



**Sport Science:** Jurnal Sain Olahraga dan Pendidikan Jasmani

ISSN 114-562X (Cetak),

ISSN 2722-7030 (Online)

Volume 20 Nomor 2 Edisi November Tahun 2020

Url: <http://sports-science.pjj.unp.ac.id/index.php/jss/index>

Doi: <https://doi.org/0.24036/jss.v%vi%i.48>

## **Pengaruh Permainan Kecil Terhadap Motivasi Siswa Dalam Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan**

Arie Asnaldi<sup>1</sup>, Hilmainur Syampurma<sup>2</sup>,

<sup>1,2</sup>Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang

[asnaldi@fik.unp.ac.id](mailto:asnaldi@fik.unp.ac.id)<sup>1</sup>, [hilmainursyam@fik.unp.ac.id](mailto:hilmainursyam@fik.unp.ac.id)<sup>2</sup>

### **Abstrak**

Penelitian ini berawal dari pengamatan penulis ke SDN 48 Ganting Kecamatan Koto Tangah Kota Padang saat pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan berlangsung, terlihat kurangnya motivasi siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Hal ini disebabkan oleh faktor kurangnya bentuk permainan kecil dilakukan sewaktu pembelajaran. Tujuan dari penelitian ini untuk melihat pengaruh permainan kecil terhadap motivasi siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Jenis penelitian adalah eksperimen semu (*quasi Experiment*). Populasi dalam penelitian ini yaitu Siswa SDN 48 Ganting sebanyak 89 Siswa. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik purposive sampling, sampel pada penelitian ini berjumlah 25 Siswa. Teknik analisa data menggunakan rumus komparasi yaitu dengan uji t, namun sebelumnya seluruh data harus dinyatakan berdistribusi normal. Dari analisis yang dilakukan, nilai  $t_{hitung}$  antara tes awal dan tes akhir Motivasi siswa menunjukkan angka sebesar 8,00, dan selanjutnya nilai yang diperoleh dibandingkan dengan  $t_{tabel}$  pada taraf signifikan 0,05 dengan derajat kebebasan  $n - 1$  ( $25 - 1 = 24$ ) diperoleh 1,711. Hal ini menunjukkan bahwa nilai  $t_{hitung}$  ( $8,00$ ) >  $t_{tabel}$  ( $1,711$ ) dengan demikian dapat disimpulkan bahwa Permainan Kecil berpengaruh terhadap Motivasi siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

**Kata Kunci:** Permainan Kecil, Motivasi Siswa, Proses Pembelajaran

### **Abstract**

The research started from the author's observation to SDN 48 Ganting. There was a lack of motivational motivation in the learning process of physical education of sports and health due to the lack of small game form factors during learning. The study aimed to see the influence of small games on the motivation of students in the learning process of physical education of sports and health. This study was a pseudo experiment (*quasi Experiment*). The population in the study was 89 students at SDN 48 Ganting. 21 samples were obtained through purposive sampling technique. The data analysis technique using the comparison formula is T-Test, but previously declared as normal distribution. From the analysis, the T value between the initial test and the student motivation final Test showed a figure of 8.00, and subsequently the value obtained compared with this at a significant level of 0.05 with a degree of Freedom  $N - 1$  ( $25 - 1 = 24$ ) was obtained 1.711. This indicates that the value of  $T_{hitung}$  ( $8.00$ ) >  $T_{tabel}$  ( $1.711$ ) can thus be concluded that the small game affects the students' motivation in the process of learning physical education of sports and health.

**Keywords:** Small Game, Student Motivation, Learning Process,

### **PENDAHULUAN**

Pendidikan yang dimaksud adalah pendidikan yang mampu mengangkat harkat dan martabat bangsa Indonesia, serta tersedianya sumber daya manusia yang handal. Dalam UU No 20 Th 2003 tentang system pendidikan nasional antara lain dijelaskan bahwa fungsi dan tujuan pendidikan nasional sebagai berikut :

Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan serta membentuk watak dan peradapan bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan



untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat. Berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab. (Depdinas, 2006:2)

Berdasarkan kutipan di atas dapat diambil kesimpulan bahwa Pendidikan jasmani, olah raga dan kesehatan yang diajarkan disekolah dasar sangat erat kaitannya dengan pencapaian tujuan pendidikan nasional. Dalam hal ini pendidikan jasmani, olahraga kesehatan bertujuan untuk; 1) Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani dan olahraga serta pola hidup melalui berbagai aktifitas jasmani dan olahraga terpilih. 2) Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan spikis yang leih baik. 3) Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar 4) Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. 5) Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya dan demokratis. 6) Mengembangkan keterampilan untuk menjaga percayadiri sendiri, orang lain dan lingkungan. 7) Memahami konsep aktifitas jasmani dan olahraga dilingkungan yang benar sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran tercapai serta memiliki sifat yang positif. (Depdinas, 2006:2).

