motivasi belajar yang dimiliki setiap peserta didik akan mempermudah dan memberikan arahan pada saat kegiatan pembelajaran sehingga tujuan pembelajaran tercapai secara optimal (Cynthia *et. al.*, 2016). Motivasi didasari dari faktor dari dalam individu (intrinsik) dimana setiap individu memiliki tujuan dan target yang ingin

dicapai, sedangkan faktor ekstrinsik dari luar individu muncul disebabkan adanya pengaruh dari luar seperti kegiatan pembelajaran.

Selain itu, pemberian permainan olahraga tradisional dapat digunakan untuk meningkatkan motivasi peserta didik dalam kegiatan pembelajaran. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Kurniawan *et al.*, 2023) membuktikan bahwa dengan memberikan permainan olahraga tradisional dapat meningkatkan motivasi peserta didik sebesar 57,74% yang artinya dengan pemberian permainan olahraga tradisional dapat mempengaruhi motivasi belajar peserta didik.

Melihat hasil yang diperoleh dalam penelitian ini menunjukkan bahwa tujuan dari pemberian materi permainan olahraga tradisional bentengan telah tercapai yaitu setelah pemberian permainan olahraga tradisional bentengan kepada peserta didik terdapat peningkatan motivasi. Hal ini sebabkan karena permainan olahraga tradisional bentengan memiliki karakteristik aktivitas gerak yang banyak. Dimana permainan merupakan model pendekatan dalam pembelajaran yang banyak digunakan sebagai pembelajaran kepada anak, hal ini didasari oleh karakteristik anak yang sebagian besar gemar bermain.

Adapun faktor yang mempengaruhi peningkatan motivasi belajar peserta didik yaitu pemberian permainan olahraga tradisional bentengan yang dilakukan sebanyak 2 kali pertemuan selama kegiatan pembelajaran.

Perlakuan diberikan menyesuaikan jam pembelajaran PJOK di SMP Negeri

1 Sleman

Hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti terdapat peningkatan rata-rata data *pretest* dan *posttest* hasil motivasi belajar peserta didik dengan memperoleh rata-rata *pretest* sebesar 42,50 kemudian setelah diberikan perlakuan materi permainan olahraga tradisional bentengan terjadi peningkatan pada perolehan rata-rata *posttest* sebesar 46,94. Berdasarkan faktor intrinsik dan ekstrinsik motivasi peserta didik menunjukkan bahwa nilai rata-rata *pretest* faktor intrinsik sebesar 22,38 dan faktor ekstrinsik sebesar 20,13, sedangkan nilai *posttest* faktor intrinsik sebesar 24,91 dan faktor ekstrinsik sebesar 22,03. Maka dapat dikatakan bahwa peningkatan motivasi belajar peserta didik SMP Negeri 1 Sleman setelah diberikan perlakuan materi permainan olahraga tradisional yaitu sebesar 4,44 yang menjadi faktor dominannya adalah faktor intrinsik.

Selain itu, berdasarkan hasil analisis uji-t dengan nilai  $t_{hitung} (-3,923) > tabel_{(0,05)32}(1,694)$  dan  $P(0,000) < \alpha (0,05)$ . Hasil analisis menunjukkan probabilitas berdasarkan hasil analisis tersebut  $H_a$ : diterima dan  $H_o$ : ditolak. Berdasarkan kriteria pengujian apabila  $H_a$  diterima, hipotesisnya berbunyi “Ada pengaruh yang signifikan permainan olahraga tradisional bentengan terhadap motivasi belajar peserta didik dalam pembelajaran PJOK di SMP Negeri 1 Sleman”. Berdasarkan hasil penelitian tersebut maka dapat dikatakan bahwa pemberian permainan olahraga tradisional bentengan berpengaruh signifikan terhadap peningkatan motivasi peserta didik SMP Negeri 1 Sleman dengan presentase peningkatan sebesar 10,45%.

#### **D. Keterbatasan Penelitian**

Peneliti berusaha semaksimal mungkin guna memenuhi segala ketentuan yang diprasyaratkan, namun bukan berarti penelitian ini tanpa kelemahan dan kekurangan. Beberapa kelemahan dan kekurangan yang didapatkan dikemukakan disini antara lain:

1. Dalam proses penelitian pada rentang waktu yang singkat digunakan selama penelitian sehingga, apabila pelaksanaan penelitian lebih lama dilaksanakan maka dapat dipastikan hasil yang diperoleh akan lebih baik dari hasil yang didapatkan saat ini.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis data, pengujian hipotesis dan pembahasan yang telah dikemukakan pada bab sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh permainan olahraga tradisional bentengan terhadap motivasi belajar peserta didik di SMP Negeri 1 Sleman dalam pembelajaran PJOK. dilihat dari rata-rata *pretest* sebesar 42,50 dan data rata-rata *posttest* sebesar 46,94 diperoleh hasil peningkatan motivasi sebesar 4,44. Adapun uji bedanya sebesar  $t_{hitung} (-3,923) > tabel_{(0,05)32}(1,694)$  dan  $P(0,000) < \alpha (0,05)$  dengan demikian, hasil pemberian materi permainan olahraga tradisional bentengan memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan motivasi belajar peserta didik di SMP Negeri 1 Sleman dengan peningkatan motivasi sebesar 10,45% dibandingkan sebelum diberikan perlakuan *treatment*.

#### **B. Implikasi**

Bedasarkan kesimpulan di atas, hasil penelitian ini mempunyai implikasi yaitu:

1. Dengan diketahui motivasi peserta didik kelas VII A dalam mengikuti pembelajaran PJOK di SMP Negeri 1 Sleman dapat digunakan untuk mengetahui motivasi peserta didik dalam pembelajaran PJOK di sekolah lain.



2. Peserta didik semakin paham mengenai permainan olahraga tradisional bentengan dalam pembelajaran PJOK, sehingga peserta didik dapat lebih meningkatkan pemahamannya mengenai kesadaran permainan olahraga tradisional.
3. sebagai bahan evaluasi bagi guru untuk meningkatkan kualitas pembelajaran PJOK termasuk dalam materi permainan olahraga tradisional

### **C. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka peneliti memherikan saran sebagai berikut:

1. Bagi guru diharapkan mampu meningkatkan motivasi peserta didik dalam pembelajaran melalui permainan olahraga tradisional salah satunya yaitu bentengan berdasarkan hasil penelitian ini untuk meningkatkan kualitas pembelajaran PJOK, selain itu memperhatikan faktir-faktor yang mempengaruhi motivasi peserta didik yaitu intrinsik dan ekstrinsik.
2. Bagi peneliti selanjutnya, dapat menambahkan variabel lain untuk dapat mengontrol dan membandingkan dengan pertmainan olahraga tradisional lainnya sehingga dapat terdefinisikan lebih luas lagi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Achroni. (2012). *Mengoptimalkan Tumbuh Kembang Anak Melalui Permainan Tradisional*. Yogyakarta: Javalitera
- Adhennin, A. (2020). Pengaruh Permainan Sirkuit Terhadap Motivasi Siswa Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 7(3)
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arsyad, A., Sulfemi, W. B., & Fajartriani, T. (2020). Penguatan Motivasi Shalat Dan Karakter Peserta Didik Melalui Pendekatan Pembelajaran Kontekstual Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam. *POTENSIA: Jurnal Kependidikan Islam*, 6(2), 185–204.
- BSNP. (2006). *Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan*. Jakarta. BSNP.
- Cynthia, L. C., Martono, T., & Indriayu, M. (2016). Pengaruh Fasilitas Belajar dan Motivasi Belajar Terhadap Prestasi Belajar Mata Pelajaran Ekonomi Siswa Kelas XII IS di SMA Negeri 5 Surakarta. *Jurnal Pendidikan Bisnis Dan Ekonomi*, 1(2), 1–20.
- Danarjati. (2013). *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Dimiyati & Mudjiono. (2002). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Fad, A. (2014). *Kumpulan permainan anak tradisional Indonesia*. Cerdas Interaktif (Penebar Swadaya Grup).
- Hadi, S. (1991). *Analisis Butir untuk Instrumen* (Edisi Pert). Andi Offset.
- Hamalik, O. (2005). *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Hastjarjo, D. (2008). Ringkasan Buku *QUASI-EXPERIMENTATION: DESIGN ANALYSIS ISSUE FOR FIELD SET*. Houghton Mifflin Company: Boston
- Kurniawan, Andria Ridha, Anung Priambodo, and Advendi Kristiyandaru. "Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Motivasi Belajar." *Bravo's: Jurnal Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan* 11.2 (2023): 196-203.
- Kurniawan, A.W., Priambodo, A., & Kristiyandaru, A. (2019). *Oalahraga dan Permainan Tradisional*. Wineka Media.

