

BAB II

TINJAUAN TEORITIS

A. Hakikat Motivasi

Setiap individu memiliki kondisi internal dan eksternal, dimana kondisi internal dan eksternal tersebut turut berperan dalam aktivitas dirinya sehari-hari. Salah satu dari kondisi tersebut adalah “motivasi”.

Motivasi adalah keseluruhan dorongan, keinginan, kebutuhan, dan daya yang sejenis yang menggerakkan perilaku seseorang (Rohmalia, 2015). Dalam arti yang lebih luas, motivasi diartikan sebagai pengaruh dari energi dan arahan terhadap perilaku meliputi : kebutuhan, minat, sikap, keinginan, dan perangsang (*incentives*).

Motivasi adalah dorongan dasar yang menggerakkan seseorang bertindak laku. Dorongan ini berada pada diri seseorang yang menggerakkan untuk melakukan sesuatu yang sesuai dengan dorongan dalam dirinya. Oleh karena itu, perbuatan seseorang yang didasarkan atas motivasi tertentu mengandung tema sesuai dengan motivasi yang mendasarinya (Hamzah, 2008).

Motivasi juga dapat dikatakan sebagai perbedaan antara dapat melaksanakan dan mau melaksanakan, Motivasi lebih dekat pada mau melaksanakan tugas untuk mencapai tujuan. Motivasi adalah kekuatan, baik dari dalam maupun dari luar yang mendorong seseorang untuk mencapai tujuan tertentu yang telah ditetapkan sebelumnya. Atau dengan kata lain, motivasi dapat

diartikan sebagai dorongan mental terhadap perorangan dan orang-orang sebagai anggota masyarakat. Motivasi dapat juga diartikan sebagai proses untuk mencoba mempengaruhi orang atau orang-orang yang dipimpinnya agar melakukan pekerjaan yang diinginkan, sesuai dengan tujuan tertentu yang ditetapkan lebih dahulu.

Seseorang akan belajar apabila mempunyai kemauan untuk belajar. Adanya kemauan belajar tersebut mempunyai motivasi untuk belajar. Motivasi adalah energi psikologis yang bersifat abstrak dan refleksi kekuatan interaksi antara kognisi, pengalaman, dan kebutuhan (Husdarta HJS, 2010). Motivasi tersebut mengacu pada faktor dan proses yang mendorong seseorang untuk bereaksi atau tidak bereaksi dalam berbagai situasi.

Bila seseorang yang sedang belajar menyadari bahwa tujuan yang hendak dicapai berguna/bermanfaat baginya maka dimungkinkan motivasi belajar akan muncul dengan kuat. Munculnya motivasi dalam siswa (internal) dalam belajar, karena siswa ingin menguasai kemampuan yang terkandung di dalam tujuan pembelajaran yang bermanfaat untuk dirinya. Dengan menginformasikan garis besar materi, akan memberikan gambaran yang jelas tentang apa yang akan dipelajari dalam suatu pembelajaran.

Motivasi dapat diartikan sebagai kekuatan (*energy*) seseorang yang dapat menimbulkan tingkat persepsi atau antusiasnya dalam melaksanakan kegiatan baik yang bersumber dari dalam diri individu itu sendiri maupun dari luar individu.

1. Teori-teori motivasi

Ada bermacam-macam teori motivasi, salah satu teori yang terkenal kegunaannya untuk menerangkan motivasi siswa adalah yang dikembangkan oleh Maslow (Slameto, 2013). Maslow percaya bahwa tingkah laku manusia dibangkitkan dan diarahkan oleh kebutuhan-kebutuhan yang memotivasi tingkah laku seseorang yang dibagi ke dalam 7 kategori yaitu :

a. Fisiologis

Ini merupakan kebutuhan manusia yang paling dasar, meliputi kebutuhan akan makanan, pakaian, tempat berlindung, yang penting untuk mempertahankan hidup.

b. Rasa aman

Ini merupakan kebutuhan kepastian keadaan dan lingkungan yang dapat diramalkan, ketidakpastian, ketidakadilan, keterancaman, akan menimbulkan kecemasan dan ketakutan pada diri individu.

c. Rasa cinta

Ini merupakan kebutuhan afeksi dan pertalian dengan orang lain.

d. Penghargaan

Ini merupakan kebutuhan rasa berguna, penting, dihargai, dikagumi, dihormati oleh orang-orang lain. Secara tidak langsung ini merupakan kebutuhan perhatian, ketenaran, status, martabat, dan lain sebagainya.