Salah satu strategi untuk mencapai tujuan pembelajaran tersebut pentingnya permainan kecil dalam kurikulum, maka di SD dikembangkan materi permainan kecil agar siswa dapat melakukan gerak sebanyak mungkin, Dalam beberapa kali pertemuan penulis melihat pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SDN 48 Ganting telah memberikan modifikasi permainan kecil, Diantaranya permainan passing bola sepuluh yang bertujuan untuk melatih pass bawah siswa melalui permainan. Permainan kupu-kupu hinggap untuk melatih kelincahan dan gerobak dorong untuk materi senam lantai dengan Sub materi hand stan kedinding.

Seorang guru harus mampu untuk mengajar dengan baik dan tentunya dengan metode mengajar yang baik pula, sehingga dapat menampilkan prinsip dalam pelaksanaan pengajaran, Agar siswa termotivasi untuk mengikuti pembelajaran, Di samping itu guru harus bisa mengembangkan peraturan-peraturan yang mudah dimengerti siswa sehingga dapat memberi motivasi dalam proses pembelajaran. Motivasi merupakan suatu proses psikologis yang mencerminkan interaksi, sikap, kebutuhan dan keputusan yang terjadi pada diri seseorang dan timbul akibat adanya factor dari dalam dirinya (intrinsik) dan dari luar (ekstrinsik) dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

Jika dikatakan dengan seseorang siswa yang mempunyai motivasi intrinsik yang besar maka ia akan selalu konsisten terhadap tugasnya dan tekun dalam mengikuti proses belajar mengajar, Khususnya pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Selain itu siswa yang memiliki motivasi intrinsik yang tinggi akan memiliki rasa percaya diri yang tinggi, disiplin. Seorang akan terdorong untuk berbuat dengan segala upaya dikarenakan oleh adanya ransangan-ransangan yang begitu menggairkan, Seperti hadiah-hadiah yang disediakan, harapan-harapan, pujian-pujian sebagai nilai penghargaan.

Berdasarkan studi pendahuluan yang penulis lakukan pada SDN 48 Ganting, teramati bahwa masih banyak siswa yang kurang bersemangat dalam mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani. Kekurangan tersebut diduga ada beberapa faktor, diantaranya tidak adanya bentuk permainan kecil yang dilakukan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani kesehatan, keterbatasan sarana dan prasarana, kurangnya motivasi belajar siswa.

Pendidikan penjas dan kesehatan adalah suatu proses pembelajaran yang di desain untuk meningkatkan kesegaran jasmani mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup aktif serta sikap sportif yang serasi, selaras dan seimbang. Lingkungan belajar di atas secara seksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah yang meliputi psikomotor, kognitif dan afektif setiap siswa. Pengalaman belajar yang disajikan akan membantu siswa untuk memahami mengapa manusia bergerak dan bagaimana cara melakukan gerakan secara berencana, bertahap dan berkelanjutan agar dapat meningkatkan sikap positif bagi diri sendiri sebagai



pelaku, dan menghargai manfaat aktifitas jasmani bagi peningkatan kualitas hidup seseorang sehingga akan terbentuk jiwa sportif dan gaya hidup aktif.

Dengan memperhatikan beberapa pendapat yang berkenaan dengan deventasi motivasi, maka dapat disimpulkan bahwa motivasi merupakan dorongan dan rangsangan yang terjadi di dalam diri individu yang diwujudkan kepada tingkah laku untuk memenuhi kebutuhan yang diinginkan. Dengan terwujudnya motivasi ke dalam bentuk tingkah laku, maka dapat diketahui dan diramalkan apa yang menjadi tujuan individu.

## METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian eksperimen semu [quasi Experiment]. Tujuannya adalah untuk menemukan ada atau tidaknya pengaruh perlakuan antara sebab dengan akibat dari variabel-variabel yang dikontrol. Penelitian ini dimaksudkan untuk mencari adakah pengaruh permainan kecil terhadap motivasi siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SDN 48 Ganting Kota Padang. Waktu pada semester januari-juni 2018. Penelitian ini di laksanakan di SDN 48 Ganting Kota Padang.