- Lutan, R. (2000). *Strategi Pembelajaran Penjas*. Jakarta: Universitas Terbuka
- Mulyasa, E. (2002). *Prinsip-prinsip dan Teknik Evaluasi Pengajaran*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Nasution W.N., (2018). *Pengaruh Strategi Pembelajaran dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Pendidikan Agama Islam (PAI)*. Perdana Publishing.
- Pane, A., & Dasopang, M. D. (2017). Belajar dan Pembelajaran. *Fitrah: Jurnal Kajian Ilmu-Ilmu Keislaman.*, 3(2), 333-352.
- Paturusi, A. (2012). *Manajemen Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prasetio, P. A., & Praramdana, G. K. (2020). Gobak Sodor dan Bentengan sebagai Permainan Tradisional dalam Pembelajaran Penjasorkes Berbasis Karakter pada Sekolah Dasar. *Pedagogi: Jurnal Penelitian Pendidikan*, 7(1).
- Prayitno, E. (2003). *Motivasi dalam Belajar*. Jakarta: Depdikbud.
- Republik Indonesia. (2003). *Undang-undang RI Nomor 20, Tahun 2003*, tentang Sistem Pendidikan Nasional.
- Samsudin. (2014). *Media Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Jakarta ; Prenada Permara Grup.
- Sardiman, A.M. (2006). *Interaksi dan Motivasi Belajar-Mengajar*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada inggih.
- Shadish, W. R., & Cook, T. D., & Campbell, D. T. (2002). *Experimental and Quasi-Experimental Designs For Generalized Causal Inference*. Houghton Mifflin Co: Boston.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Tindakan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.
- Soegiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta
- Sukintaka. (2004). *Teori Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta: Esa Grafika.
- Syah, M. *Psikologi Pendidikan Dengan Pendekatan Terbaru*. Bandung: Rosdakarya, 2010.

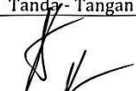







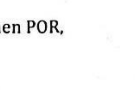
- Ulfah, A. (2015). Motivasi Mahasiswa Memilih Program Studi PGSD. *Dinamika Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 7(2)
- Uno, H, B., (2006), *Teori Motivasi dan Pengukurannya Analisis Di Bidang Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Widaty, C., Apriati, Y., Mektika, T., & Asmin, E. (2021). Pergeseran Permainan Tradisional Menjadi Permainan Virtual Sebagai Dampak Pandemi Covid- 19 Di Kota Banjarmasin. *PADARINGAN (Jurnal Pendidikan Sosiologi Antropologi)*, 3(2), 390-401.

# LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Bimbingan Tugas Akhir Skripsi

**KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR SKRIPSI**

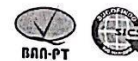
Nama Mahasiswa : SITI QHUSAIPA YUSUF  
 NIM : 20601291020  
 Program Studi : PJKP  
 Pembimbing : Dr. AM Bandi Utama, M.Pd.

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda Tangan
1	9/01/2024	Konsultasi / BAB I-III	
2	15/02/2024	Revisi B 1-3	
3	22/02/2024	instrumen	
4	24/02/2024	revisi instrumen	
5	27/02/2024	ACC instrumen / validasi instrumen	
6	28/02/2024	ACC pendirian	
7	29/03/2024	lanjut pengolahan data	
8	03/04/2024	lanjut bab V dan lampiran	
9	23/04/2024	ACC ujian T.A.S	

Ketua Departemen POR,



Dr. Ngatman, M.Pd.  
 NIP. 19670605 199403 1 001



## Lampiran 2. Surat Permohonan Validasi

Hal : Permohonan Validasi Instrumen TA  
Lampiran : 1 Bendel

Kepada Yth.  
**Bapak Ahmad Rithaudin S.Pd.Jas., M.Or.**  
Dosen Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
di Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan

Sehubungan dengan pelaksanaan Tugas Akhir (TA), dengan ini saya:

Nama : Sitti Qhusaifa Yusuf  
NIM : 20601241020  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Judul : Pengaruh Permainan Olahraga Tradisional Bentengan Terhadap  
Motivasi Peserta Didik Dalam Pembelajaran PJOK di SMP Negeri 1  
Sleman

Dengan hormat mohon Bapak/Ibu berkenan memberikan validasi terhadap instrumen penelitian TA yang telah saya susun. Sebagai bahan pertimbangan, bersama ini saya lampirkan: (1) Proposal TA, (2) Kisi-Kisi instrumen penelitian TA, (3) draft instrumen penelitian TA.

Dengan permohonan saya, atas bantuan dan perhatian Bapak/Ibu diucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 27 Februari 2014  
Permohonan,



Sitti Qhusaifa Yusuf  
NIM. 20601241020

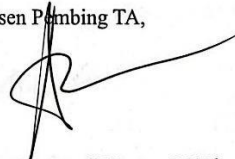
Mengetahui,

Koorprodi,



Dr. Ngatman, M.Pd.  
NIP. 19670605 199403 1 001

Dosen Pembimbing TA,



Dr. AM. Bandi Utama, M.Pd.  
NIP. 19600410 198903 1 002

**SURAT PERNYATAAN VALIDASI  
INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AKHIR**

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

NAMA : Ahmad Rithaudin S.Pd.Jas., M.Or.  
NIP : 19810125 200604 1 001  
Jurusan : Pendidikan Olahraga

Menyatakan bahwa instrumen penelitian TA atas nama mahasiswa:

Nama : Sitti Qhusaifa Yusuf  
NIM : 20601241020  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Judul TA : Pengaruh Permainan Olahraga Tradisional Bentengan Terhadap  
Motivasi Peserta Didik Dalam Pembelajaran PJOK di SMP Negeri 1 Sleman

Setelah dilakukan kajian di atas instrumen penelitian TA tersebut dapat dinyatakan:

Layak digunakan untuk penelitian

Layak digunakan dengan revisi

Tidak layak digunakan untuk penelitian yang bersangkutan dengan catatan dan saran/perbaikan sebagaimana terlampir.

Demikian agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, <sup>28-2-2024</sup>.....

Validator,



Ahmad Rithaudin S.Pd.Jas., M.Or.  
NIP. 19810125 200604 1 001



Nama Mahasiswa : Sitti Qhusaifa Yusuf

NIM : 20601241020

Judul TA : PENGARUH PERMAINAN OLAHRAGA TRADISIONAL  
BENTENGAN TERHADAP MOTIVASI PESERTA DIDIK DALAM PEMBELAJARAN  
PJOK DI SMP NEGERI 1 SLEMAN

No.	Variabel	Saran/Tanggapan
1		Pernyataan di spesifikasi ke arah pemb. perm tradisional
2		hilangkan opsi jawaban, ragu
	Komentar Umum/Lain-lain:	

Yogyakarta,.....

Validator,



Ahmad Rithaudin S.Pd.Jas., M.Or.  
NIP. 19810125 200604 1 001

Hal : Permohonan Validasi Instrumen TA  
Lampiran : 1 Bendel

Kepada Yth.

**Bapak Dr. AM. Bandi Utama, M.Pd.**

Dosen Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
di Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan

Sehubung dengan pelaksanaan Tugas Akhir (TA), dengan ini saya:

Nama : Sitti Qhusaifa Yusuf  
NIM : 20601241020  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Judul : Pengaruh Permainan Olahraga Tradisional Bentengan Terhadap  
Motivasi Peserta Didik Dalam Pembelajaran PJOK di SMP Negeri 1 Sleman

Dengan hormat mohon Bapak/Ibu berkenan memberikan validasi terhadap instrumen penelitian TA yang telah saya susun. Sebagai bahan pertimbangan, bersama ini saya lampirkan: (1) Proposal TA, (2) Kisi-Kisi instrumen penelitian TA, (3) draft instrumen penelitian TA.

Dengan permohonan saya, atas bantuan dan perhatian Bapak/Ibu diucapkan terima kasih.