e. Aktualisasi diri

Ini merupakan kebutuhan manusia untuk mengembangkan diri sepenuhnya, merealisasikan potensi-potensi yang dimilikinya.

f. Mengetahui dan mengerti

Ini merupakan kebutuhan manusia untuk memuaskan rasa ingin tahunya, untuk mendapatkan keterangan-keterangan, dan untuk mengerti sesuatu.

g. Estetik

Pada tahun 1970 Maslow memperkenalkan kebutuhan ketujuh yang tampaknya sangat mempengaruhi tingkah laku beberapa individu, yaitu yang disebutnya kebutuhan estetik. Kebutuhan ini dimanifestasikan sebagai kebutuhan akan keteraturan, keseimbangan dan kelengkapan dari suatu tindakan.

Dari uraian tersebut di atas, maka dapat disimpulkan bahwa motivasi adalah daya dorong yang timbul baik dari dalam maupun dari luar diri seseorang untuk memberikan kontribusi yang sebaik mungkin bagi keberhasilan suatu organisasi dalam mencapai tujuan.

Menurut Mc. Donald (Sardiman A.M, 2014), memberikan definisi tentang motivasi adalah perubahan energi dalam diri seseorang yang ditandai dengan munculnya *feeling* dan didahului dengan tanggapan terhadap adanya tujuan. Dari pengertian yang dikemukakan Mc. Donald ini mengandung tiga elemen penting :

- 1) Bahwa motivasi itu mengawali terjadinya perubahan energi pada diri setiap individu manusia. Perkembangan motivasi akan membawa beberapa perubahan energi di dalam sistem *neurophysiological* yang ada pada organisme manusia. Karena menyangkut perubahan energi manusia (walaupun motivasi itu muncul dari dalam diri manusia), penampakannya akan menyangkut kegiatan fisik manusia.
- 2) Motivasi ditandai dengan munculnya, rasa/*feeling*, afeksi seseorang. Dalam hal ini motivasi relevan dengan persoalan-persoalan kejiwaan, afeksi dan emosi yang dapat menentukan tingkah laku manusia.
- 3) Motivasi akan terangsang karena adanya tujuan. Jadi motivasi dalam hal ini sebenarnya merupakan respon dari suatu aksi, yakni tujuan. Motivasi memang muncul dari dalam diri manusia, tetapi kemunculannya karena terangsang/terdorong oleh adanya unsur lain, dalam hal ini adalah tujuan. Tujuan ini akan menyangkut soal kebutuhan.

Dengan ketiga elemen di atas, maka dapat diartikan bahwa motivasi itu sebagai sesuatu yang kompleks. Motivasi akan menyebabkan terjadinya suatu perubahan energi yang ada pada diri manusia, sehingga akan bergayut dengan persoalan gejala kejiwaan, perasaan dan juga emosi, untuk kemudian bertindak atau melakukan sesuatu. Semua ini didorong karena adanya tujuan, kebutuhan atau keinginan.

Seseorang akan belajar apabila mempunyai kemauan untuk belajar. Adanya kemauan untuk belajar tersebut menunjukkan bahwa individu tersebut mempunyai motivasi untuk belajar. Motivasi adalah energi psikologis yang bersifat abstrak dan refleksi kekuatan interaksi antara kognisi, pengalaman, dan kebutuhan (Husdarta HJS, 2010).

Sedangkan Menurut Yusuf Hidayat motivasi adalah proses aktualisasi energi psikologi yang dapat menggerakkan seseorang untuk beraktivitas, sekaligus menjamin keberlangsungan aktivitas tersebut, dan juga menentukan arah aktivitas terhadap pencapaian tujuan (Hidayat., 2008).

Berdasarkan pendapat ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa motivasi adalah kekuatan yang mendorong seseorang untuk bereaksi atau tidak bereaksi untuk menentukan arah aktivitas terhadap pencapaian tujuan, selain itu juga dapat disimpulkan bahwa motivasi sangat penting dalam proses belajar, penampilan olahraga, dan pencapaian prestasi belajar.