Populasi dalam penelitian ini adalah Siswa Kelas I-VI SDN 48 Ganting Kota Padang. Menurut Nawawi dalam Masitoh (2006: 27), populasi adalah seluruh objek penelitian, misalnya manusia, hewan, tumbuh-tumbuhan, benda-benda, gejala nilai tes atau peristiwa-peristiwa. Sampel merupakan bagian dari populasi yang akan diteliti. Penarikan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling* yaitu terhadap siswa kelas IV.

Teknik penarikan sampel *purposive sampling* adalah teknik penarikan sampel karena adanya alasan, pertimbangan atau tujuan tertentu. Oleh karena itu, *purposive sampling* tergolong pada sampel non random, dan apakah jumlah sampel itu telah menjadi wakil yang representatif dari populasi (memenuhi prinsip mewakili) dan dapat dipercaya, bukanlah menjadi pertimbangan utama. Adapun yang dijadikan alasan, pertimbangan atau tujuan menetapkan sampel semua siswa kelas IV dan V pada SDN 48 Ganting Kota Padang Kecamatan Koto Tangah Kota Padang tersebut adalah Siswa kelas IV dan V dianggap cukup memahami menjawab pertanyaan pada angket dengan baik dibandingkan dengan kelas yang lebih rendah (kelas I sampai III). Sementara itu, siswa kelas VI harus mempersiapkan diri dengan konsentrasi penuh menghadapi Ujian Nasional (UN) Tahun 2018.

Jenis data dalam penelitian ini adalah data primer yang diambil secara langsung melalui penyebaran angket / kuesioner kepada responden yang menjadi sampel. Untuk mendapatkan data yang diperlukan dalam penelitian ini bersumber dari penyebaran angket pengaruh permainan kecil terhadap motivasi siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani olah raga kesehatan.

## Prosedur Penelitian

### 1. Menyusun jadwal Permainan Kecil

Permainan kecil yang di berikan saat penelitian ini merupakan permainan pilihan yang memiliki tingkat kegembiraan yang tinggi dan menarik, namun juga memiliki gerak yang mampu meningkatkan kesegaran jasmani siswa. Setiap Permainan kecil yang di mainkan waktunya bisa di berikan 15-30 menit, dan waktunya bisa juga tergantung dari siswa dan guru karna Permainan kecil tidak memiliki peraturan yang baku. Lama Penelitian ini dilakukan minimal sampai siswa paham dan mengerti akan permainan kecil, dengan beberapa kali pertemuan pada setiap minggu atau sebanyak 10 kali pertemuan dengan 10 peemainan kecil. Berikut jadwal permainan kecil yang dilakukan di SDN 48 Ganting Kota Padang:

**Tabel 1. Jadwal Permainan Kecil**

No	Nama Permainan	Hari/Tgl/Bln	Waktu/am
1	Ular naga	Senin/20-Mei-2018	08.30-09.30
2	Lari balok	Selasa/21-Mei-2018	07.30-08.30
3	Buaya masuk trowongan	Rabu/22-Mei-2018	07.30-08.30
4	Lari Sambung	Senin/27-Mei-2018	07.30-08.30



5	Lompat kelinci	Selasa/28-Mei-2018	07.30-08.30
6	Kupu – kupu hinggap	Rabu/29-Mei-2018	07.30-08.30
7	Gerobak sodor	Senin/3-Juni-2018	07.30-08.30
8	Jala ikan	Selasa/4-Juni-2018	07.30-08.30
9	Aba – aba kelompok	Rabu/5-Juni-2018	07.30-08.30
10	Gawang berjalan	Kamis/6-Juni-2018	07.30.08.30

## 2. Pree Test (test awal)

Sebelum perlakuan diberikan kepada sampel, terlebih dahulu dilakukan tes awal yaitu dengan membagikan angket.

## 3. Proses permainan kecil

Lakukan *stretching* (peregangan) yang dimulai dari kepala sampai dengan kaki selama 5 menit, dan pemanasan (*Warming Up*) selama 10 menit yang dilakukan dengan gerakan senam dan jogging. Sebelum dilaksanakannya Permainan kecil, peneliti terlebih dahulu memberikan pemanasan yang bertujuan persiapan otot dan sendi untuk menghadapi beban latihan. Menurut (Syafuruddin,2011) “Pemanasan dilakukan sebelum melakukan latihan inti bertujuan untuk; 1. Meningkatkan denyut nadi, 2. Mempersiapkan otot dan sendi, 3. Meningkatkan suhu tubuh, 4. Meningkatkan sirkulasi didalam tubuh, 5. Mempersiapkan psikologis dan emosional”. Setelah melakukan pemanasan barulah memulai melakukan permainan kecil.