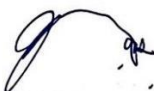
Yogyakarta, ~~27~~ Februari, 2024  
Permohonan,



Sitti Qhusaifa Yusuf  
NIM. 20601241020


Mengetahui,

Koorprodi,



Dr. Ngatman, M.Pd.  
NIP. 19670605 199403 1 001

Dosen Pembing TA,



Dr. AM. Bandi Utama, M.Pd.  
NIP. 19600410 198903 1 002

**SURAT PERNYATAAN VALIDASI  
INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AKHIR**

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

NAMA : Dr. AM. Bandi Utama, M.Pd.

NIP : 19600410 198903 1 002

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Menyatakan bahwa instrumen penelitian TA atas nama mahasiswa:

Nama : Sitti Qhusaifa Yusuf

NIM : 20601241020

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Judul TA : Pengaruh Permainan Olahraga Tradisional Bentengan Terhadap

Motivasi Peserta Didik Dalam Pembelajaran PJOK di SMP Negeri 1 Sleman

Setelah dilakukan kajian di atas instrumen penelitian TA tersebut dapat dinyatakan:

Layak digunakan untuk penelitian

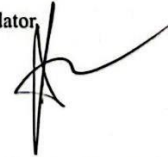
Layak digunakan dengan revisi

Tidak layak digunakan untuk penelitian yang bersangkutan dengan catatan dan saran/perbaikan sebagaimana terlampir.

Demikian agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta,.....

Validator,



Dr. AM. Bandi Utama, M.Pd.

NIP. 19600410 198903 1 002

**SURAT PERNYATAAN VALIDASI  
INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AKHIR**

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

NAMA : Dr. AM. Bandi Utama, M.Pd.

NIP : 19600410 198903 1 002

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Menyatakan bahwa instrumen penelitian TA atas nama mahasiswa:

Nama : Sitti Qhusaifa Yusuf

NIM : 20601241020

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Judul TA : Pengaruh Permainan Olahraga Tradisional Bentengan Terhadap

Motivasi Peserta Didik Dalam Pembelajaran PJOK di SMP Negeri 1 Sleman

Setelah dilakukan kajian di atas instrumen penelitian TA tersebut dapat dinyatakan:

Layak digunakan untuk penelitian

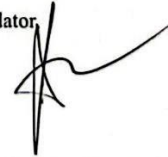
Layak digunakan dengan revisi

Tidak layak digunakan untuk penelitian yang bersangkutan dengan catatan dan saran/perbaikan sebagaimana terlampir.

Demikian agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta,.....

Validator,



Dr. AM. Bandi Utama, M.Pd.

NIP. 19600410 198903 1 002

### Lampiran 3. Surat Permohonan Izin Penelitian

SURAT IZIN PENELITIAN

<https://admin.eservice.uny.ac.id/surat-izin/cetak-pene>



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

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 : B/1037/UN34.16/PT.01.04/2024  
Lamp. : 1 Bendel Proposal  
Hal : Izin Penelitian

29 Februari 2024

Yth . Kepala SMP Negeri 1 Sleman  
Jl. Bhayangkara No.27, Jetis, Caturharjo, Kec. Sleman, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa  
Yogyakarta 55515

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

Nama : Sitti Qhusaifa Yusuf  
NIM : 20601241020  
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi - S1  
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)  
Judul Tugas Akhir : Pengaruh Permainan Olahraga Tradisional Bentengan Terhadap Motivasi Belajar Peserta Didik di SMP Negeri 1 Sleman  
Waktu Penelitian : 1 - 8 Maret 2024

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.



Tembusan :  
1. Kepala Layanan Administrasi;  
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, S.Or., M.Or.  
NIP 19830626 200812 1 002

Lampiran 4. Angket Uji Coba Sebelum Validasi

**KUISIONER PENELITIAN**

**MOTIVASI BELAJAR PESERTA DIDIK DALAM MENGIKUTI PEMBELAJARAN PJOK DI SMP NEGERI 1 SLEMAN**

Nama :.....

Kelas :.....

Jenis Kelamin :.....

**Petunjuk Pengisian**

Pada angket ini terdapat 20 pertanyaan yang berkaitan dengan motivasi peserta didik dalam mengikuti pembelajaran PJOK di SMP Negeri 1 Sleman

**Bacalah pertanyaan di bawah ini kemudian pilih lah salah satu jawaban daeri setiap pertanyaan yang sesuai dengan anda, dengan memberi (√) pada kolom yang tersedia.**

**Keterangan:**

1 : Sangat Tidak Setuju

4 : Setuju

2 : Tidak Setuju

5 : Sangat Setuju

3 : Ragu-ragu

No.	Pertanyaan	Penilaian				
		1	2	3	4	5
1.	Melalui pembelajaran PJOK dapat meningkatkan kebugaran dan kesehatan tubuh seseorang					
2	saya tidak suka pembelajaran PJOK karena membuat saya cepat merasa lelah					
3	saya mengikuti pembelajaran PJOK karena ingin meningkatkan kualitas pola hidup sehat					
4	saya memperhatikan dengan sungguh-sungguh pada saat guru menjelaskan materi pembelajaran PJOK					
5	saya selalu berusaha memperhatikan koreksi guru dan mekakukan gerakan aktivitas jasmani dengan sungguh-sungguh					
6	saya senang mengikuti pembelajaran PJOK karena pelajaran yang saya minati					
7	mengikuti pembelajaran PJOK dapat melepas kejenuhan setelah mengikuti pembelajaran di dalam kelas					

8	saya sangat antusias mengikuti pembelajaran PJOK karena kegiatan pembelajaran dilakukan di lapangan sehingga lebih aktif bergerak					
9	saya mengikuti pembelajaran PJOK karena saya memiliki bakat dibidang olahraga					
10	saya mengikuti pembelajaran PJOK untuk mengembangkan bakat yang saya miliki					
11	model pembelajaran yang bervariasi membuat saya semangat mengikuti pembelajaran PJOK					
12	saya terkadang merasa bosan mengikuti pembelajaran pjok karena metode/model pembelajaran yang monoton					
13	fasilitas sarana dan prasarana sangat mendukung proses kegiatan pembelajaran					
14	alat-alat yang digunakan dalam pembelajaran sangat inovatif sehingga saya termotivasi untuk mengikuti pembelajaran					
15	guru memberikan alat-alat modifikasi sehingga saya tertarik mengikuti pembelajaran PJOK					
16	Lingkungan sekolah sangat nyaman digunakan sebagai lokasi pembelajaran PJOK					
17	Saya suka mengikuti pembelajaran PJOK karena teman-teman saya menyukai aktivitas olahraga					
18	Materi pembelajaran PJOK sangat membosankan sehingga saya tidak tertarik mengikuti pembelajaran					
19	Saya bersemangat dan termotivasi mengikuti pembelajaran sesuai dengan materi yang diberikan					
20	Saya biasanya merasa kesulitan memahami materi dan melakukan gerakan yang diberikan oleh guru					

Lampiran 5. Data Uji Coba

<b>Responden</b>	<b>X1</b>	<b>X2</b>	<b>X3</b>	<b>X4</b>	<b>X5</b>	<b>X6</b>	<b>X7</b>	<b>X8</b>	<b>X9</b>	<b>X10</b>	<b>X11</b>	<b>X12</b>	<b>X13</b>	<b>X14</b>	<b>X15</b>	<b>X16</b>	<b>X17</b>	<b>X18</b>	<b>X19</b>	<b>X20</b>
<b>1</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	4	3	2	4	4	3	4	3	3
<b>2</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	4	3	2	4	4	3	4	4	3
<b>3</b>	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3
<b>4</b>	3	3	2	3	4	3	4	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3
<b>5</b>	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	4	4	3	3	3	2	3	3	3
<b>6</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3
<b>7</b>	3	3	2	3	3	3	1	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2
<b>8</b>	3	4	3	3	3	4	4	3	1	2	3	2	4	4	2	3	2	3	3	4
<b>9</b>	3	3	3	4	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
<b>10</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3
<b>11</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2
<b>12</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2
<b>13</b>	3	3	3	4	3	3	4	4	3	2	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3