2. Jenis-jenis motivasi

Dalam membicarakan jenis-jenis motivasi, dalam hal ini akan dilihat dari dua sudut pandang yaitu, motivasi yang berasal dari dalam diri pribadi seseorang yang disebut “motivasi intrinsik” dan motivasi yang berasal dari luar diri seseorang yang disebut “motivasi ekstrinsik”.

a. Motivasi intrinsik

Menurut Winkel, motivasi timbul dari dalam diri seseorang tanpa bantuan orang lain (Soemanto, 2006). Sedangkan menurut Syaiful Djamarah motivasi intrinsik adalah motif-motif yang menjadi aktif atau

berfungsinya tidak perlu dirangsang (Djamarah, 2008). Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa motivasi intrinsik adalah motivasi yang berasal dari dalam diri individu tanpa rangsangan dari luar.

b. Motivasi ekstrinsik

Motivasi ekstrinsik adalah motif-motif yang aktif dan berfungsinya karena adanya rangsangan dari luar (Sardiman A.M, 2014). Jadi, Motivasi ekstrinsik adalah motivasi yang berasal dari luar individu. Motivasi ini disebabkan oleh keinginan untuk menerima ganjaran atau menghindari hukuman, motivasi yang terbentuk oleh faktor-faktor eksternal berupa ganjaran atau hukuman.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi

Motivasi merupakan salah satu faktor psikologi dalam belajar yang mempunyai peranan yang sangat penting yaitu sebagai penggerak atau pendorong jiwa seseorang untuk melakukan kegiatan belajar. Meskipun demikian, motivasi ini dapat berubah hilang seketika dan muncul dengan tiba-tiba, hal ini terjadi karena adanya faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi belajar. Faktor-faktor tersebut meliputi (Slameto, 2013) :

- a. Perhatian
- b. Minat
- c. Bakat
- d. Kesiapan
- e. Kurikulum
- f. Metode mengajar

g. Sarana dan prasarana

h. Relasi guru dengan siswa

Perhatian akan memperkuat motivasi belajar, untuk menjamin hasil belajar yang baik, maka siswa harus mempunyai perhatian terhadap bahan yang dipelajarinya.

Minat besar pengaruhnya terhadap belajar, karena bila bahan pelajaran yang dipelajari tidak sesuai dengan sebaik-baiknya, karena tidak ada daya tarik baginya. Siswa akan merasa segan untuk belajar, tidak memperoleh kepuasan dalam pelajaran itu. Bahan pelajaran yang menarik minat siswa, lebih mudah dipelajari dan disimpan, karena minat menambah kegiatan belajar.

Bakat itu mempengaruhi belajar. Jika bahan pelajaran yang dipelajari siswa sesuai dengan bakatnya, maka hasil belajarnya lebih baik karena ia senang belajar dan pastilah selanjutnya lebih giat lagi dalam belajarnya itu. Kesiapan ini perlu diperhatikan dalam proses belajar, karena jika siswa belajar dan padanya sudah ada kesiapan maka hasil belajar akan lebih baik.

Kurikulum diartikan sebagai sejumlah kegiatan yang diberikan kepada siswa. Kegiatan itu sebagian besar adalah menyajikan bahan pelajaran agar siswa menerima, menguasai dan mengembangkan bahan pelajaran itu.

Metode mengajar mempengaruhi belajar, metode mengajar guru yang kurang baik akan mempengaruhi belajar siswa yang tidak baik pula. Agar siswa dapat belajar dengan baik, maka metode mengajar harus diusahakan yang setepat, efisien, dan efektif mungkin.

Sarana dan prasarana erat hubungannya dengan cara belajar siswa, karena alat pelajaran yang dipakai oleh guru pada waktu mengajar dipakai pula oleh siswa untuk menerima bahan yang diajarkan itu. Alat pelajaran yang lengkap dan tepat akan memperlancar penerimaan bahan pelajaran yang diberikan kepada siswa. Jika siswa mudah menerima pelajaran dan menguasainya, maka belajarnya akan menjadi lebih giat dan lebih maju. Mengusahakan alat pelajaran yang baik dan lengkap adalah perlu agar guru dapat mengajar dengan baik sehingga siswa dapat menerima pelajaran dengan baik pula.

Di dalam relasi guru dan siswa yang baik, siswa akan menyukai gurunya, juga akan menyukai mata pelajaran yang diberikannya sehingga siswa berusaha mempelajari sebaik-baiknya, hal tersebut juga terjadi sebaliknya. Guru yang kurang berinteraksi dengan siswa secara akrab, akan menyebabkan proses belajar-mengajar itu kurang lancer. Juga siswa merasa jauh dari guru, makan segan berpartisipasi secara aktif dalam belajar.

Meskipun terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi belajar, hal ini tidak boleh dibiarkan begitu saja terutama oleh guru yang terlihat langsung dalam aktivitas pembelajaran guna memudahkan siswa dalam mempelajari pelajaran yang telah disampaikan.