## 4. Post Test ( Tes akhir )

Test yang diberikan setelah sampel mendapat perlakuan sebanyak 10 kali pertemuan dengan 10 permainan kecil .

### Teknik dan Alat Pengumpulan Data

Pada penelitian ini teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah dengan cara mengambil data awal dengan melakukan penyebaran angket,kemudian melakukan perlakuan dengan beberapa permainan kecil dan setelah itu kembali mengambil data akhir dengan melakukan penyebaran angket kembali dengan angket yang sama.sedangkan alat yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah daftar pertanyaan, sesuai dengan variable yang akan diteliti. Prosedur penyusunan angket dalam penelitian ini berdasarkan melalui tahap-tahap sebagai berikut : Membuat kisi-kisi pertanyaan kemudian pertanyaan-pertanyaan tersebut disusun untuk dijadikan sebagai angket. Jenis angket yang digunakan adalah angket tertutup, dimana responden diberikan alternative jawaban dan diminta untuk memilih jawaban yang telah tersedia.

Untuk lebih jelasnya tentang penjabaran variabel penelitian merumuskan butir item (butir pertanyaan) pada angket, dikemukakan dalam table 3 berikut :

**Tabel 2. Penyusunan Kisi-Kisi Angket Penelitian**

No	Variabel	Indikator	Sub Indikator	Jumlah Item
1	Motivasi Belajar Siswa	1. faktor Intrinsik	- suka dengan permainan kecil. - kemauan sendiri melakukan permainan kecil. - tertarik untuk melakukan permainan kecil. - hobi melakukan permainan kecil - tidak bikin bosan - bisa menghilangkan rasa jenuh - permainannya menarik - bisa ngilangi stress - bakat	1-13



		2. Faktor Ekstrinsik	a. ingin mendapatkan hadiah. b. ingin nilai tinggi. c. ingin mendapat kebugaran jasmani. d. hanya mencari perhatian. e. paksaan. f. pengaruh teman. g. cari perhatian guru h. takut kena marah guru	14-25
--	--	----------------------	--	-------

Teknik analisis data yang cocok digunakan untuk pengujian hipotesis pada penelitian komparasi dengan menggunakan uji t (Santoso, 2004). Sebelum menggunakan uji t terlebih dahulu dilakukan uji persyaratan analisis distribusi normal dengan rumus uji *lilliefors* (Sudjana, 1996). Kriteria uji jika signifikansi  $> 0,05$  data dinyatakan normal, sebaliknya jika signifikansi  $< 0,05$  data dinyatakan tidak normal. Setelah data terkumpul dan dinyatakan berdistribusi normal, data kemudian dianalisis dengan menggunakan rumus T-Tes

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum dilakukannya perlakuan terhadap 25 orang yang terpilih menjadi sampel, maka terlebih dahulu diadakan tes awal (*pre test*) membagikan angket, setelah diberikan perlakuan dengan melakukan permainan kecil kemudian dilakukan test akhir (*post test*) membagikan angket kedua dengan angket yang sama. Dari kedua data yang diperoleh, kemudian diolah mulai dari menentukan distribusi frekuensi *pre test*, menentukan distribusi frekuensi *post test*, uji persyaratan analisis menggunakan uji normalitas, dan melakukan uji-t. Berdasarkan eksperimen yang telah dilakukan, maka deskriptif data dari analisis ini menunjukkan hasil sebagai berikut:

#### 1. Distribusi Frekuensi Data Awal Pengaruh Permainan Kecil Terhadap Motivasi Siswa Dalam Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan

Berdasarkan analisis terhadap data tes awal sebelum diberikan perlakuan, maka Motivasi siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, menunjukkan hasil sebagai berikut: skor tertinggi yang diperoleh 25, skor terendah 15 dengan rata-rata 10 dan standar deviasi 2,63. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada lampiran ke. Distribusi frekuensi dari data awal Pengaruh permainan kecil terhadap motivasi siswa berikut :

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Data Awal Pengaruh Permainan kecil terhadap Motivasi Siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan**

No	Interval (X)	Fa	Fr
1	15 – 17	6	24 %
2	18 – 19	4	16 %
3	20 – 21	8	32 %
4	22 – 23	6	24 %
5	24 – 25	1	4 %
<b>Jumlah</b>		<b>25</b>	<b>100 %</b>

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi diatas, dijelaskan bahwa Siswa yang memperoleh skor antara 15 – 17 berjumlah 6 orang dengan persentase (24 %), skor antara 18 – 19 berjumlah 4 orang dengan persentase (16 %), skor antara 20 – 21 berjumlah 8 orang dengan persentase (32 %), skor antara 22 – 23 berjumlah 6 orang dengan persentase (24 %), dan skor antara 24 – 25 berjumlah 1 orang dengan persentase (4%).