<b>14</b>	3	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
<b>15</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2
<b>16</b>	3	2	2	4	4	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3
<b>17</b>	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3
<b>18</b>	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4
<b>19</b>	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3
<b>20</b>	3	2	2	3	3	1	3	2	1	1	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3
<b>21</b>	3	4	3	3	3	3	4	3	2	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3
<b>22</b>	3	3	2	3	3	3	4	3	2	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3
<b>23</b>	3	2	2	3	2	1	2	2	2	2	1	2	2	3	1	3	1	1	3	3
<b>24</b>	3	3	3	3	3	1	3	3	2	1	1	3	3	3	1	3	1	1	3	4
<b>25</b>	3	4	3	4	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	4	3	4
<b>26</b>	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
<b>27</b>	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
<b>28</b>	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
<b>29</b>	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3

<b>30</b>	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3
<b>31</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
<b>32</b>	4	3	3	3	3	3	4	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3

Lampiran 6. Hasil Validitas dan Reliabilitas

Validitas

		Correlations																			Tota	
		X01	X02	X03	X04	X05	X06	X07	X08	X09	X10	X11	X12	X13	X14	X15	X16	X17	X18	X19	X20	l
X01	Pearson Correlation	1	0,228	.384*	-0,124	-0,063	0,118	0,306	.571**	0,153	0,206	0,231	0,195	0,294	-0,273	0,306	0,201	0,198	0,327	-0,067	0,229	.395*
	Sig. (2-tailed)		0,210	0,030	0,499	0,732	0,519	0,089	0,001	0,402	0,258	0,203	0,284	0,102	0,130	0,089	0,269	0,278	0,068	0,717	0,208	0,025
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
X02	Pearson Correlation	0,228	1	.579**	-0,061	-0,031	.612**	.415*	.548**	0,075	0,190	.523**	0,095	.413*	0,195	.405*	0,241	0,303	.478**	-0,033	.350*	.629**
	Sig. (2-tailed)	0,210		0,001	0,742	0,867	0,000	0,018	0,001	0,684	0,297	0,002	0,604	0,019	0,285	0,022	0,184	0,092	0,006	0,860	0,050	0,000
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
X03	Pearson Correlation	.384*	.579**	1	0,052	-0,058	.362*	.372*	.663**	0,284	0,281	.479**	.489**	.524**	-0,111	.558**	0,160	.499**	.491**	0,117	0,271	.704**
	Sig. (2-tailed)	0,030	0,001		0,778	0,753	0,042	0,036	0,000	0,115	0,119	0,006	0,005	0,002	0,547	0,001	0,380	0,004	0,004	0,524	0,133	0,000
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
X04	Pearson Correlation	-0,124	-0,061	0,052	1	.508**	-0,015	0,007	0,032	0,285	-0,071	0,013	-0,242	0,032	0,117	0,027	0,011	0,106	0,101	-0,124	0,274	0,141
	Sig. (2-tailed)	0,499	0,742	0,778		0,003	0,936	0,970	0,861	0,114	0,699	0,944	0,182	0,861	0,523	0,883	0,951	0,562	0,581	0,499	0,129	0,441
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32

X05	Pearson Correlation	-0,063	-0,031	-0,058	.508**	1	0,112	0,061	0,016	0,068	-0,036	0,060	-0,123	0,016	0,060	0,124	-0,087	0,187	0,103	-0,063	0,139	0,159
	Sig. (2-tailed)	0,732	0,867	0,753	0,003		0,542	0,741	0,929	0,713	0,844	0,746	0,502	0,929	0,746	0,500	0,638	0,305	0,575	0,732	0,447	0,385
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
X06	Pearson Correlation	0,118	.612**	.362*	-0,015	0,112	1	.358*	.559**	0,163	.480**	.664**	0,139	0,166	0,007	.511**	0,162	.548**	.638**	0,118	-0,146	.674**
	Sig. (2-tailed)	0,519	0,000	0,042	0,936	0,542		0,044	0,001	0,372	0,005	0,000	0,449	0,365	0,968	0,003	0,374	0,001	0,000	0,519	0,425	0,000
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
X07	Pearson Correlation	0,306	.415*	.372*	0,007	0,061	.358*	1	.485**	0,172	0,113	0,339	0,265	0,203	0,168	0,349	.420*	0,312	0,278	-0,057	0,319	.568**
	Sig. (2-tailed)	0,089	0,018	0,036	0,970	0,741	0,044		0,005	0,347	0,538	0,057	0,142	0,266	0,358	0,050	0,017	0,082	0,124	0,758	0,075	0,001
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
X08	Pearson Correlation	.571**	.548**	.663**	0,032	0,016	.559**	.485**	1	.405*	0,327	.507**	.405*	0,283	-0,191	.419*	0,328	.496**	.508**	0,017	0,130	.715**
	Sig. (2-tailed)	0,001	0,001	0,000	0,861	0,929	0,001	0,005		0,021	0,068	0,003	0,021	0,117	0,296	0,017	0,067	0,004	0,003	0,925	0,477	0,000
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
X09	Pearson Correlation	0,153	0,075	0,284	0,285	0,068	0,163	0,172	.405*	1	.369*	0,164	0,269	-0,103	-0,068	0,261	0,143	.370*	0,150	0,153	-0,133	.388*
	Sig. (2-tailed)	0,402	0,684	0,115	0,114	0,713	0,372	0,347	0,021		0,038	0,369	0,136	0,574	0,713	0,149	0,435	0,037	0,412	0,402	0,468	0,028
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32

X10	Pearson Correlation	0,206	0,190	0,281	-0,071	-0,036	.480**	0,113	0,327	.369*	1	.729**	.470**	0,042	-.426*	.735**	.484**	.549**	.673**	.389*	-0,288	.658**
	Sig. (2-tailed)	0,258	0,297	0,119	0,699	0,844	0,005	0,538	0,068	0,038		0,000	0,007	0,821	0,015	0,000	0,005	0,001	0,000	0,028	0,110	0,000
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
X11	Pearson Correlation	0,231	.523**	.479**	0,013	0,060	.664**	0,339	.507**	0,164	.729**	1	.554**	.420*	-.0272	.867**	.548**	.678**	.875**	0,231	-0,062	.881**
	Sig. (2-tailed)	0,203	0,002	0,006	0,944	0,746	0,000	0,057	0,003	0,369	0,000		0,001	0,017	0,133	0,000	0,001	0,000	0,000	0,203	0,734	0,000
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
X12	Pearson Correlation	0,195	0,095	.489**	-0,242	-0,123	0,139	0,265	.405*	0,269	.470**	.554**	1	0,202	-.369*	.639**	.429*	.464**	.418*	0,195	-0,089	.569**
	Sig. (2-tailed)	0,284	0,604	0,005	0,182	0,502	0,449	0,142	0,021	0,136	0,007	0,001		0,266	0,038	0,000	0,014	0,008	0,017	0,284	0,627	0,001
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
X13	Pearson Correlation	0,294	.413*	.524**	0,032	0,016	0,166	0,203	0,283	-0,103	0,042	.420*	0,202	1	0,158	0,328	0,176	0,277	.424*	0,017	0,257	.472**
	Sig. (2-tailed)	0,102	0,019	0,002	0,861	0,929	0,365	0,266	0,117	0,574	0,821	0,017	0,266		0,388	0,067	0,336	0,125	0,016	0,925	0,156	0,006
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
X14	Pearson Correlation	-0,273	0,195	-0,111	0,117	0,060	0,007	0,168	-0,191	-0,068	-.426*	-.0272	-.369*	0,158	1	-0,344	-0,098	-0,320	-0,309	-0,273	0,168	-0,159
	Sig. (2-tailed)	0,130	0,285	0,547	0,523	0,746	0,968	0,358	0,296	0,713	0,015	0,133	0,038			0,054	0,593	0,074	0,085	0,130	0,358	0,385
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32