Pada dasarnya motivasi yang dimiliki oleh setiap orang itu memiliki cara yang berbeda-beda. Namun perbedaan tersebut jangan di jadikan sebagai penghambat belajar melainkan untuk menambah semangat motivasi. Untuk itu

perlu disadari bahwa setiap individu tidak ada yang sama persis baik mengenai aspek jasmaniah maupun aspek rohaniah.

1. Fungsi motivasi dalam belajar

Motivasi mempunyai peranan yang strategis dalam aktivitas belajar seseorang. Berikut ini fungsi motivasi dalam belajar (Rohmalia, 2015), yaitu:

a. Motivasi sebagai pendorong perbuatan

Pada mulanya anak didik tidak ada hasrat untuk belajar, karena ada sesuatu yang dicari muncullah minatnya untuk belajar. Sesuatu yang akan dicari itu dalam rangka untuk memuaskan rasa ingin tahunya dari sesuatu yang akan dipelajari.

b. Motivasi sebagai penggerak perbuatan

Dorongan psikologis yang melahirkan sikap terhadap anak didik itu merupakan suatu kekuatan yang tak terbendung, yang kemudian terjelma dalam bentuk gerakan psikofisis.

c. Motivasi sebagai pengarah perbuatan

Anak didik yang mempunyai motivasi menyeleksi mana perbuatan yang harus dilakukan dan mana perbuatan yang diabaikan. Sesuatu yang akan dicari anak didik merupakan tujuan belajar yang akan dicapainya.

2. Strategi meningkatkan motivasi

Teknik meningkatkan motivasi ada berbagai macam, diantaranya yaitu sebagai berikut (Tangkudung & Mylsidayu, 2015):

a. Motivasi verbal

Motivasi verbal adalah motivasi dengan kata-kata atau ucapan, bicara, berdiskusi.

b. Motivasi behavioral/perilaku

Segala perilaku guru penjas/pelatih akan diteladani oleh siswa/atletnya dan dinilai oleh masyarakat. Guru penjas/pelatih memegang peran penting dalam memberikan contoh perilaku positif.

c. Motivasi insentif (bonus) dan ganjaran

Motivasi ini adalah teknik motivasi dengan cara memberikan bonus yang bertujuan untuk menambah semangat belajar dan menambah gairah belajar.

d. Motivasi visualisasi (imajinasi)

Teknik motivasi ini bertujuan untuk mempercepat proses belajar dengan membangkitkan semangat anak didik. Caranya dengan menyuruh atlet untuk melihat, memperhatikan, dan membayangkan dengan seksama suatu pola gerakan kemudian mengingat-mengingat gerakan tersebut.

e. Motivasi intimidasi/*fear motivation*

Teknik motivasi ini berupa ditekan/ditakut-takuti. Cara untuk membangkitkan motivasi ini dengan cara selalu menekankan kepada atlet untuk mematuhi peraturan.

f. Motivasi berbicara sendiri (*self talk/pep talks*)

Motivasi ini umum diberikan sebelum pertandingan dimulai, *pep talks* khusus diberikan pada saat istirahat.

g. Motivasi supertisi

Supertisi adalah suatu motivasi yang percaya pada peralatan/symbol yang dianggap memiliki kekuatan/daya dorong mental.

h. Motivasi rituals (berupa perilaku)

Rituals adalah suatu motivasi yang berupa perilaku sebelum bertanding yang pada akhirnya menjadi sebuah kebiasaan, misalnya berdoa sebelum bertanding, sujud syukur pada saat mencetak gol, dan lain sebagainya.

Berdasarkan uraian tentang motivasi di atas, motivasi tidak selamanya stabil. Hal ini disebabkan banyaknya faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi belajar tersebut seperti kemampuan siswa, kondisi siswa, lingkungan siswa, dll. Faktor-faktor tersebut harus diketahui oleh guru guna memperkuat dan memelihara faktor-faktor yang dapat meningkatkan motivasi dan menghindari faktor-faktor yang dapat melemahkan motivasi.

Dengan demikian motivasi belajar adalah keadaan dalam pribadi orang yang mendorong orang tersebut untuk melakukan aktivitas belajar menyadari bahwa tujuan yang hendak dicapai berguna/bermanfaat. Dapat juga karena siswa ingin menguasai kemampuan yang tergantung di dalam tujuan pembelajaran yang bermanfaat untuk dirinya.

Oleh karena itulah, baik buruknya perbuatan seseorang sangat bergantung pada motivasi yang mendorong perbuatan tersebut. Hal tersebut yang menjadikan motivasi sebagai salah satu ilmu yang menarik dijadikan variabel untuk diteliti.