#### 2. Distribusi Frekuensi Data Akhir Pengaruh Permainan Kecil Terhadap Motivasi Siswa Dalam Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan

Berdasarkan analisis terhadap data tes akhir setelah dilakukannya perlakuan, maka Pengaruh Permainan kecil terhadap Motivasi siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, menunjukkan hasil sebagai berikut: skor tertinggi 25, skor terendah dengan catatan 22 dengan rata-rata 4 dan standar deviasi 1,21. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada lampiran .



Distribusi frekuensi dari data akhir Pengaruh Permainan kecil terhadap Motivasi Siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SDN 48 Ganting Kota Padang:

**Table 4. Distribusi Frekuensi Data Akhir Pengaruh Permainan kecil terhadap Motivasi Siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan**

No	Interval (X)	Fa	Fr
1	21 – 22	8	32 %
2	23 – 24	12	48 %
3	25	5	20 %
<b>Jumlah</b>		<b>25</b>	<b>100 %</b>

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi diatas, dijelaskan bahwa siswa yang memperoleh skor antara 21 – 22 berjumlah 8 orang dengan persentase (32 %), skor antara 23 – 24 berjumlah 12 orang dengan persentase (48 %), skor 25 berjumlah 5 orang dengan persentase (20 %).

#### Uji normalitas dengan liliefors

Analisis uji normalitas data dilakukan dengan uji lilliefors pada data tes awal dan data tes akhir. Hasil analisis uji normalitas di sajikan dalam bentuk tabel di bawah ini;

**Tabel 6. Rangkuman Uji Normalitas**

No	Variabel	N	Lo	Lt	Keterangan
1	Data Awal Motivasi Siswa	25	0,0559	0,1730	Normal
2	Data Akhir Motivasi siswa	25	0,0598	0,1730	Normal

#### Pengujian Hipotesis

Untuk menguji apakah hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima keberadaannya atau tidak maka dilakukan pengujian data yang memakai uji-t pada variabel terikat. Pengujian hipotesis yang dilakukan untuk mengetahui Pengaruh Permainan Kecil Terhadap Motivasi Siswa Dalam Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan. Dari analisis data yang diolah secara manual oleh peneliti dengan menggunakan rumus statistik, nilai  $t_{hitung}$  antara tes awal dan tes akhir Motivasi Siswa menunjukkan angka sebesar 8,00.

Selanjutnya nilai yang diperoleh dibandingkan dengan  $t_{tabel}$  pada taraf signifikan 0,05 dengan derajat kebebasan  $n - 1$  ( $25 - 1 = 24$ ), ternyata nilai yang diperoleh adalah 1,711 hal ini menunjukkan bahwa nilai  $t_{hitung}$  (8,00) >  $t_{tabel}$  (1,711) dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang menyatakan terdapat pengaruh Permainan kecil terhadap motivasi siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dapat diterima keberadaannya.

#### Pembahasan

Dalam konteks pendidikan jasmani, motivasi untuk belajar merupakan kecenderungan seseorang untuk melakukan proses pembelajaran menurut kebutuhannya masing-masing, misalnya seseorang belajar untuk mendapatkan prestasi yang lebih tinggi atau hanya untuk memelihara kesehatan saja, atau juga untuk proses sosialisasi yaitu untuk dapat berhubungan dengan orang lain. Tugas seorang guru adalah untuk membangkitkan motivasi belajar siswa, misalnya dengan menjelaskan maksud dan tujuan tugas yang akan diberikan. Lutan (1998:30) menjelaskan “Teknik memotivasi belajar pendidikan jasmani adalah dengan cara: orientasi sukses, modifikasi cabang olahraga, motivasi dalam diri anak, pengajaran dengan menawarkan tugas dan variasi antar tugas.” Pengajaran akan berhasil mencapai tujuannya kalau anak aktif melaksanakan tugas ajar.

Untuk itu, tugas gerak disesuaikan dengan kemampuan siswa dan kriteria berhasil juga disesuaikan dengan tingkat perkembangan siswa. Memotivasi siswa dalam mengikuti belajar pendidikan jasmani menumbuhkan dorongan dari dalam diri anak untuk mencintai pendidikan jasmani. Lutan (1998: 33) menjelaskan: “Dorongan untuk mencintai pendidikan jasmani berkaitan adalah bagus” dengan rasa puas, senang dan berhasil. Namun sesekali dikombinasikan dengan memotivasi dari luar diri anak yaitu berupa pujian, pemberian hadiah, atau nilai yang bagus”.