X15	Pearson Correlation	0,306	.405*	.558**	0,027	0,124	.511**	0,349	.419*	0,261	.735**	.867**	.639**	0,328	-0,344	1	.467**	.648**	.802**	0,306	-0,050	.855**
	Sig. (2-tailed)	0,089	0,022	0,001	0,883	0,500	0,003	0,050	0,017	0,149	0,000	0,000	0,000	0,067	0,054		0,007	0,000	0,000	0,089	0,786	0,000
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
X16	Pearson Correlation	0,201	0,241	0,160	0,011	-0,087	0,162	.420*	0,328	0,143	.484**	.548**	.429*	0,176	-0,098	.467**	1	0,272	.448*	0,201	0,113	.554**
	Sig. (2-tailed)	0,269	0,184	0,380	0,951	0,638	0,374	0,017	0,067	0,435	0,005	0,001	0,014	0,336	0,593	0,007		0,133	0,010	0,269	0,538	0,001
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
X17	Pearson Correlation	0,198	0,303	.499**	0,106	0,187	.548**	0,312	.496**	.370*	.549**	.678**	.464**	0,277	-0,320	.648**	0,272	1	.711**	0,198	-0,244	.740**
	Sig. (2-tailed)	0,278	0,092	0,004	0,562	0,305	0,001	0,082	0,004	0,037	0,001	0,000	0,008	0,125	0,074	0,000	0,133		0,000	0,278	0,178	0,000
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
X18	Pearson Correlation	0,327	.478**	.491**	0,101	0,103	.638**	0,278	.508**	0,150	.673**	.875**	.418*	.424*	-0,309	.802**	.448*	.711**	1	0,327	-0,075	.847**
	Sig. (2-tailed)	0,068	0,006	0,004	0,581	0,575	0,000	0,124	0,003	0,412	0,000	0,000	0,017	0,016	0,085	0,000	0,010	0,000		0,068	0,685	0,000
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
X19	Pearson Correlation	-0,067	-0,033	0,117	-0,124	-0,063	0,118	-0,057	0,017	0,153	.389*	0,231	0,195	0,017	-0,273	0,306	0,201	0,198	0,327	1	-0,259	0,225
	Sig. (2-tailed)	0,717	0,860	0,524	0,499	0,732	0,519	0,758	0,925	0,402	0,028	0,203	0,284	0,925	0,130	0,089	0,269	0,278	0,068		0,152	0,216
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32

X20	Pearson Correlation	0,229	.350*	0,271	0,274	0,139	-0,146	0,319	0,130	-0,133	-0,288	-0,062	-0,089	0,257	0,168	-0,050	0,113	-0,244	-0,075	-0,259	1	0,129
	Sig. (2-tailed)	0,208	0,050	0,133	0,129	0,447	0,425	0,075	0,477	0,468	0,110	0,734	0,627	0,156	0,358	0,786	0,538	0,178	0,685	0,152		0,481
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32
Total	Pearson Correlation	.395*	.629**	.704**	0,141	0,159	.674**	.568**	.715**	.388*	.658**	.881**	.569**	.472**	-0,159	.855**	.554**	.740**	.847**	0,225	0,129	1
	Sig. (2-tailed)	0,025	0,000	0,000	0,441	0,385	0,000	0,001	0,000	0,028	0,000	0,000	0,001	0,006	0,385	0,000	0,001	0,000	0,000	0,216	0,481	
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32

Item Nomor	r-Hitung	r-Tabel	VALIDITAS
1	0,395	0,338	Valid
2	0,629	0,338	Valid
3	0,158	0,338	Tidak Valid
4	0,141	0,338	Tidak Valid
5	0,704	0,338	Valid
6	0,674	0,338	Valid
7	0,567	0,338	Valid
8	0,714	0,338	Valid
9	0,388	0,338	Valid
10	0,658	0,338	Valid
11	0,881	0,338	Valid
12	0,568	0,338	Valid
13	0,471	0,338	Valid
14	-0,158	0,338	Tidak Valid
15	0,854	0,338	Valid
16	0,554	0,338	Valid
17	0,739	0,338	Valid
18	0,847	0,338	Valid
19	0,224	0,338	Tidak Valid
20	0,129	0,338	Tidak Valid

Reliabilitas

Case Processing Summary			
		N	%
Cases	Valid	32	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	32	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.907	15



Lampiran 7. Tabel r-hitung

Lampiran 1. Tabel R-Hitung

Tabel R-Hitung

DF = n-2	0,1	0,05	0,02	0,01	0,001
	r 0,005	r 0,05	r 0,025	r 0,01	r 0,001
1	0,9877	0,9969	0,9995	0,9999	1,0000
2	0,9000	0,9500	0,9800	0,9900	0,9990
3	0,8054	0,8783	0,9343	0,9587	0,9911
4	0,7293	0,8114	0,8822	0,9172	0,9741
5	0,6694	0,7545	0,8329	0,8745	0,9509
6	0,6215	0,7067	0,7887	0,8343	0,9249
7	0,5822	0,6664	0,7498	0,7977	0,8983
8	0,5494	0,6319	0,7155	0,7646	0,8721
9	0,5214	0,6021	0,6851	0,7348	0,8470
10	0,4973	0,5760	0,6581	0,7079	0,8233
11	0,4762	0,5529	0,6339	0,6835	0,8010
12	0,4575	0,5324	0,6120	0,6614	0,7800
13	0,4409	0,5140	0,5923	0,6411	0,7604
14	0,4259	0,4973	0,5742	0,6226	0,7419
15	0,4124	0,4821	0,5577	0,6055	0,7247
16	0,4000	0,4683	0,5425	0,5897	0,7084
17	0,3887	0,4555	0,5285	0,5751	0,6932
18	0,3783	0,4438	0,5155	0,5614	0,6788
19	0,3687	0,4329	0,5034	0,5487	0,6652
20	0,3598	0,4227	0,4921	0,5368	0,6524
21	0,3515	0,4132	0,4815	0,5256	0,6402
22	0,3438	0,4044	0,4716	0,5151	0,6287
23	0,3365	0,3961	0,4622	0,5052	0,6178
24	0,3297	0,3882	0,4534	0,4958	0,6074
25	0,3233	0,3809	0,4451	0,4869	0,5974
26	0,3172	0,3739	0,4372	0,4785	0,5880
27	0,3115	0,3673	0,4297	0,4705	0,5790
28	0,3061	0,3610	0,4226	0,4629	0,5703
29	0,3009	0,3550	0,4158	0,4556	0,5620
30	0,2960	0,3494	0,4093	0,4487	0,5541
31	0,2913	0,3440	0,4032	0,4421	0,5465
32	0,2869	0,3388	0,3972	0,4357	0,5392
33	0,2826	0,3338	0,3916	0,4296	0,5322
34	0,2785	0,3291	0,3862	0,4238	0,5254
35	0,2746	0,3246	0,3810	0,4182	0,5189
36	0,2709	0,3202	0,3760	0,4128	0,5126
37	0,2673	0,3160	0,3712	0,4076	0,5066
38	0,2638	0,3120	0,3665	0,4026	0,5007

Lampiran 8. Angket Penelitian

**KUISIONER PENELITIAN**

**MOTIVASI BELAJAR PESERTA DIDIK DALAM MENGIKUTI  
PEMBELAJARAN PJOK MATERI PERMAINAN TRADISIONAL DI  
SMP NEGERI 1 SLEMAN**

Nama : .....

Kelas : .....

Jenis Kelamin : .....

**Petunjuk Pengisian**

Pada angket ini terdapat 20 pernyataan yang berkaitan dengan motivasi peserta didik dalam mengikuti pembelajaran PJOK di SMP Negeri 1 Sleman

**Bacalah pernyataan di bawah ini kemudian pilihlah salah satu jawaban dari setiap pernyataan yang sesuai dengan pendapat anda, dengan memberi (√) pada kolom yang tersedia.**

**Keterangan:**

STS : Sangat Tidak Setuju

S : Setuju

ST : Tidak Setuju

SS : Sangat Setuju

No.	Pernyataan	Pendapat			
		STS	ST	S	SS
1.	Pembelajaran permainan tradisional dapat meningkatkan kebugaran dan kesehatan saya.				
2	Saya tidak suka pembelajaran permainan olahraga tradisional karena membuat saya cepat lelah.				
3.	Saya senang mengikuti pembelajaran permainan olahraga tradisional karena materi yang saya minati.				
4	saya selalu berusaha memperhatikan koreksi guru dan mekakukan gerakan aktivitas jasmani dengan sungguh-sungguh				
5.	Pembelajaran permainan olahraga tradisioanl dapat melepas kejenuhan setelah mengikuti pembelajaran di dalam kelas.				
6.	Saya sangat antusias mengikuti pembelajaran permainan olahraga tradisional karena kegiatan pembelajaran dilakukan di lapangan sehingga saya lebih aktif bergerak.				
7.	Saya mengikuti pembelajaran permainan olahraga tradisional karena saya memiliki bakat di bidang olahraga.				