B. Hakikat Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani menggunakan aktivitas jasmani untuk menghasilkan peningkatan secara menyeluruh terhadap kualitas fisik, mental, dan emosional peserta didik. Pendidikan jasmani memperlakukan setiap peserta didik sebagai satu kesatuan yang utuh, tidak lagi menganggap individu sebagai pemilik jiwa dan raga yang terpisah, sehingga di antaranya dianggap dapat saling mempengaruhi (Agus Mahendra, 2004).

Pendidikan jasmani didefinisikan sebagai fase dari seluruh proses pendidikan yang berhubungan dengan aktivitas dan respons otot yang giat dan berkaitan dengan perubahan yang dihasilkan individu dari respons tersebut (Adang Suherman, 2009). Menurut Bailey dan Field menyatakan bahwa “Pendidikan jasmani adalah proses terjadinya adaptasi dan pembelajaran secara organik, *neuromuscular*, intelektual, sosial, kultural, emosional, dan estetika yang dihasilkan dari proses pemilihan berbagai aktivitas jasmani (Ayi Suherman, 2001).

Sementara itu, Adang Suherman menerjemahkan pendidikan jasmani sebagai kajian, praktik, dan apresiasi atas seni dan ilmu gerak manusia (*human movement*) (Adang, 2003). Pendidikan jasmani merupakan bagian dari proses pendidikan secara keseluruhan. Gerak merupakan sifat alamiah dan merupakan ciri dasar eksistensi manusia sebagai makhluk hidup.

Hakikat pendidikan jasmani diberikan di sekolah untuk membentuk “insan yang berpendidikan secara jasmani (*physically educated person*)”.

National standards for Physical Education (NASPE) sebagaimana yang dikutip oleh Michael W. Metzler (2005) menggambarkan sosok ini dengan syarat dapat memenuhi standar : (1) Mendemonstrasikan kemampuan keterampilan motorik dan pola gerak yang diperlukan untuk menampilkan berbagai aktivitas fisik, (2) Mendemonstrasikan pemahaman akan konsep gerak, prinsip-prinsip, strategi, dan taktik sebagaimana yang mereka terapkan dalam pembelajaran dan kinerja berbagai aktivitas fisik, (3) Berpartisipasi secara regular dalam aktivitas fisik, (4) Mencapai dan memelihara peningkatan kesehatan dan derajat kebugaran, (5) Menunjukkan tanggung jawab personal dan sosial berupa respek terhadap diri sendiri dan orang lain dalam suasana aktivitas fisik, dan (6) Menghargai aktivitas fisik untuk kesehatan, kesenangan, ketenangan, tantangan, ekspresi diri, dan interaksi sosial (Rahayu, 2013).

Kegiatan belajar mengajar dalam pelajaran pendidikan jasmani amat berbeda pelaksanaannya dari pembelajaran mata pelajaran lain. Pendidikan jasmani adalah pendidikan melalui aktivitas jasmani. Samsudin Mengemukakan pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari suatu proses pendidikan secara keseluruhan, adalah proses pendidikan melalui kegiatan fisik yang dipilih untuk mengembangkan dan meningkatkan kemampuan organik, *neuromuskular*, interpretatif, sosial, dan emosional (Samsudin, 2013).

Dari uraian tersebut di atas, maka dapat penulis disimpulkan bahwa Pendidikan Jasmani adalah pendidikan yang dilakukan melalui gerak tubuh atau aktivitas fisik yang ditujukan untuk mencapai tujuan pendidikan. Dengan berpartisipasi dalam aktivitas fisik, siswa dapat menguasai keterampilan dan

pengetahuan, mengembangkan apresiasi estetis, mengembangkan keterampilan generik serta nilai dan sikap yang positif, dan memperbaiki kondisi fisik untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani.

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi (Samsudin, 2013).

Berdasarkan teori di atas dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan, perilaku hidup sehat, aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi.

Memang, pada dasarnya program jasmani memiliki kepentingan yang relatif sama dengan program pendidikan lainnya dalam ranah pembelajaran, yaitu sama-sama mengembangkan tiga ranah utama yaitu psikomotor, afektif, dan kognitif. Namun demikian ada satu kekhasan dan keunikan dari program penjas yang tidak dimiliki oleh program pendidikan, yaitu dalam hal pengembangan wilayah psikomotor, yang biasanya dikaitkan dengan tujuan mengembangkan kebugaran jasmani anak dan pencapaian keterampilan gerakannya.

Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani diharapkan aktivitas yang diberikan guru dalam pengajaran harus sentuhan didaktik-metodik, sehingga aktivitas yang dilakukan dapat mencapai tujuan pengajaran.

1. Tujuan Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani pada penjelasan Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional pasal 37 dituliskan, bahwa bahan kajian pendidikan jasmani, dan olahraga dimaksudkan untuk membentuk karakter peserta didik agar sehat jasmani dan rohani, dan menumbuhkan rasa sportivitas. Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan ditekankan untuk mendorong pertumbuhan fisik, pengembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap mental, emosional, sportivitas, spiritual, dan sosial, serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang. Selain tujuan tersebut dimungkinkan adanya tujuan pengiring, tetapi porsinya beda (Sukrisno, 2007).

Adapun tujuan pendidikan jasmani (Samsudin, 2013) yaitu:

- a. Meletakkan landasan karakter yang kuat melalui internalisasi nilai dalam pendidikan jasmani.
- b. Membangun landasan kepribadian yang kuat, sikap cinta damai, sikap sosial dan toleransi dalam konteks kemajemukan budaya, etnis, dan agama.
- c. Menumbuhkan kemampuan berpikir kritis melalui tugas-tugas pembelajaran pendidikan jasmani.
- d. Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerja sama, percaya diri, dan demokratis melalui aktivitas jasmani.

- e. Mengembangkan keterampilan gerak dan keterampilan teknik serta strategi berbagai permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, senam, aktivitas ritmik, akuatik (aktivitas air) dan pendidikan luar kelas (*outdoor education*).
- f. Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani.
- g. Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain.
- h. Mengetahui dan memahami konsep aktivitas jasmani sebagai informasi untuk mencapai kesehatan, kebugaran, dan pola hidup sehat.
- i. Mampu mengisi waktu luang dengan aktivitas jasmani yang bersifat rekreatif.

Berdasarkan tujuan pendidikan jasmani di atas pembelajaran pendidikan jasmani diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat, sehingga siswa akan dewasa dan mandiri, yang nantinya dapat digunakan dalam kehidupan sehari-hari. Pendidikan jasmani yang diberikan di sekolah harus mengacu pada kurikulum pendidikan jasmani yang berlaku, materi yang diajarkan pada setiap jenjang pendidikan harus benar-benar dipilih sesuai dengan tahap dan pertumbuhan perkembangan anak.

Pencapaian tujuan pendidikan jasmani dipengaruhi oleh faktor guru, siswa, kurikulum, sarana dan prasarana, lingkungan dan sosial, faktor-faktor diatas antara yang satu dan yang lain saling berhubungan sehingga benar-benar harus diperhatikan.

2. Fokus program pendidikan jasmani di Sekolah Dasar

Dalam kurikulum Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar 2004 (2003: 1-2) disebutkan bahwa, Pendidikan Jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani dan direncanakan secara sistematis bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuskular, perseptual, kognitif, sosial dan emosional. Lebih jauh ditegaskan bahwa, Pendidikan Jasmani merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, yang memfokuskan pengembangan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berikpir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani.

Di dalam intensifikasi penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup, peranan Pendidikan Jasmani adalah sangat penting, yakni memberikan kesempatan pada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani yang dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina, sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat. Tidak ada pendidikan yang tidak mempunyai sasaran pedagogis, dan tidak ada Pendidikan yang lengkap tanpa adanya pendidikan jasmani, karena gerak sebagai aktivitas jasmani adalah dasar bagi

manusia untuk mengenal dunia dan dirinya sendiri yang secara alamiah berkembang searah dengan perkembangan zaman. Pendidikan Jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap, mental, emosional, spiritual, sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan yang seimbang (Anwar, 2005).

3. Pelaksanaan Pembelajaran Penjas Kelas IV dan V di SDN Rawa Badak Utara 23 Jakarta Utara

Pembelajaran penjas di SDN Rawa Badak Utara 23 Jakarta Utara merupakan mata pelajaran yang wajib dilakukan dan diikuti oleh semua siswa-siswi dari kelas 1-6 seperti mata pelajaran yang lain. Beberapa persamaan antara pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan mata pelajaran yang lain adalah selain diberikan pada jenjang sekolah, didalam proses pembelajaran juga melibatkan faktor psikis karena pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan itu sendiri memiliki tujuan untuk mewujudkan tujuan Pendidikan Nasional.