Dengan memperhatikan beberapa pendapat yang berkenaan dengan definisi motivasi, Maka dapat disimpulkan bahwa motivasi merupakan dorongan dan rangsangan yang terjadi di dalam diri



individu yang diwujudkan kepada tingkah laku untuk memenuhi kebutuhan yang diinginkan, Dengan terwujudnya motivasi kedalam bentuk tingkah laku, Maka dapat dikatakan dan diramalkan apa yang menjadi tujuan individu.

Dari kebanyakan defenisi motivasi mengandung tiga komponen pokok yaitu menggerakkan, mengarahkan dan menompang tingkah laku manusia. Sehubungan dengan itu dapat kita lihat tujuan motivasi secara umum, dimana motivasi bertujuan untuk menggerakkan/menggugah seseorang agar timbul keinginan dan kemauan untuk melakukan sesuatu sehingga dapat mempengaruhi hasil/mencapai tujuan tertentu. Motivasi dapat diklasifikasikan menjadi dua: (1) motivasi intrinsik, yaitu motivasi internal yang timbul dari dalam diri pribadi seseorang itu sendiri, seperti sistem nilai yang dianut, harapan, minat, cita-cita, dan aspek lain yang secara internal melekat pada seseorang; dan (2) motivasi ekstrinsik, yaitu motivasi eksternal yang muncul dari luar diri pribadi seseorang, seperti kondisi lingkungan kelas-sekolah, adanya ganjaran berupa hadiah (reward) bahkan karena merasa takut oleh hukuman (punishment) merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi motivasi.

Permainan kecil secara garis besarnya merupakan bagian dari cabang olahraga yang dapat dikelompokkan dengan berbagai sudut pandang. Oleh sebab itu permainan ini dapat juga dikelompokkan seperti dibawah ini:

- ❖ Berdasarkan jumlah pemain
  - Permainan beregu
  - Permainan perorangan
  - Permainan berpasangan/ganda
- ❖ Berdasarkan sifat permainan
  - Untuk mengembangkan fantasi ;
  - Untuk mengembangkan kemampuan berfikir
  - Untuk mengembangkan rasa seni (mengikuti irama musik)
  - Untuk mengembangkan aspek kesegaran jasmani dan motorik
- ❖ Berdasarkan alat yang dipakai
  - Tanpa alat dan dengan alat (bola dan selain bola)
- ❖ Berdasarkan bola yang di pakai
  - Permainan bola kecil (berat atau ringan)
  - Permainan bola besar (berat atau ringan)
- ❖ Permainan dengan alat selain bola
  - Permainan memakai kantong kacang
  - permainan memakai balok permainan memakai tongkat
  - Permainan memakai tali pendek /panjang permainan memakai simpai
  - Permainan memakai gada
  - Permainan memakai selendang/saputangan permainan memakai baton dll.

Secara garis besarnya semua permainan tersebut di atas bertujuan untuk,

- Meningkatkan penguasaan keterampilan gerak dasar, termasuk gerak dasar dari setiap cabang olahraga
- Memberikan pengalaman berbagai macam gerak

Persiapan Utama Melakukan Permainan

- Rencanakan permainan untuk partisipasi maksimum supaya semua anak akan sibuk dan aktif.
- Guru dan murid akan mempersiapkan permainan secara keseluruhan mempersiapkan peraturan yang sederhana dan lebih singkat.
- Menyiapkan semua perlengkapan yang dapat dipakai.
- Memilih lapangan sebelum tahap bermain. Jika garis adalah penting, beri tanda sebelum memulai pelajaran. Penggunaan kapur kalau dalam ruangan atau tali atau bendera abila diluar ruangan,



- Bila banyak peraturan permainan dapat diubah untuk disesuaikan dengan keadaan tempat, jumlah perlengkapan, atau jumlah murid. Jangan ragu untuk memodifikasi permainan yang diinginkan kelompok.
- Bila permainan dua orang, tentukan tipe warna untuk menentukan tanda pada setiap tim. (warna baju).
- Rencanakan untuk memainkan permainan dari berbagai formasi, tetapi juga tidak terlalu banyak variasi karena hanya untuk membuang waktu dalam menentukan formasi.