8.	Saya mengikuti pembelajaran permainan olahraga tradisional untuk mengembangkan bakat yang saya miliki.				
9.	Model pembelajaran permainan olahraga tradisional membuat saya semangat mengikuti pembelajaran PJOK.				
10.	Saya merasa bosan mengikuti pembelajaran PJOK karena metode pembelajaran yang monoton.				
11.	Fasilitas sarana dan prasarana di sekolah sangat mendukung proses kegiatan pembelajaran permainan olahraga tradisional.				
12.	Guru menggunakan alat-alat modifikasi sehingga saya tertarik mengikuti pembelajaran permainan olahraga tradisional.				
13.	Lingkungan sekolah sangat nyaman digunakan sebagai lokasi pembelajaran permainan olahraga tradisional				
14.	Saya suka mengikuti pembelajaran permainan olahraga tradisional karena teman-teman saya menyukai aktivitas olahraga.				
15.	Pembelajaran permainan olahraga tradisional sangat membosankan sehingga saya tidak tertarik mengikutinya.				

## MODUL AJAR PJOK SMP FASE D KELAS VII

### I. INFORMASI UMUM

Penyusun : Sitti Qhusaifa Yusuf  
Jenjang : SMP  
Kelas : VII  
Alokasi Waktu : 2x40 menit (2 kali pertemuan)

#### A. KOMPETENSI AWAL

Peserta didik telah dapat menunjukkan kemampuan dalam memprakrikkan variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif dalam berbagai olahraga tradisional anak Indonesia sesuai potensi dan kreativitas yang dimiliki.

#### B. PROFIL PELAJAR PANCASILA

Profil pelajar pancasila yang dikembangkan dalam fase ini adalah dimensi mandiri dan gotong royong.

#### C. SARANA DAN PRASARANA

1. Lapangan
2. Cone
3. Peluit
4. Stopwatch

#### D. TARGET PESERTA DIDIK

Peserta didik Reguler

#### E. MODEL PEMBELAJARAN

Cooperatif Learning

Metode: ceramah, diskusi, dan pendekatan permainan taktik (*Tactical Game Approaches*)

### II. KOMPETENSI INTI

#### A. TUJUAN PEMBELAJARAN

Peserta didik dapat menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan dan menganalisis aktivitas permainan olahraga tradisional anak-anak Indonesia melalui permainan bentengan sesuai dengan potensi dan kreativitas yang dimiliki

## **B. CAPAIAN PEMBELAJARAN**

Menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan gerak spesifik permainan olahraga tradisional melalui permainan bentengan dengan benar.

## **C. PEMAHAMAN BERMAKNA**

Setelah peserta didik melakukan pembelajaran permainan olahraga tradisional bentengan, manfaat apa yang dirasakan oleh peserta didik? Dapatkah pengalaman pembelajaran ini diterapkan ke dalam kehidupan sehari-hari?

## **D. PERTANYAAN PEMANTIK**

1. Mengapa peserta didik perlu mengetahui permainan olahraga tradisional?
2. Apa manfaat dari permainan olahraga tradisional untuk kehidupan sehari-hari?

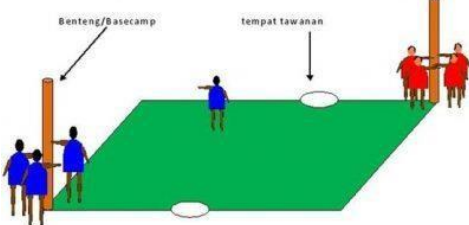
## **E. PERSIAPAN PEMBELAJARAN**

1. Menyiapkan materi ajar yang berkaitan dengan permainan olahraga tradisional yang bersumber dari buku paket PJOK kelas 7, dan video tentang cara melakukan permainan olahraga tradisional
2. Menyiapkan peralatan dan media yang dibutuhkan
3. Menemukan metode pembelajaran

## **F. KEGIATAN PEMBELAJARAN**

<b>Kegiatan Pembelajaran</b>		<b>Alokasi Waktu</b>
Kegiatan Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Guru membuka pembelajaran dengan salam pembuka dilanjutkan berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik.</li><li>2. Guru memeriksa kehadiran, dan menanyakan kesiapan siswa.</li><li>3. Guru melakukan apresiasi berupa penyampaian tujuan pembelajaran dan pendekatan belajar yang akan digunakan kepada siswa dengan cara yang menyenangkan sehingga siswa terdorong untuk ikut pembelajaran dengan semangat.</li></ol>	15 menit

Kegiatan Inti	Aktivitas	60 menit
Tahap 1: menyampaikan tujuan	1. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang ingin dicapai pada pembelajaran permainan olahraga tradisional bentengan <ul style="list-style-type: none"> <li>- Peserta didik dapat menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan dan menganalisis aktivitas permainan olahraga tradisional anak-anak Indonesia melalui permainan bentengan sesuai dengan potensi dan kreativitas yang dimiliki</li> </ul>	
Tahap 2: menyajikan informasi	1. Guru menjelaskan tentang permainan olahraga tradisional bentengan melalui video, gambar dan power point yang ditampilkan 2. Peserta didik menyimak penjelasan guru mengenai permainan olahraga tradisional bentengan.	
Tahap 3: mengorganisasikan peserta didik ke dalam kelompok belajar	1. Guru mengarahkan peserta didik untuk membentuk sebuah kelompok belajar yang berjumlah 4 kelompok, setiap kelompoknya terdiri dari 8 peserta didik	
Tahap 4: membimbing kelompok belajar dan bekerja	1. Peserta didik kumpul di lapangan untuk melakukan praktik permainan olahraga tradisional bentengan. 2. Guru mengarahkan peserta didik melakukan pemanasan yang dipimpin oleh salah satu peserta didik 3. Dengan bimbingan guru peserta didik secara kelompok	

	<p>mempraktikkan permainan olahraga tradisional bentengan</p>  <p><a href="https://smpn2tuntang.sch.id/permainan-tradisional-bentengan/">https://smpn2tuntang.sch.id/permainan-tradisional-bentengan/</a></p>	
Tahap 5: evaluasi	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru mengevaluasi hasil belajar permainan olahraga tradisional yang telah di pelajari</li> <li>2. Guru mengajukan pertanyaan kepada setiap kelompok tentang permainan gtradisional bentengan <ul style="list-style-type: none"> <li>- Manfaat permainan olahraga tradisional bentengan terhadap kesehatan dan kebugaran tubuh</li> <li>- Peraturan dan cara bermain permainan bentengan</li> </ul> </li> </ol>	
Kegiatan Penutup	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Salah seorang peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan.</li> <li>2) Guru memberikan refleksi dan apresiasi terkait materi permainan olahraga tradisional bentengan yang sudah dipelajari.</li> <li>3) Guru menugaskan peserta didik untuk membuat catatan dan kesimpulan mengenai hasil pembelajaran dalam lembar kerja atau buku tugas.</li> <li>4) Guru menyampaikan tentang materi pembelajaran pada pertemuan berikutnya</li> </ol>	15 menit

	5) Berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan salam penutup.	
--	--	--

## G. Materi Ajar

### 1. Pengertian Permainan Bentengan

Permainan bentengan adalah permainan tradisional dimana permainnya dimainkan oleh beberapa orang untuk merebut dan mempertahankan benteng agar bisa memenangkan permainan. Sesuai dengan namanya, maka sebuah benteng dalam permainan ini merupakan tujuan atau inti dari permainan ini.

### 2. Cara Bermain Bentengan

- a) Pemain ini dimulai dengan dua kelompok yang masing-masing terdiri dari 4 sampai 8 orang.
- b) Selanjutnya masing-masing kelompok memilih tiang atau pilar sebagai benteng atau markas.
- c) Para anggota kelompok akan berusaha menyentuh lawan dan membuatnya tertawaan/tertangkap
- d) Pemain harus sering kembali dan menyentuh bentengnya karena penawan dan yang tertawan ditentukan dari waktu terakhir menyentuh benteng.
- e) Orang yang paling dekat waktunya menyentuh benteng berhak menjadi penawan. Mereka bisa mengejar dan menyentuh anggota lawan untuk menjadi tawanan.
- f) Pemenangnya adalah kelompok yang dapat menyentuh tiang atau pilar lawan dan meneriakkan kata “benteng”.

### 3. Strategi Bermain Bentengan

- a) Seperti pada perang, benteng membutuhkan strategi untuk memenangkan permainan. Salah satu strategi permainan ini adalah membagi anggota kelompok menjadi “penyerang”, “mata – mata”, “pengganggu”, dan “penjaga benteng”.



- b) Penyerang bertugas mencari celah agar dapat menyentuh benteng lawan. mata-mata bertugas mencari lawan yang telah lama tidak menyentuh benteng. Pengganggu bertugas memancing lawan untuk keluar dari daerah aman. Penjaga “benteng” harus menjaga benteng mereka dari pihak lawan yang ingin menyentuh benteng.

#### **4. Aturan Permainan**

- a) Permainan terdiri dari 4 sampai 8 pemain menyesuaikan jumlah peserta yang ikut berpartisipasi.
- b) Permainan harus menjaga bentengnya masing-masing yang diwujudkan dengan bentuk tiang kayu atau bambu. Tiang ini menjadi tempat berkumpul atau markas masing-masing kelompok.
- c) Pemain yang keluar dari benteng dianggap menyerbu terlebih dahulu. Pemain akan dikejar lawan dan jika tersentuh tangan lawan maka dianggap tertangkap.
- d) Pemain yang tertangkap jadi tawanan lawan.
- e) Apabila ingin memperthankan bentengnya, perlu diselamatkan oleh temannya dengan menyentuh bagian tangan atau anggota tubuh lainnya.
- f) Kelompok yang menang adalah kelompok yang dapat menyentuh markas musuh.

#### **5. Area Permainan**

Permainan ini tidak memerlukan peralatan yang khusus dan banyak. Hanya memanfaatkan lingkungan sekitar dan daerah yang tidak terlalu kecil. Agar permainan lebih menarik atau lebih menantang, daerah atau area yang digunakan bisa menggunakan area yang luas. Permainan bentengan bisa dilakukan dimana saja, baik di luar ruangan seperti tanah lapang, halaman, dan berbagai tempat terbuka lainnya. Bahkan di dalam ruangan bentengan dapat dilakukan, hanya ruangan harus luas.

### **Glosarium**

- Pembelajaran adalah proses interaksi antar peserta didik, dengan tenaga pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar.
- Permainan benteng-bentengan adalah permainan tradisional dimana permainan inidimainkan oleh beberapa orang untuk merebut dan mempertahankan benteng agar bisa memenangkan permainan. Sesuai dengan namanya, maka sebuah benteng dalam permainan ini merupakan tujuan atau inti dari permainan ini.
- Manfaat permainan bentengan dapat melatih gerak badan pemain, bergerak lincah, menumbuhkan kerjasama tim, menimbulkan jiwa sportifitas, dan meningkatkan kesehatan.

### **Referensi**

- Muhajirin. 2017. *Buku Siswa Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan, untuk SMP/MTS Kelas VII*. Bogor : Penerbit Yudhistira.
- Muhajirin. 2017. *Buku Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan, untuk SMP/MTs Kelas VII*. Bogor : Penerbit Yudhistira.
- Muhajirin. 2020. *Modul Pembelejaran Jarak Jauh Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan, untuk SMP/MTs Kelas VII*. Jakarta : Direktorat Pendidikan Masyarakat dan Pendidikan Khusus Dirjen Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah, Kemendikbut
- Muhajirin. 2020. *Belajar dan Berlatih Olahraga Tradisional Anak Indonesia*. Bandung: Sahara Multi Tranding.
- Tim Direktorat SMP 2017. *Panduan Penlialain oleh Pendidikan dan Satuan Pendidikan Sekolah Mengenal Pertama*. Jakarta: Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan

- Tim Direktorat SMP 2016. *Panduan Pembelajaran Untuk sekolah Menengah Pertama*, Jakarta: Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan

Lapiran 10. Data Penelitian

Data Penelitian *Pretest*

<b>Responden</b>	<b>X1</b>	<b>X2</b>	<b>X3</b>	<b>X6</b>	<b>X7</b>	<b>X8</b>	<b>X9</b>	<b>X10</b>	<b>X11</b>	<b>X12</b>	<b>X13</b>	<b>X15</b>	<b>X16</b>	<b>X17</b>	<b>X18</b>	<b>Total</b>
<b>1</b>	3	3	3	3	3	3	2	4	4	4	3	4	4	3	4	50
<b>2</b>	3	3	3	3	3	3	2	4	4	4	3	4	4	3	3	49
<b>3</b>	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	42
<b>4</b>	3	3	3	3	4	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	40
<b>5</b>	3	3	3	2	3	3	2	2	3	4	4	3	3	3	3	44
<b>6</b>	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	42
<b>7</b>	3	3	2	3	1	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	38
<b>8</b>	3	3	3	3	3	3	1	2	3	2	4	2	3	2	3	40
<b>9</b>	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	43
<b>10</b>	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	43
<b>11</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	46
<b>12</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	46
<b>13</b>	3	3	3	3	4	4	3	2	3	3	3	2	4	3	3	46
<b>14</b>	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	44
<b>15</b>	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	44
<b>16</b>	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	1	2	3	2	3	34
<b>17</b>	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	40
<b>18</b>	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	55

<b>19</b>	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	35
<b>20</b>	3	2	2	3	3	2	1	1	2	3	3	3	3	2	3	36
<b>21</b>	3	4	3	3	4	3	2	3	4	3	3	3	4	3	3	48
<b>22</b>	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	48
<b>23</b>	3	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	3	1	1	27
<b>24</b>	3	3	2	2	3	2	2	1	1	3	3	1	2	2	2	32
<b>25</b>	3	4	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	4	43
<b>26</b>	3	4	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	44
<b>27</b>	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	46
<b>28</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	41
<b>29</b>	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	40
<b>30</b>	3	3	3	3	4	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	43
<b>31</b>	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	43
<b>32</b>	4	3	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	48
<b>Jumlah</b>	99	97	90	89	98	95	71	77	88	94	94	86	99	86	97	1360

Data Penelitian *Posttest*

<b>Responden</b>	<b>X1</b>	<b>X2</b>	<b>X3</b>	<b>X6</b>	<b>X7</b>	<b>X8</b>	<b>X9</b>	<b>X10</b>	<b>X11</b>	<b>X12</b>	<b>X13</b>	<b>X15</b>	<b>X16</b>	<b>X17</b>	<b>X18</b>	<b>Total</b>
<b>1</b>	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	54
<b>2</b>	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	45
<b>3</b>	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	45
<b>4</b>	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	51
<b>5</b>	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	48
<b>6</b>	3	3	3	4	4	4	2	3	4	3	3	2	3	3	3	47
<b>7</b>	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	48
<b>8</b>	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	53
<b>9</b>	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	49
<b>10</b>	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	43
<b>11</b>	3	4	3	4	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	47
<b>12</b>	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	48
<b>13</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	46
<b>14</b>	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	39
<b>15</b>	3	4	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	4	3	3	48
<b>16</b>	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	45
<b>17</b>	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	56
<b>18</b>	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	49
<b>19</b>	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	53
<b>20</b>	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	43
<b>21</b>	3	4	3	4	3	4	2	3	3	3	2	2	3	2	4	45
<b>22</b>	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	43

<b>23</b>	3	3	4	3	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	45
<b>24</b>	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	42
<b>25</b>	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	44
<b>26</b>	4	3	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	48
<b>27</b>	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	47
<b>28</b>	3	4	3	4	4	4	3	2	3	4	3	3	3	2	4	49
<b>29</b>	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	40
<b>30</b>	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	46
<b>31</b>	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	47
<b>32</b>	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	49
<b>Jumlah</b>	102	107	96	100	110	110	83	89	105	100	101	94	102	94	109	1502

## Lampiran 11. Deskriptif Statistik

### ➤ Data Hasil Pretest dan Posttest

		Statistics	
		pretest	posttest
N	Valid	32	32
	Missing	0	0
Mean		42,5000	46,9375
Std. Error of Mean		0,99089	0,67790
Median		43,0000	47,0000
Mode		43,00	45.00 <sup>a</sup>
Std. Deviation		5,60530	3,83479
Variance		31,419	14,706
Skewness		-0,589	0,274
Std. Error of Skewness		0,414	0,414
Kurtosis		1,182	0,313
Std. Error of Kurtosis		0,809	0,809
Range		28,00	17,00
Minimum		27,00	39,00
Maximum		55,00	56,00
Sum		1360,00	1502,00

### ➤ Data Hasil *Pretest* Faktor Intrinsik dan Ekstrinsik

Statistics			
		Intrinsik	Ekstrinsik
N	Valid	32	32
	Missing	0	0
Mean		22,38	20,13
Std. Error of Mean		0,477	0,575
Median		23,00	21,00
Mode		23	21
Std. Deviation		2,697	3,250
Variance		7,274	10,565
Range		13	15
Minimum		16	11
Maximum		29	26



➤ Data Hasil *Posttest* Faktor Intrinsik dan Ekstrinsik

<b>Statistics</b>			
		Intrinsik	Ekstrinsik
N	Valid	32	32
	Missing	0	0
Mean		24,91	22,03
Std. Error of Mean		0,424	0,313
Median		25,00	21,50
Mode		26	21
Std. Deviation		2,401	1,769
Variance		5,765	3,128
Range		10	7
Minimum		20	19
Maximum		30	26

Lampiran 12. Hasil Uji Normalitas

**Case Processing Summary**

Kelas		Valid		Cases Missing		Total	
		N	Percent	N	Percent	N	Percent
Hasil Belajar	pretest	32	100,0%	0	0,0%	32	100,0%
	posttest	32	100,0%	0	0,0%	32	100,0%

**Descriptives**

Kelas		Statistic	Std. Error	
Hasil Belajar	pretest	Mean	42,50	
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	40,48	
		Upper Bound	44,52	
	5% Trimmed Mean	42,67		
	Median	43,00		
	Variance	31,419		
	Std. Deviation	5,605		
	Minimum	27		
	Maximum	55		
	Range	28		
	Interquartile Range	6		
	Skewness	-0,589	0,414	
	Kurtosis	1,182	0,809	
	posttest	Mean	46,94	0,678
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	45,55	
		Upper Bound	48,32	
5% Trimmed Mean	46,90			
Median	47,00			
Variance	14,706			
Std. Deviation	3,835			
Minimum	39			
Maximum	56			
Range	17			
Interquartile Range	4			
Skewness	0,274	0,414		
Kurtosis	0,313	0,809		

**Tests of Normality**

Kelas		Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Hasil Belajar	pretest	0,140	32	0,111	0,962	32	0,319
	posttest	0,139	32	0,119	0,973	32	0,598

Lampiran 13. Hasil Uji Homogenitas

**Case Processing Summary**

Kelas		Cases					
		Valid		Missing		Total	
		N	Percent	N	Percent	N	Percent
Hasil Belajar	pretest	32	100,0%	0	0,0%	32	100,0%
	posttest	32	100,0%	0	0,0%	32	100,0%

**Descriptives**

Kelas				Statistic	Std. Error
Hasil Belajar	pretest	Mean		42,50	0,991
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	40,48	
			Upper Bound	44,52	
		5% Trimmed Mean		42,67	
		Median		43,00	
		Variance		31,419	
		Std. Deviation		5,605	
		Minimum		27	
		Maximum		55	
		Range		28	
	Interquartile Range		6		
	Skewness		-0,589	0,414	
	Kurtosis		1,182	0,809	
	posttest	Mean		46,94	0,678
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	45,55	
			Upper Bound	48,32	
		5% Trimmed Mean		46,90	
		Median		47,00	
		Variance		14,706	
		Std. Deviation		3,835	
Minimum		39			
Maximum		56			
Range		17			
Interquartile Range		4			
Skewness		0,274	0,414		
Kurtosis		0,313	0,809		

### Test of Homogeneity of Variance

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Hasil Belajar	Based on Mean	2,318	1	62	0,133
	Based on Median	1,898	1	62	0,173
	Based on Median and with adjusted df	1,898	1	52,665	0,174
	Based on trimmed mean	2,152	1	62	0,147

Lampiran 14. Hasil Uji-t

**Paired Samples Statistics**

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	pretest	42,5000	32	5,60530	0,99089
	posttest	46,9375	32	3,83479	0,67790

**Paired Samples Correlations**

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	pretest & posttest	32	0,116	0,529

**Paired Samples Test**

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	pretest - posttest	-4,43750	6,41539	1,13409	-6,75050	-2,12450	-3,913	31	0,000

Lampiran 15. Tabel t-hitung

**Tabel Nilai t**

<b>d.f</b>	$t_{0.10}$	$t_{0.05}$	$t_{0.025}$	$t_{0.01}$	$t_{0.005}$	<b>d.f</b>
<b>1</b>	3,078	6,314	12,706	31,821	63, 657	<b>1</b>
<b>2</b>	1,886	2,920	4,303	6,965	9,925	<b>2</b>
<b>3</b>	1,638	2,353	3,182	4,541	5,841	<b>3</b>
<b>4</b>	1,533	2,132	2,776	3,747	4,604	<b>4</b>
<b>5</b>	1,476	2,015	2,571	3,365	4,032	<b>5</b>
<b>6</b>	1,440	1,943	2,447	3,143	3,707	<b>6</b>
<b>7</b>	1,415	1,895	2,365	2,998	3,499	<b>7</b>
<b>8</b>	1,397	<b>1,860</b>	2,306	2,896	3,355	<b>8</b>
<b>9</b>	1,383	1,833	2,262	2,821	3,250	<b>9</b>
<b>10</b>	1,372	1,812	2,228	2,764	3,169	<b>10</b>
<b>11</b>	1,363	1,796	2,201	2,718	3,106	<b>11</b>
<b>12</b>	1,356	1,782	2,179	2,681	3,055	<b>12</b>
<b>13</b>	1,350	<b>1,771</b>	2,160	2,650	3,012	<b>13</b>
<b>14</b>	1,345	1,761	2,145	2,624	2,977	<b>14</b>
<b>15</b>	1,341	1,753	2,131	2,602	2,947	<b>15</b>
<b>16</b>	1,337	1,746	2,120	2,583	2,921	<b>16</b>
<b>17</b>	1,333	1,740	2,110	2,567	2,898	<b>17</b>
<b>18</b>	1,330	1,734	2,101	2,552	2,878	<b>18</b>
<b>19</b>	1,328	1,729	2,093	2,539	2,861	<b>19</b>
<b>20</b>	1,325	1,725	2,086	2,528	2,845	<b>20</b>
<b>21</b>	1,323	1,721	2,080	2,518	2,831	<b>21</b>
<b>22</b>	1,321	1,717	2,074	2,508	2,819	<b>22</b>
<b>23</b>	1,319	1,714	2,069	2,500	2,807	<b>23</b>
<b>24</b>	1,318	1,711	2,064	2,492	2,797	<b>24</b>
<b>25</b>	1,316	1,708	2,060	2,485	2,787	<b>25</b>
<b>26</b>	1,315	1,706	2,056	2,479	2,779	<b>26</b>
<b>27</b>	1,314	1,703	2,052	2,473	2,771	<b>27</b>
<b>28</b>	1,313	1,701	2,048	2,467	2,763	<b>28</b>
<b>29</b>	1,311	1,699	2,045	2,462	2,756	<b>29</b>
<b>30</b>	1,310	1,697	2,042	2,457	2,750	<b>30</b>
<b>31</b>	1,309	1,696	2,040	2,453	2,744	<b>31</b>
<b>32</b>	1,309	1,694	2,037	2,449	2,738	<b>32</b>
<b>33</b>	1,308	1,692	2,035	2,445	2,733	<b>33</b>
<b>34</b>	1,307	1,691	2,032	2,441	2,728	<b>34</b>
<b>35</b>	1,306	1,690	2,030	2,438	2,724	<b>35</b>
<b>36</b>	1,306	1,688	2,028	2,434	2,719	<b>36</b>
<b>37</b>	1,305	1,687	2,026	2,431	2,715	<b>37</b>
<b>38</b>	1,304	1,686	2,024	2,429	2,712	<b>38</b>
<b>39</b>	1,303	1,685	2,023	2,426	2,708	<b>39</b>

Sumber: *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program SPSS* (Dr. Imam Ghozali)

Lampiran 16. Dokumentasi

Menjelaskan tujuan dan materi kepada responden



Pengisian angket *Pretest*





*Treatment*



*Treatment*



*Posttest*