Pelaksanaan pembelajaran penjas di SDN Rawa Badak Utara 23 Jakarta Utara dilakukan setiap satu minggu sekali setiap kelasnya yang satu jam pelajarannya adalah 35 menit x 4, dan dalam pembelajarannya guru menggunakan Kurikulum 2013. Jadwal pelaksanaan pembelajaran penjas di kelas IV dilakukan pada setiap hari Kamis dan kelas V setiap

hari Selasa yang dimulai pada jam pertama sampai keempat yaitu pukul 07.00-09.20 WIB.

Menurut perangkat pembelajaran silabus pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan SDN Rawa Badak Utara 23 Jakarta Utara materi penjas yang diberikan untuk kelas IV meliputi :

- a. Permainan bola kecil Tennis
- b. Kasti
- c. Atletik
- d. Sepak bola
- e. Bola voli mini
- f. Latihan daya tahan dan kekuatan
- g. Latihan kelenturan
- h. Senam lantai tanpa alat
- i. Senam lantai dengan alat
- j. Gerak ritmik
- k. Kebersihan lingkungan
- l. Penanganan sampah

Dan materi pembelajaran penjas yang diberikan untuk kelas V meliputi :

- a. Permainan rounders
- b. Permainan sepak bola
- c. Atletik

- d. Kebugaran
- e. Senam
- f. Senam ketangkasan
- g. Ritmik kombinasi
- h. Hidup sehat
- i. Reproduksi

C. Covid-19

Sekolah di lingkungan kota dengan akses internet dan sarana prasarana serta kemampuan penguasaan internet yang bagus, tidak mengalami kesulitan yang dalam implementasi pembelajaran daring. Kondisi ini merupakan hasil penelusuran di masa pandemi covid-19, dengan penggunaan platform pembelajaran daring melalui aplikasi google (google classroom, google form, google docs, google spreadsheet) dengan melakukan penelusuran daring terhadap pelaksanaan pembelajaran di masa covid-19 (Dewi, 2020).

Terdapat empat kendala yang dihadapi oleh dunia pendidikan di masa pandemi covid yakni 1) penguasaan internet yang terbatas guru; 2) kurang memadainya sarana prasarana; 3) terbatasnya akses internet; 4) tidak siap dana pada kondisi darurat (Syah, 2020).

Pembelajaran online di masa pandemi adalah bagian dari upaya meningkatkan kewaspadaan terhadap penyebaran virus covid-19 (Nuryana, 2020). Pembelajaran online pada semua jenjang pendidikan formal juga merupakan upaya nyata yang dilakukan pemerintah untuk memutus mata rantai

penyebaran covid-19 (Dewi, 2020). Meskipun persebaran virus di Indonesia yang hingga bulan Juli 2020 belum menunjukkan penurunan, namun sumbangan dunia pendidikan melalui “pemaksaan” pembelajaran online memiliki peranan penting dalam mendukung upaya pemerintah dan seluruh bangsa untuk menahan laju pertambahan jumlah penderita dan korban covid-19 (Herlina & Suherman, 2020).

Selama masa pandemi covid-19 pembelajaran dilakukan daring secara penuh pada semua proses pembelajaran yang dilakukan secara online. Hal ini memicu persaingan popularitas aplikasi daring yang menawarkan metode-metode pembelajaran yang efektif. Oleh karena itu, pentingnya kesiapan media pembelajaran dan ketersediaan sarana prasarana yang memadai untuk berlangsungnya proses pembelajaran.

D. Penelitian Yang Relevan

1. Penelitian Gus Budi Guntara (2005) yang berjudul “Minat Siswa Kelas V SD Gedong Tengen Yogyakarta dalam mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani. Metode ini menggunakan metode survei. Populasi ini menggunakan seluruh siswa kelas V sebanyak 40 siswa. Teknik analisis datanya menggunakan analisis deskriptif kuantitatif dengan persentase. Hasil penelitian ini adalah kategori sangat tinggi sebanyak 5% kategori tinggi sebanyak 30% kategori sedang sebanyak 35% kategori rendah sebanyak 20% dan kategori yang sangat rendah sebanyak 105% (Gus Budi Guntara, 2005).

2. Penelitian Tedy Andriyanto (2016) yang berjudul “Minat Siswa Kelas IV Dan V Dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan SDN Sendangharjo Sleman Yogyakarta”. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif menggunakan metode survei. Populasi penelitian adalah keseluruhan siswa kelas IV dan V SDN Sendangharjo Sleman Yogyakarta berjumlah 31 siswa. Hasil penelitian ini adalah kategori sangat tinggi sebanyak 6,45% kategori tinggi sebanyak 22,58% kategori sedang sebanyak 41,94% kategori rendah sebanyak 22,58% dan kategori yang sangat rendah sebanyak 6,45% (Andriyanto, 2016).

Penelitian yang saya teliti ini lebih berfokus pada motivasi siswa terhadap pembelajaran PJOK pada siswa Kelas IV Dan V di SDN Rawa Badak Utara 23 Jakarta, dalam penelitian ini penulis mengambil sampel sebagian 10% dari populasi, menggunakan sampel random acak sederhana dari 19 rombel yang ada hanya dua rombel yang diteliti yang berjumlah 75 siswa. Penelitian ini dilakukan pada saat virus covid-19 melanda dunia dan salah satunya Indonesia, sehingga berdampak terhadap semua lini terutama lini pendidikan. Dengan adanya fenomena covid-19 tersebut, minat dan motivasi siswa terhadap pembelajaran PJOK di SDN Rawa Badak Utara 23 Jakarta Utara, selain itu juga menjadi tantangan tersendiri bagi peneliti untuk melaksanakan penelitiannya, dan dengan adanya survei yang dilakukan oleh peneliti menjadi sebuah acuan bagi guru PJOK maupun pihak sekolah di SDN Rawa Badak Utara 23 Jakarta Utara terkait apa saja yang menjadi

motivasi siswa dan dapat diimplementasikan dalam pembelajaran PJOK di SDN Rawa Badak Utara 23 Jakarta Utara.

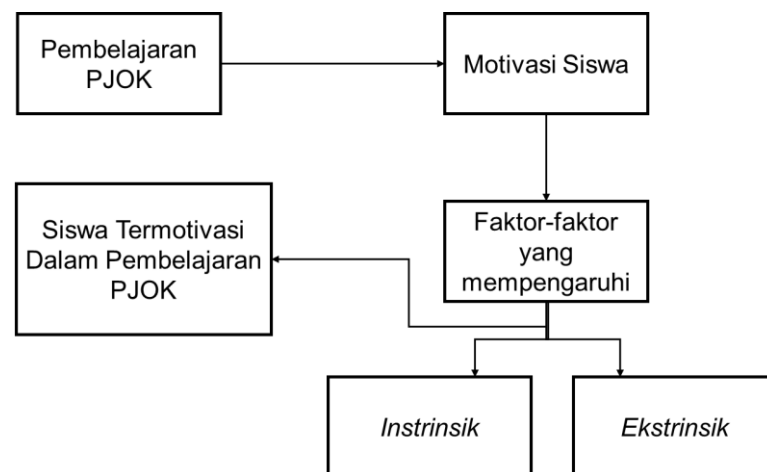
E. Kerangka Berpikir

Motivasi sangat berperan penting terhadap proses berlangsungnya pembelajaran Pendidikan jasmani, olahraga di sekolah. Motivasi siswa yang tinggi pada pembelajaran PJOK merupakan suatu tanda awal yang baik bagi proses pembelajaran PJOK tersebut. Sebaliknya motivasi siswa yang rendah dapat menimbulkan kesulitan bagi proses berlangsungnya pembelajaran penjas tersebut.

Motivasi siswa terhadap pembelajaran PJOK di SD dipengaruhi oleh 2 faktor yaitu faktor *intrinsik* adalah faktor yang terdapat dalam pribadi manusia itu sendiri, yang meliputi aspek perhatian, tertarik dan aktivitas. Dan faktor *ekstrinsik* yaitu faktor yang terdapat diluar pribadi manusia, yang meliputi aspek keluarga, sekolah dan lingkungan. Motivasi siswa dapat diketahui dari keadaan siswa saat mengikuti pembelajaran yang dapat diketahui melalui angket.

Motivasi siswa terhadap pembelajaran PJOK di sekolah dapat berwujud besar dan rendah. Munculnya kemungkinan motivasi siswa yang rendah harus diantisipasi guru PJOK dengan kompetensi diri dan rasa tanggung jawab yang tinggi. Kemampuan guru untuk menimbulkan perasaan senang pada diri siswa terhadap pembelajaran penjas diharapkan mampu dapat menimbulkan

minat yang tinggi. Salah satu cara yang dapat ditempuh guru adalah dengan memberikan pengetahuan kepada siswa tentang manfaat yang diperoleh dari berolahraga, sehingga akan menimbulkan rasa membutuhkan dan minat yang tinggi terhadap pembelajaran PJOK.



Gambar 2.1 Kerangka Berpikir

(Sumber: Penulis)