Permainan kecil yang akan diberikan untuk anak tidak atau belum memerlukan keterampilan gerak tingkat tinggi. Setelah tahun-tahun pertumbuhan anak dilaluinya, pemberian kegiatan permainan akan lebih ditingkatkan. Kegiatannya menantang untuk peningkatan keterampilan sesuai dengan setiap perkembangan anak. Permainan yang diberikan di sekolah dasar bermanfaat bagi pembinaan keterampilan gerak. Maksudnya guru tidak mungkin akan memberikan pelajaran secara berkepanjangan melalui penjelajahan dan penemuan saja.

Guru yang bijaksana akan menyelengi pelajaran itu dengan bermain atau permainan. Jadi, permainan merupakan alat untuk mencapai tujuan pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah terutama di sekolah dasar. Dalam Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SDN 48 Ganting Kota Padang permainan kecil sangat berpengaruh terhadap motivasi belajar penjas orkes oleh sebab itu permainan kecil sebaiknya dilakukan pada saat pembelajaran penjas orkes di mulai, semakin sering permainan kecil dilakukan pada saat pembelajaran semakin senang pula siswa melakukan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

Berdasarkan analisis terhadap data tes awal sebelum diberikan perlakuan, maka Motivasi siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, menunjukkan hasil sebagai berikut: skor tertinggi yang diperoleh 25, skor terendah 15 dengan rata-rata 10 dan standar deviasi 2,63. Berdasarkan tabel distribusi frekuensi di atas, dijelaskan bahwa Siswa yang memperoleh skor antara 15 – 17 berjumlah 6 orang dengan persentase (24 %), skor antara 18 – 19 berjumlah 4 orang dengan persentase (16 %), skor antara 20 – 21 berjumlah 8 orang dengan persentase (32 %), skor antara 22 – 23 berjumlah 6 orang dengan persentase (24 %), dan skor antara 24 – 25 berjumlah 1 orang dengan persentase (4%).

Berdasarkan analisis terhadap data tes akhir setelah dilakukannya perlakuan, maka Pengaruh Permainan kecil terhadap Motivasi siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, menunjukkan hasil sebagai berikut: skor tertinggi 25, skor terendah dengan catatan 22 dengan rata-rata 4 dan standar deviasi 1,21. Berdasarkan tabel distribusi frekuensi di atas, dijelaskan bahwa siswa yang memperoleh skor antara 21 – 22 berjumlah 8 orang dengan persentase (32 %), skor antara 23 – 24 berjumlah 12 orang dengan persentase (48 %), skor 25 berjumlah 5 orang dengan persentase (20 %).

Dari hasil perbandingan data mentah tes awal dengan test akhir yang dijelaskan di atas, peneliti dapat menyimpulkan bahwa peningkatan yang tertinggi didapat dengan perolehan nilai  $D = 8$  dan peningkatan terendah didapat dengan perolehan nilai  $D = 1$ . Analisis uji normalitas data dilakukan dengan uji lilliefors pada data tes awal dan data tes akhir. Dari data test awal, hasil pengolahan uji normalitas didapat Berdapat jumlah  $n = 25$  pada taraf nyata  $\alpha = 0.05$  didapat  $L_t = 0,1730$  dan  $L_o = 0,0559$ , berarti  $L_t > L_o$  dan dapat disimpulkan bahwa hipotesis  $H_0$  diterima ( $H_a$  ditolak) maka data di atas dapat dinyatakan berdistribusi normal. Kemudian dari data tes akhir jumlah  $n = 25$  pada taraf nyata  $\alpha = 0.05$  didapat  $L_t = 0,1730$  dan  $L_o = 0,0598$ , berarti  $L_t > L_o$  dan dapat disimpulkan bahwa hipotesis  $H_0$  diterima ( $H_a$  ditolak) maka data tes akhir dapat dinyatakan berdistribusi normal.

Untuk menguji apakah hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima keberadaannya atau tidak maka dilakukan pengujian data yang memakai uji-t pada data pre test dan post test Motivasi siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Masing-masing pengujian hipotesis ini dapat dikemukakan bahwa; terdapat pengaruh permainan kecil terhadap motivasi siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SDN 48 Ganting Kota Padang.



Dari analisis data yang diolah secara manual oleh peneliti dengan menggunakan rumus statistik, nilai  $t_{hitung}$  antara tes awal dan tes akhir Motivasi Siswa menunjukkan angka sebesar 8,00 selanjutnya nilai yang diperoleh dibandingkan dengan  $t_{tabel}$  pada taraf signifikansi 0,05 dengan derajat kebebasan  $n - 1$  ( $25 - 1 = 24$ ), ternyata nilai yang diperoleh adalah 1,711 hal ini menunjukkan bahwa nilai  $t_{hitung}$  ( $8,00$ )  $>$   $t_{tabel}$  ( $1,711$ ) dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang menyatakan terdapat pengaruh Permainan kecil terhadap motivasi siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dapat diterima keberadaannya.

Sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan, tergambar jelas hasil yang diperoleh bahwa permainan kecil dapat meningkatkan motivasi siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. hal ini sangat bermanfaat bagi peneliti untuk menambah ilmu pengetahuan serta pengalaman, serta berharap nantinya juga dapat bermanfaat bagi orang lain khususnya para guru untuk meningkatkan motivasi siswa nya dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

## KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah penulis uraikan pada bab terdahulu, maka dapat diambil kesimpulan permainan kecil berpengaruh terhadap Motivasi siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SDN 48 Ganting Kota Padang. Untuk dapat meningkatkan motivasi siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sebaiknya Permainan kecil lebih sering di mainkan pada saat pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan berlangsung di sekolah.

Kepada peneliti lainnya, untuk dapat melakukan penelitian lanjutan dengan menggunakan sampel yang lebih besar, waktu yang lebih lama, dan jenis permainan kecil yang lebih banyak.

## DAFTAR RUJUKAN

- Arikunto, Suharsimi. (1998). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Pendidikan Tinggi.
- Abdullah.(1994) Metode pendidikan jasmani.Jakarta, Depdiknas
- Bucher (1972) Metode pendidikan jasmani Jakarta :Dirjen olahraga
- Depdiknas (2006). *Kurikulum Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta, Depdiknas.
- Depdiknas RI No 20 tahun 2003 *tentang system Pendidikan Nasional*. Jakarta,
- Depdiknas. Depdikbud (1989) Pendidikan Jasmani. Depdikbud
- Harsono (1988) Psikologi Pendidikan. Surabaya, Gramedia
- Nana. (1989). *Metoda Statistika*. Bandung: Transito.
- Khairuddin. (1999). *Metode Pembelajaran Pendidikan Jasmani*, Depdiknas.
- Khairuddin.(1990).Metode Pembelajaran pendidikan jasmani,Depdiknas
- Sarwono (1983) Psikologi Pendidikan. Jakarta : Depdiknas
- Sardiman. (2004). *Motivasi belajar*. Jakarta,Rajawali



## **Sport Science:** Jurnal Sain Olahraga dan Pendidikan Jasmani

ISSN 114-562X (Cetak),

ISSN 2722-7030 (Online)

Volume 20 Nomor 2 Edisi November Tahun 2020

Url: <http://sports-science.pjj.unp.ac.id/index.php/jss/index>

Doi: <https://doi.org/0.24036/jss.v%vi%i.48>

- Soemito. (1992). *Permainan kecil* Dikbud, Dirjen pendidikan tinggi proyek pembinaan tenaga pendidik.
- Syafruddin. (2011), *Ilmu Kepelatihan Olahraga*, Padang : UNP.
- Singgih Santoso. (2004), *Latihan SPSS Statistik Parametrik*, Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Soemanto. (1990 ). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Slamento. (1995). *Belajar dan Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi*, Jakarta: PT Rineka Cipta
- Stephen Robin (1999) *Psikologi Pendidikan*, Jakarta: Gramedia Sudibyono,
- Setyobroto. (1986). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta : PT. Intermaju. Sudjana,
- Sugiyono (2006) *Skala Pengukuran Variabel - variabel Penelitian*. Bandung: Alfabeta
- Thomburh (1989) *Motivasi dalam Belajar* . Skripsi. Padang, FIK.
- Umar Nawawi. (2006). *Fisiologi Olahraga*. F 45 FIK UNP.
- Umuri. (2008). *Studi tentang Pelaksanaan UKS di Sekolah Dasar Negeri 24 Padang*. Skripsi. Padang: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
- Prayitno, Elida.(1993). *Pengetahuan Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Purwanto (1990). *Motivasi pendidikan* Jakarta : Rineka Cipta.
- Williadi Rasyid, (1999). *Permainan Kecil* Padang : FPOK.
- Winkel (1987). *Psikologi Pendidikan*. Semarang: Gramedia
- Yosrita (2005). *Proses Pembelajaran Pen/as Di SD Negeri 09 Muara Pemas Kecamatan Bukit Sandi Kabupaten Solok*. Skripsi, Padang: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
- Zulkifli (2005). *Persepsi Siswa Terhadap Permainan Kecil Dalam Proses Belajar Mengajar Penjas Di SMP N 4 Pariaman*. Skripsi, Padang : Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang..