

BAB 2

TINJAUAN TEORITIS

2.1 Kajian Pustaka

2.1.1 Konsep Belajar

Mendengar istilah belajar khususnya di Indonesia mungkin sudah tidak asing lagi di benak masyarakat, karena belajar merupakan bagian yang sangat mendasar yang perlu dikembangkan dalam diri setiap individu. Orang sering beranggapan bahwa belajar hanya terjadi dalam konteks dunia pendidikan, seperti di sekolah dan perguruan tinggi, padahal itu tidak sepenuhnya benar. Menurut Aunurrahman (2016) menjelaskan bahwa:

Istilah belajar tidak terbatas penggunaannya dalam kegiatan formal saja seperti pendidikan di sekolah, akan tetapi juga di digunakan untuk menyatakan aktivitas sehari-hari yang berkenaan dengan upaya untuk mendapatkan informasi, pengetahuan atau keterampilan baru yang belum diketahui atau untuk memperluas dan memperkuat pengetahuan tentang sesuatu yang telah dimiliki sebelumnya (hal 32).

Pendapat di atas beranggapan bahwa belajar tidak dapat dianggap hanya milik bidang pendidikan saja tetapi istilah belajar dapat digunakan dalam lingkup yang luas, meskipun belajar tidak dapat dibatasi sifatnya, tetapi evaluasi terhadap belajar itu sendiri harus dilakukan sedemikian rupa sehingga sifatnya pembelajaran, kecernaan, dan makna dapat disimpulkan dari proses pembelajaran itu sendiri. Menurut (Lefudin, 2014) “Belajar merupakan suatu proses dan aktivitas yang melibatkan seluruh indra yang mampu mengubah perilaku seseorang terhadap dirinya sendiri, orang lain dan lingkungannya” (hlm 4). Pendapat berikut menjelaskan bahwa belajar adalah suatu proses dan kegiatan yang melibatkan seluruh panca indera yang dapat mengubah perilaku seseorang terhadap dirinya sendiri, orang lain dan lingkungannya. Belajar adalah suatu proses atau kegiatan yang dapat mempengaruhi dan mengubah perilaku seseorang, tidak hanya terhadap diri sendiri tetapi juga terhadap orang lain dan lingkungannya.

Dari beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa Belajar merupakan bagian integral dari kehidupan manusia. Dari perspektif pembelajaran, pembelajaran tidak bisa hanya dilihat dari satu sisi tetapi harus dilihat secara holistik ketika masyarakat pada umumnya selalu mengaitkan proses pembelajaran dengan bidang formal atau pendidikan, menjaga agar masyarakat perlu mengetahui bahwa belajar dapat dilakukan dimana saja, kapan saja dan dengan siapa saja, bertujuan untuk menambah wawasan dari mereka yang awalnya gaptek untuk mengerti dan mereka yang sudah memiliki wawasan yang bisa memperkuat apa yang dilihat secara mendalam.

2.1.2 Tujuan Belajar

Tujuan belajar merupakan hal yang sangat esensial, baik rangka perencanaan, pelaksanaan, maupun penelitian. Tujuan memberikan petunjuk untuk memilih pelajaran, menata urutan topik-topik mengalikasikan waktu, memilih alat bantu pembelajaran serta menyediakan ukuran untuk mengukur hasil belajar siswa. Sejumlah hasil belajar yang menunjukkan bahwa siswa telah melakukan kegiatan belajar, yang meliputi pengetahuan, keterampilan dan sikap-sikap yang baru. Tujuan belajar adalah suatu deskripsi mengenai tingkah laku yang diharapkan tercapai oleh siswa setelah berlangsungnya proses belajar. Tujuan belajar menurut Syarifudin (2011) dalam Islam, yaitu mencari rezeki di dunia, selamat dunia dan akhirat, dan memperkuat akhlak. Menurut Dalyono dalam Syarifudin (2011) tujuan belajar adalah sebagai berikut:

1. Belajar bertujuan mengadakan perubahan dalam diri antara lain adalah perubahan tingkah laku.
2. Belajar bertujuan mengubah kebiasaan yang buruk menjadi baik.
3. Belajar juga bertujuan mengubah sikap dari negatif menjadi positif, tidak hormat menjadi hormat, benci menjadi sayang dan sebagainya.
4. Dengan belajar dapat memiliki keterampilan.
5. Belajar bertujuan menambah pengetahuan dalam berbagai bidang ilmu. (hlm. 49-50).

Tujuan belajar yang dikemukakan oleh Hadjar Dewantara dalam Mujito (2014) adalah “Untuk membentuk manusia yang mampu berkembang secara utuh dan selaras dari segala aspek kemanusiaan dan mampu menghargai kemanusiaan setiap orang sehingga, peserta didik dapat berlaku mandiri dan dewasa dalam menjalankan kehidupan dimasyarakat” (hlm. 69).

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa tujuan belajar adalah terjadinya perubahan dalam diri mahasiswa terhadap cara berfikir, mentalitas dan perilakunya yang meliputi aspek kognitif (pengetahuan), afektif (pemahaman) dan psikomotorik (keterampilan).

2.1.3 Prinsip-Prinsip Belajar

Belajar adalah suatu proses atau usaha yang dilakukan oleh individu untuk mendapatkan suatu perubahan dalam hidupnya baik tingkahlaku, sikap, keterampilan, daya pikir, dan berbagai kemampuan lainnya yang diperlukan dalam kehidupan yang menunjukkan perubahan perilakunya. Selanjutnya, menurut Dalyono dalam syarifudin (2011) prinsip-prinsip belajar antara lain:

1. Kematangan jasmani dan rohani

Salah satu prinsip utama belajar adalah harus mencapai kematangan jasmani dan rohani sesuai dengan tingkatan yang dipelajarinya. Kematangan jasmani yaitu telah sampai pada batas minimal umur serta kondisi fisiknya telah cukup kuat untuk melakukan kegiatan belajar.

Kematangan rohani artinya telah memiliki kemampuan secara psikologis untuk melakukan kegiatan belajar, misalnya kemampuan berpikir, ingatan, fantasi dan sebagainya.

2. Memiliki kesiapan

Setiap orang yang hendak melakukan kegiatan belajar harus memiliki kesiapan yakni fisik, mental maupun perlengkapan belajar. Kesiapan fisik berarti memiliki tenaga cukup dan kesehatan yang baik, sementara kesiapan mental, memiliki minat dan motivasi yang cukup untuk melakukan kegiatan belajar. Belajar tanpa kesiapan fisik, mental dan perlengkapan akan banyak mengalami kesulitan, akibatnya tidak memperoleh hasil belajar yang baik.

3. Memahami tujuan

Setiap orang yang belajar harus memahami apa tujuannya, kemana arah tujuan itu dan apa manfaat bagi dirinya. Prinsip ini sangat penting dimiliki oleh orang belajar agar proses yang dilakukannya dapat cepat selesai dan berhasil. Belajar tanpa memahami tujuan dapat menimbulkan kebingungan pada orangnya hilang kegairahan, tidak sistematis atau asal ada saja. Orang yang belajar tanpa tujuan ibarat kapal berlayar tanpa tujuan terombang-ambing tak tentu arah yang dituju sehingga akhirnya bisa terdampar di batu karang atau ke suatu pulau.

4. Memiliki kesungguhan

Orang yang belajar harus memiliki kesungguhan untuk melaksanakannya. Belajar tanpa kesungguhan akan memperoleh hasil yang kurang memuaskan. Selain itu, akan banyak waktu dan tenaga terbuang dengan percuma.

5. Ulangan dan latihan

Prinsip yang tak kalah pentingnya adalah ulangan dan latihan. Sesuatu yang dipelajari perlu diulang agar meresap dalam otak, sehingga dikuasai sepenuhnya dan sukar dilupakan. (hlm. 120-124).

Dari penjelasan di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa prinsip-prinsip belajar meliputi kematangan jasmani dan rohani, memiliki kesungguhan, memahami tujuan, memiliki kesiapan dan adanya pembiasaan.

2.1.4 Konsep Pembelajaran

Proses pembelajaran merupakan salah satu aspek interaksi yang berlangsung melalui kegiatan belajar dan mendidik secara terus menerus, sehingga dapat mempengaruhi perubahan perilaku. Pembelajaran dapat digambarkan sebagai suatu proses yang memadukan dua kegiatan yaitu kegiatan belajar dan kegiatan mengajar. Menurut (Hanafy, 2014) berpandangan

“Pembelajaran adalah suatu usaha yang disengaja, bertujuan, dan terkendali agar orang lain belajar atau terjadi perubahan yang relatif menetap pada diri orang lain” (hlm 15). Maksud dari pendapat di atas adalah bahwa proses pembelajaran harus terdiri dari strategi yang baik, dan karena tidak ada instruksi yang jelas beredar, dalam praktiknya semuanya dapat dikendalikan sesuai rencana, terutama siswa akan memiliki efek yang dihasilkan dalam bentuk dapat merasakan Perubahan perilaku yang relatif permanen. Menurut Gagne dan Briggs (Lefudin, 2014) “*Instruction* atau pembelajaran adalah suatu sistem yang bertujuan untuk membantu proses belajar siswa, yang berisi serangkaian peristiwa yang dirancang, disusun sedemikian rupa untuk mempengaruhi dan mendukung, terjadinya proses belajar siswa yang bersifat internal” (hlm 13). Maksud dari pendapat di atas adalah pembelajaran adalah sebuah sistem yang dirancang untuk mendukung proses belajar siswa. Dalam sistem ini ada beberapa acara yang dirancang dengan sedemikian rupa untuk mempengaruhi dan mendukung kepada kelangsungan proses belajar siswa yang bersifat internal.

Tidak dapat disangkal bahwa pendidik adalah jembatan yang memberikan pengetahuan kepada siswa selama proses pembelajaran dan menciptakan kegiatan pembelajaran yang mempengaruhi perubahan perilaku. Seperti yang dikemukakan oleh Trianto (Pane Aprida et. al, 2017) “Bahwa pembelajaran merupakan usaha sadar dari seorang guru untuk mengajar peserta didiknya (mengarahkan interaksi peserta didik dengan sumber belajar lain) dengan maksud agar tujuannya dapat tercapai” (hal 338). Pendapat berikut memperjelas bahwa pendidik atau guru memainkan peran penting dalam proses pembelajaran. Di sana, guru harus secara sadar atau merencanakan proses pendidikan (mengarahkan interaksi siswa dengan sumber belajar lainnya) Agar dapat menyelesaikan proses pembelajaran.

Banyaknya pandangan yang berpendapat mengenai pembelajaran, maka perlu adanya kesenjangan agar masyarakat global dapat mengambil esensi dari proses Pembelajaran telah dipahami sejak awal dengan munculnya berbagai pendapat para ahli tentang pembelajaran, dan dapat ditarik benang merah terkait apa itu pembelajaran. Proses pembelajaran adalah kegiatan yang melibatkan proses belajar mengajar di mana guru menanamkan pengetahuan. Siswa berasimilasi dan menanggapi pengetahuan yang berasimilasi. Terjadi proses interaksi yang mengakibatkan siswa mengalami perubahan tingkah laku yang bersifat permanen.

Belajar merupakan perubahan yang relatif permanen dalam perilaku atau potensi sebagai hasil dari pengalaman atau latihan, hal ini di perkuat oleh Hermawan, (2017) “Belajar itu suatu proses perubahan, Perubahan-perubahan tersebut merupakan perubahan yang positif artinya perubahan yang menuju ke arah kemajuan atau perbaikan” (hlm.85). Menurut (Ekayani, 2017) berpendapat bahwa belajar merupakan “sebuah proses perubahan didalam kepribadian

manusia dan perubahan tersebut ditampakkan dalam bentuk peningkatan kualitas dan kuantitas tingkah laku". seperti peningkatan kecakapan, pengetahuan, sikap, kebiasaan, pemahaman, keterampilan, daya pikir dan kemampuan-kemampuan yang lain. Dari pernyataan diatas dapat diambil kesimpulan bahwa belajar merupakan aktivitas yang dilakukan setiap individu untuk menambah pengetahuan dan keterampilan yang ditujukan dari perubahan tingkah laku untuk mencapai suatu tujuan.

2.1.5 Prinsip-Prinsip Pembelajaran

Belajar harus mengarah pada hal-hal yang positif dan konstruktif. Setiap individu dapat belajar dari lingkungan seperti sekolah, rumah, masyarakat, laboratorium dan museum. Secara umum, belajar adalah proses atau usaha yang dilakukan setiap individu untuk membuat perbedaan dalam hidupnya, seperti perilaku, pola, pemikiran, nilai-nilai kehidupan, dan berbagai keterampilan lain yang dibutuhkan kehidupan. Menurut H. Gani (2014) "Prinsip-prinsip pembelajaran merupakan aspek kejiwaan yang perlu dipahami setiap pendidik selaku tenaga profesional yang memikul tanggung jawab besar dalam mencerdaskan anak bangsa. Dari prinsip tersebut terdapat beberapa prinsip yang relatif berlaku umum yang dapat digunakan sebagai dasar dalam proses pembelajaran yaitu":

- 1) Perhatian dan motivasi, perhatian mempunyai peranan penting dalam kegiatan pembelajaran, tanpa adanya perhatian maka pelajaran yang diterima dari pendidik adalah sia-sia. Bahkan dalam kajian teori belajar terungkap bahwa tanpa adanya perhatian tak mungkin terjadi belajar. Perhatian terhadap pelajaran akan timbul pada mahasiswa apabila bahan pelajaran itu sesuai kebutuhannya, sehingga termotivasi untuk mempelajari secara serius.
- 2) Keaktifan, kecenderungan psikologi dewasa ini menganggap bahwa siswa adalah makhluk yang aktif. siswa mempunyai dorongan untuk berbuat sesuatu, mempunyai kemauan dan aspirasinya sendiri. Dimiyati dan Mudjiono mengatakan bahwa "belajar hanya dialami oleh peserta didik sendiri, peserta didik adalah penentu terjadinya atau tidak terjadi proses belajar. "Hal ini menunjukkan bahwa belajar tidak bisa dipaksakan oleh orang lain dan juga tidak bisa dilimpahkan kepada orang lain. Belajar hanya mungkin terjadi apabila anak aktif mengalami sendiri.
- 3) Keterlibatan Langsung / Berpengalaman, Dalam diri mahasiswa terdapat banyak kemungkinan dan potensi yang akan berkembang. Potensi yang dimiliki peserta didik berkembang ke arah tujuan yang baik dan optimal, jika diarahkan dan punya kesempatan untuk mengalaminya sendiri.

- 4) Pengulangan dalam kaitannya dengan pembelajaran adalah suatu tindakan atau perbuatan berupa latihan berulang kali yang dilakukan peserta didik yang bertujuan untuk lebih memantapkan hasil pembelajarannya. Pemantapan diartikan sebagai usaha perbaikan dan sebagai usaha perluasan yang dilakukan melalui pengulangan-pengulangan.
- 5) Tantangan, apabila pendidik menginginkan mahasiswanya berkembang dan selalu berusaha mencapai tujuan, maka pendidik (dosen) harus memberikan tantangan dalam kegiatan pembelajaran. Tantangan dalam kegiatan pembelajaran dapat diwujudkan melalui bentuk kegiatan, bahan, dan alat pembelajaran yang dipilih untuk kegiatan tersebut.
- 6) Perbedaan Individual, Pada dasarnya tiap individu merupakan satu kesatuan, yang berbeda antara satu dengan yang lainnya. Tidak ada yang sama baik dari aspek fisik maupun psikis. Dimiyati dan Mudiyono berpendapat bahwa "peserta didik merupakan individu yang unik, artinya tidak ada dua orang peserta didik yang sama persis, tiap peserta didik memiliki perbedaan satu sama lain. Perbedaan itu terdapat pula pada karakteristik psikis, kepribadian dan sifat-sifatnya (hlm.33-39).

Pengamatan di atas menjelaskan bahwa prinsip pembelajaran sangat penting jika ada prinsip pembelajaran yang perlu diperhatikan dalam proses pembelajaran, maka prinsip-prinsip pembelajaran menurut Rifa'i (2012) "Bisa diartikan sebagai pedoman yang menjadi pokok dasar atau landasan dalam pembelajaran. Beberapa prinsip pembelajaran meliputi: (1) perhatian; (2) keaktifan; (3) keterlibatan langsung; (4) pengulangan; (5) tantangan; (6) balikan dan penguatan; dan (7) perbedaan individual". Secara umum apabila melihat prinsip-prinsip pembelajaran di atas merupakan rangsangan-rangsangan yang diberikan oleh pengajar kepada siswa. Sedangkan rangsangan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi motivasi belajar. Sementara dalam penelitian Kurniati (2015) menunjukkan hasil bahwa perhatian memberikan pengaruh yang signifikan terhadap motivasi.

Berdasarkan beberapa definisi di atas, prinsip pembelajaran bisa diartikan sebagai pelaksanaan pedoman yang menjadi pokok dasar atau landasan dalam pembelajaran yang dilakukan oleh dosen dan mahasiswa, prinsip tersebut memiliki point penting dalam ketercapaian belajar pada mahasiswa itu sendiri.

2.1.6 Komponen-komponen Pembelajaran

Pembelajaran dapat digambarkan sebagai sistem yang dirancang untuk menghasilkan hasil yang khas. Tentunya untuk mencapai suatu hasil yang berkarakteristik, kita harus melalui proses pembelajaran yang tujuannya untuk mencerdaskan siswa. Proses pembelajaran sebagai suatu sistem merupakan rangkaian kegiatan dengan berbagai komponen yang saling

berinteraksi. Komponen-komponen yang terdapat dalam proses pembelajaran menurut (Pane Aprida et. al, 2017):

1. Guru dan siswa

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

2. Tujuan Pembelajaran

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

3. Materi pembelajaran

Materi pembelajaran adalah substansi yang dapat disampaikan dalam proses belajar mengajar. Tanpa adanya materi pembelajaran proses belajar mengajar tidak dapat berjalan. Oleh karena itu, guru yang dapat mengajar pasti memiliki dan menguasai materi pelajaran yang dapat disampaikan kepada siswa. Materi belajar merupakan satu sumber belajar bagi siswa. Materi yang disebut sebagai sumber belajar ini adalah sesuatu yang membawa pesan untuk tujuan pembelajaran. Suharmi Arikunto memandang bahwa materi pelajaran merupakan unsur inti yang ada di dalam kegiatan belajar mengajar, karena bahan pelajaran itulah yang diupayakan untuk dikuasai oleh siswa. Maka, seorang guru ataupun pengembangan kurikulum seharusnya tidak boleh lupa harus memikirkan sejauh mana bahan-bahan yang topiknya tertera yang berhubungan dengan kebutuhan siswa pada usia tertentu dan dalam lingkungan tertentu juga.

4. Metode Pembelajaran

Menurut J.R David dalam *Teaching Strategies For College Class Rome* yang dikutip oleh Abdul Majid, mengatakan “bahwa pengertian metode adalah cara untuk mencapai sesuatu. Untuk melaksanakan suatu strategi digunakan seperangkat metode pengajaran tertentu”.

5. Alat Pembelajaran

Alat pembelajaran adalah media yang berfungsi sebagai alat pendukung untuk memperlancar penyelenggaraan agar lebih efisien dan efektif dalam mencapai tujuan pembelajaran. Alat bantu atau media pembelajaran data berupa orang, makhluk hidup, benda-benda, dan segala sesuatu yang dapat digunakan guru sebagai perantara untuk menyajikan bahan pelajaran.

6. Evaluasi

Evaluasi merupakan komponen terakhir dalam sistem pembelajaran. Evaluasi bukan saja berfungsi untuk melihat keberhasilan siswa dalam pembelajaran, akan tetapi juga berfungsi sebagai umpan balik guru atas kinerja yang telah dilakukan dalam proses pembelajaran. melalui evaluasi dapat diketahui kekurangan dalam pemanfaatan berbagai komponen dalam pembelajaran (hal 340). Uraian di atas merupakan salah satu pandangan tentang proses pembelajaran yang dapat dirasakan oleh semua kalangan. Konsep pembelajaran memiliki dampak yang besar terhadap kelangsungan hidup masyarakat global. Konsep yang dipelajari dapat memengaruhi perubahan perilaku yang penting dan bertahan lama jika tanaman ditanam dengan benar sejak usia dini.

2.1.7 Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan salah satu mata pelajaran yang dilaksanakan pada jenjang pendidikan dasar (SD), sekola menengah pertama (SMP), sekolah menengah akhir (SMA) dan bahkan pada Pendidikan tinggi. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan memiliki tujuan yaitu untuk dapat mengembangkan aspek dalam kebugaran jasmani, keterampilan motorik, keterampilan dalam berpikir secara kritis, keterampilan sosial, penalaran, tingkat emosional, moral serta aspek penerapan pola hidup sehat. Menurut Widodo, (2018) mengemukakan bahwa “pendidikan jasmani pada hakekatnya adalah Pendidikan untuk jasmani dan juga pendidikan melalui aktivitas jasmani”. Berdasarkan pendapat tersebut, dapat dipahami bahwasanya pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan melalui penyediaan pengalaman belajar dengan menggunakan aktivitas jasmani guna mencapai sebuah tujuan dalam pendidikan yang menyeluruh. Menurut Setiawan, (2017) Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan padadasarnya merupakan “Pendidikan melalui aktivitas jasmani untuk mencapai perkembangan individu secara menyeluruh” (hlm.145). Dalam pendapat yang dikemukakan tersebut disimpulkan bahwa pendidikan jasmani membahas tentang gerak atau aktivitas jasmani. Dengan contohnya adanya gerak dasar yang diberikan pada saat pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar.

Pendidikan jasmani Olahraga dan kesehatan juga berkaitan dengan mental dan emosional seseorang dalam melakukan suatu gerakan atau aktivitas jasmani. Menurut Mulya

& Agustriyani, (2016) pendidikan jasmani adalah “Proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik dan kesehatan untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu baik dalam hal fisik, mental serta emosional” (hlm.08). Pengetian ini menjelaskan bahwa pendidikan jasmani selain memberikan manfaat fisik juga memberikan tentang perkembangan mental dan emosional. Pendidikan jasmani Olahraga dan Kesehatan sangat berkaitan erat dengan pengalaman gerak sejalan dengan pernyataan yang dikemukakan oleh Nugraha, (2015)” Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan melalui pengalaman gerak yang mendorong kemampuan fisik, keterampilan motorik, perkembangan kognitif, perkembangan sosial emosional dan spiritual” (hlm.258). Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani adalah bagian proses pendidikan dengan adanya aktivitas melalui pengalaman gerak untuk mengembangkan kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental dan emosional.

2.1.8 Tujuan Pendidikan Jasmani

Tujuan pendidikan jasmani bukan hanya menekankan pada perkembangan aspek jasmani saja tetapi juga aspek lainnya seperti mental, sosial, emosional dan moral. Berdasarkan pemahaman mengenai hakikat pendidikan jasmani maka tujuan pendidikan jasmani menurut Utama (2011) sama dengan tujuan pendidikan pada umumnya, karena pendidikan jasmani merupakan bagian yang integral dari pendidikan pada umumnya melalui aktivitas jasmani. Aktivitas jasmani yang meliputi berbagai aktivitas jasmani dan olahraga hanya sebagai alat atau sarana untuk mencapai tujuan pendidikan pada umumnya. Secara rinci tujuan pendidikan terdapat dalam UU No. 20 Th. 2003 bahwa pendidikan nasional bertujuan untuk berkembangnya potensi mahasiswa 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. Sedangkan pendapat dari Bangun & sabarudin (2016) “Pendidikan jasmani dan olahraga adalah suatu proses yang dilaksanakan pada setiap jenjang mulai dari sekolah dasar sampai sekolah menengah yang menggunakan aktivitas atau anggota fisik untuk mencapai kesehatan dan kebugaran fisik, keterampilan gerak yang berakibat pada berkembangnya kemampuan sikap dan intelektual pada kehidupan sehari-hari”.

Berdasarkan tujuan pendidikan jasmani di atas pembelajaran pendidikan jasmani diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup segar dan bugar sepanjang hayat. Pencapaian tujuan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tidak lepas dari pengaruh guru,

siswa, kurikulum, sarana prasarana, lingkungan dan sosial, faktor – faktor di atas anatara yang satu dengan yang lain saling berhubungan sehingga benar benar harus di perhatikan.

2.1.9 Konsep Motivasi

Kata *motif* sering diartikan sebagai daya dalam diri seseorang untuk melakukan sesuatu. Motif adalah sebab yang menjadi dorongan tindakan seseorang. Motif diartikan sebagai daya yang mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu. Motif dapat dikatakan sebagai daya penggerak dari dalam diri subyek untuk melakukan aktivitas-aktivitas tertentu demi mencapai suatu tujuan. Bahkan motif dapat diartikan sebagai kondisi intern. (kesiapsiagaan), berawal dari kata motif itu, makaka motivasi dapat diartikan sebagai daya penggerak yang telah menjadi aktif. Menurut Sardiman (2018). “Motif menjadi aktif pada saat tertentu, terutama bila kebutuhan untuk mencapai tujuan dapat dirasakan mendesak” (hlm.73).

Motif dapat dikatakan sebagai daya penggerak dari dalam dan di dalam seseorang untuk bertingkah laku atau berbuat sesuatu untuk mencapai suatu tujuan tertentu. Seperti yang dijelaskan oleh Hasibuan dalam Paita et al (2015) “Istilah motivasi berasal dari kata blatin *move* yang berarti dorongan atau menggerakkan. Motivasi mempersoalkan bagaimana cara mengarahkan daya dan potensi agar bekerja/belajar mencapai tujuan yang ditentukan” (hlm.686). Menurut Sardiman (2018) "Motivasi adalah dorongan dalam kegiatan belajar, sehingga motivasi dapat dikatakan sebagai daya penggerak dalam diri seseorang yang menimbulkan kegiatan belajar supaya tujuan yang dikehendaki oleh subjek belajar itu dapat dicapai" (hlm.73). Hamalik (2011) mengatakan bahwa “Belajar merupakan suatu proses, suatu kegiatan dan bukan merupakan suatu hasil atau tujuan" (hlm.36). Dengan demikian peneliti dapat menyimpulkan bahwa motif atau daya penggerak dalam diri seseorang ketika daya penggerak ini telah aktif maka inilah yang disebut motivasi.

Proses belajar mengajar adalah suatu proses yang dengan sengaja diciptakan untuk kepentingan peserta didik. Agar peserta didik dapat senang dalam belajar, namun tidak semua peserta didik bergairah dalam belajar terdapat berbagai faktor penyebabnya. Masalah motivasi adalah salah satu deretan dari sederetan faktor penyebabnya itu. Istilah motivasi seringkali digunakan pada pendidikan, motivasi adalah proses pemberian semangat dan kegigihan perilaku (Santrock dalam R. Efendi & Gustriani, 2020, hlm.62). Artinya, perilaku yang termotivasi adalah perilaku yang penuh energi dan terarah. Motivasi dapat juga dikatakan sebagai serangkaian usaha yang menyediakan kondisi-kondisi tertentu, sehingga merangsang

seseorang untuk mempunyai keinginan dan berusaha untuk meniadakan atau mengelakkan perasaan tidak suka itu (Sardiman, 2011, hlm.75).

Dalam proses belajar syarat mutlak peserta didik adalah harus mempunyai motivasi yang kuat agar dapat terarah dan mencapai suatu tujuan yang diharapkan. Motivasi dapat menentukan seberapa banyak peserta didik akan belajar, seberapa banyak kegiatan yang mereka ikuti, seberapa cepat mencapai tujuan atau seberapa banyak peserta didik mendapatkan informasi yang diperoleh dan digunakan untuk mencapai suatu tujuan. (Susanti, 2020, hlm.4)

Motivasi seringkali digunakan pada pendidikan, motivasi adalah proses pemberian semangat dan kegigihan perilaku. Dalam buku Mylsidayu (2014) menjabarkan bahwa “Motivasi dapat diartikan sebagai dorongan dari individu untuk mencapai keberhasilan dengan mengguguli prestasi dari orang lain dan diri sendiri dengan cara berkompetesi, hal ini sangat bermanfaat untuk meningkatkan motivasi belajar yang siswa lakukan pada saat proses pembelajaran berlangsung, maka dari itu diperlukannya beberapa pendekatan teori motivasi yang diduga memiliki implikasi dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani” (hlm. 24).

1. Teori Hedonisme, Yakni manusia akan memilih aktivitas yang menyebabkan perasaan gembira dan senang. Contohnya, seorang siswa akan lebih memilih olahraga sepakbola dari pada olahraga renang karena di olahraga sepakbola dia merasa gembira dan senang karena banyak teman baru.
2. Teori Naluri, menghubungkan perilaku/semua aktivitas dengan berbagai naluri, seperti naluri untuk mempertahankan diri. Contoh lain adalah pada masa kecil siswa ingin mencoba berbagai macam olahraga, semakin bertambah umur, si siswa akan memiliki olahraga yang paling dia sukai sesuai nalurinya.
3. Teori Kebudayaan, menghubungkan tingkah laku berdasarkan polakebudayaan tempat berada. Contohnya, olahraga yang digemari masyarakat di pesisir pantai dan dipegunungan akan berbeda
4. Teori Berpretasi, yang mendorong individu untuk berlomba dengan ukuran keunggul. Contohnya, setiap atlet akan bersaing untuk menjadinyang terbaik supaya terpilih dalam tim untuk mengikuti pertandingan.
5. Teori Kebutuhan, yang menyatakan bahwa tingkah laku pada hakikatnya bertujuan untuk memenuhi kebutuhan. Contohnya, untuk menjadi juara seorang atlet akan berlatih dengan sungguh-sungguh.

Dari uraian diatas dapat dijelaskan bahwa motivasi belajar merupakan dorongan dan suatu proses usaha yang dilakukan individu atau mahasiswa dalam menentukan perubahan untuk mencapai tujuan tertentu. Individu dikatakan belajar atau tidak sangat tergantung kepada

kebutuhan dan motivasinya.

2.1.10 Fungsi Motivasi

Tanpa dipungkiri bahwa motivasi memang berhubungan erat dengan tujuan. Schubungan dengan hal tersebut, maka motivasi terdiri dari tiga fungsi (Sardiman, 2014) yaitu:

- 1) Mendorong manusia untuk berbuat, jadi sebagai penggerak atau motor untuk melakukan setiap kegiatan yang akan dikerjakan.
- 2) Menentukan arah perbuatan menuju arah yang ingin dicapai. Dengan demikian motivasi memberikan arah dan kegiatan yang akan dikerjakan sesuai dengan tujuan yang diinginkan.
- 3) Menyeleksi perbuatan, yaitu menentukan perbuatan-perbuatan apa saja yang akan dikerjakan tentunya yang bermanfaat dan meninggalkan kegiatan yang tidak bermanfaat. (hlm. 85)

Fungsi lain dari motivasi adalah sebagai pendorong atau penggerak usaha untuk pencapaian sebuah prestasi. Seseorang melakukan suatu usaha karena adanya motivasi. Oleh sebab itu dengan adanya usaha yang tekun dan didasari dengan adanya motivasi maka akan melahirkan sebuah prestasi yang baik.

2.1.11 Jenis Motivasi

Setiap individu pasti mempunyai motivasi, namun tergantung kapan aktif dan diperlukan motivasi tersebut. Motivasi dipengaruhi dari dalam dan juga dari luar. Motivasi dapat dibagi menjadi 2 (Sardiman, 2014), yaitu:

1) Motivasi Intrinsik

Maksud dari motivasi intrinsik adalah motif-motif yang menjadi aktif atau berfungsinya tanpa adanya rangsangan dari luar, karena dalam diri setiap individu sudah ada dorongan untuk melakukan sesuatu. Dorongan yang menggerakkan itu bersumber pada suatu kebutuhan yang berisikan suatu keharusan untuk menjadi seseorang yang terdidik dan berpengetahuan. Maka motivasi ini muncul dari kesadaran diri sendiri dengan tujuan yang esensial, bukan hanya sekadar simbol dan ceremonial.

2) Motivasi ekstrinsik

Maksud dari motivasi ekstrinsik adalah motif-motif yang diaktifkan dan dapat berfungsi karena adanya perangsang dari luar. Dengan adanya motivasi ini, maka akan lebih menyempurnakan motivasi intrinsik. (hlm. 89-91)

Selain pendapat di atas motivasi dibagi menjadi 2 (Abdul Rahman Saleh dalam Mahmudi,

2016), yaitu:

1) Motivasi Intrinsik

Motivasi ini timbul dari dalam diri individu sendiri tanpa ada paksaan dorongan orang lain atau atas dasar kemauan sendiri, untuk melakukan sesuatu. Seperti seorang peserta didik yang gemar membaca, maka ia tidak perlu disuruh-suruh untuk membaca karena membaca tidak hanya menjadi aktifitas kesenangannya, namun bisa jadi telah menjadi kebutuhannya. Dalam proses belajar, motivasi intrinsik ini memiliki pengaruh yang lebih efektif karena motivasi intrinsik relatif lebih lama dan tidak tergantung pada motivasi ekstrinsik. Meskipun demikian, ketika motif intrinsik tidak cukup potensial pada peserta didik, maka pendidik perlu menyiasati hadirnya motif-motif ekstrinsik.

2) Motivasi Ekstrinsik

Motivasi ini timbul sebagai akibat pengaruh dari luar individu, apakah karena adanya ajakan, suruhan, atau paksaan dari orang lain sehingga dengan keadaan demikian peserta didik mau melakukan sesuatu atau belajar. Motivasi ekstrinsik ini mutlak dibutuhkan bagi peserta didik yang tidak ada motivasi di dalam dirinya. Peran dari orang tua, guru, masyarakat serta lingkungan sekitar peserta didik harus memberi rangsangan yang positif bagi peserta didik, sebab jika tidak akan mempengaruhi semangat belajar peserta didik. Adapun yang termasuk ke dalam motivasi ekstrinsik ialah pujian, peraturan, tata tertib, teladan guru, orang tua, dan lain sebagainya. Dengan demikian tidak selamanya seorang guru dan juga orang tua maupun lingkungan sekitarnya mampu terus mengumpan peserta didik untuk dapat mengikuti kegiatan belajar mengajar. Oleh karena itulah meskipun telah digunakan beberapa metode dalam mengajar masih ada siswa yang belum mampu mengikuti proses belajar secara maksimal. (hlm.8-10)

Motivasi merupakan dorongan seseorang untuk merubah tingkah laku ke arah yang lebih baik untuk mencapai tujuannya. Motivasi belajar dapat timbul karena faktor intrinsik, berupa hasrat dan keinginan berhasil dan dorongan kebutuhan belajar, harapan akan cita-cita. Sedangkan faktor ekstrinsiknya adanya penghargaan, lingkungan belajar yang kondusif, dan kegiatan belajar yang menarik (Uno dalam Nasrah & Muafiah, 2020 hlm. 209).

Dari beberapa pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa motivasi intrinsik merupakan motivasi yang berada dalam diri sendiri tanpa ada paksaan dari orang lain, karena dalam diri setiap individu sudah ada dorongan untuk melakukan sesuatu. Sedangkan motivasi ekstrinsik merupakan motivasi yang timbul pada diri seseorang dengan adanya rangsangan dari luar seperti orang tua, teman dan lingkungan sekitar.

2.1.12 Bentuk-Bentuk Motivasi

Dalam proses pembelajaran bentuk motivasi baik intrinsik maupun ekstrinsik sangat diperlukan karena kedua motivasi ini mengakibatkan menumbuhkan minat atau kemauan peserta didik dalam belajar. Terdapat beberapa bentuk dan cara untuk menumbuhkan motivasi (Sardiman, 2014), antara lain:

1) Memberi angka

Angka yang dimaksud ini adalah sebagai simbol dari nilai aktivitas belajar, sebab sebagian besar siswa cuma mengejar angka sebagai suatu capaian baik serta buruknya hasil belajar. Siswa menyangka bahwa angka lebih berarti daripada sebuah proses, sementara itu seharusnya proses menjadi tahapan utama buat mendapatkan sebuah angka.

2) Hadiah

Hadiah pula bisa dikatakan sebagai motivasi, akan tetapi tidak semuanya berpikir demikian. Sebab hadiah untuk suatu pekerjaan bisa jadi tidak menarik bagi seseorang yang tidak senang dan tidak berbakat pada pekerjaan tersebut.

3) Saingan atau kompetisi

Saingan ataupun kompetisi ini bisa dijadikan sebagai motivasi sebab dapat meningkatkan prestasi belajar siswa atau peserta didik.

4) Ego-involvement

Ketika meningkatkan kesadaran seseorang agar mengerjakan tugas ialah salah satu hal yang cukup penting. Sebab dengan tumbuhnya pemahaman itu, mengakibatkan seseorang merasa bangga apabila dia mampu menuntaskan seluruh tugasnya tepat waktu.

5) Memberi ulangan

Ulangan merupakan salah satu cara guru supaya memberikan gambaran mengenai hasil belajar peserta didik yang dilakukan secara rutin. Oleh sebab itu jika peserta didik mengetahui hasil belajarnya, maka dia akan belajar menyikapinya dengan baik.

6) Mengetahui hasil

Dengan mengetahui hasil peserta didik akan mendorong dan merangsang peserta didik untuk lebih maju, begitupun jika hasilnya baik maka akan semakin tumbuh serta meningkatkan motivasinya.

7) Pujian

Dengan pujian akan tumbuh suasana yang menyenangkan serta akan semakin membangkitkan semangat seseorang agar menjadi lebih baik lagi.

8) Hukuman

Maksud dari hukuman disini ialah dijadikan sebagai alat untuk memotivasi, sebab dengan menggunakan hukuman pasti seseorang akan menghindari atau menjauhi hal-hal yang negatif. Oleh sebab itu penting untuk menerapkan hukuman disaat waktu yang tepat.

9) Hasrat untuk belajar

Hasrat untuk belajar artinya tumbuh rasa ingin belajar dengan unsur kesengajaan di dalamnya. Dimana hal ini sangat baik untuk memotivasi peserta didik supaya hasil belajar peserta didik lebih baik lagi.

10) Minat

Tentunya minat merupakan alat yang sangat penting untuk memotivasi. Sebab proses pembelajaran akan berjalan dengan baik apabila disertai dengan munculnya minat.

11) Tujuan yang diakui

Tujuan sangat dibutuhkan untuk menentukan strategi apa yang akan dipakai untuk meraihnya. Dengan tujuan yang matang maka akan mempengaruhi hasil yang hendak dicapai. (hlm. 91-95)

Berdasarkan beberapa pendapat diatas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa motivasi itu sangat bervariasi macam, jenis dan sifatnya dimana hal tersebut dapat mempengaruhi seorang siswa untuk melakukan kegiatan belajar sehingga mampu memperoleh hasil yang ingin dicapai.

2.1.13 Motivasi Belajar

Dalam proses belajar, motivasi sangat diperlukan. Seseorang yang tidak memiliki motivasi dalam belajar tidak mungkin melakukan aktivitas belajar dengan baik dan benar. Oleh sebab itu, peran guru sangat penting untuk dapat menumbuhkan dan memberikan dorongan motivasi kepada peserta didiknya agar dapat melakukan aktivitas belajar dengan baik. dengan motivasi belajar yang tumbuh setiap individu akan menghasilkan hasil belajar yang benar dan tercapainya tujuan pembelajaran.

Motivasi belajar dapat dikatakan sebagai keseluruhan daya penggerak di dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar, yang menjamin kelangsungan dari kegiatan belajar, sehingga tujuan yang dikhendaki oleh subjek belajar itu dapat tercapai (Sardiman, 2011, hlm. 73-74). Selain itu motivasi belajar dapat dikatakan suatu proses usaha untuk mendapatkan perubahan pada tingkah laku (Cahyani, Listiana, & Larasati 2020, hlm. 126). Dengan kata lain motivasi adalah kondisi psikologis yang merangsang peserta didik untuk dapat melakukan sesuatu khususnya aktivitas belajar.

Motivasi belajar ialah dorongan internal dan eksternal pada siswa-siwi yang sedang belajar untuk mengadakan perubahan tingkah laku (Anas, 2014, hlm. 35). Dorongan internal dan eksternal pada siswa timbul karena adanya faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik. Faktor intrinsik merupakan yang tumbuh dalam diri individu yang berupa hasrat, keinginan dorongan kebutuhan belajar, sedangkan faktor ekstrinsik yang timbul dari luar diri individu yaitu adanya penghargaan dan lingkungan belajar kondusif serta kegiatan belajar yang menarik. Perlu diketahui berprestasi. Bukan berarti bahwa motivasi ekstrinsik tidak baik dan bahwa siswa yang memiliki motivasi intrinsik maka akan memiliki tujuan menjadi orang yang tidak penting. Sebab kemungkinan besar keadaan siswa itu dapat berubah-ubah dalam proses belajar, sehingga diperlukan motivasi ekstrinsik.

Berdasarkan beberapa pernyataan di atas motivasi belajar dapat didefinisikan sebagai pendorong tingkah laku seseorang atau mengubah energi seseorang untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

2.1.14 Fungsi Motivasi Belajar

Dalam pengertian tentunya berkaitan pula dengan fungsi. Menurut Hamalik dalam Nurmala et al (2014) mengemukakan "ada 3 fungsi motivasi, yaitu: (1) mendorong timbulnya kelakuan atau sesuatu perbuatan, (2) sebagai pengarah, (3) sebagai penggerak" (hlm.4).

1. Mendorong timbulnya kelakuan atau suatu perbuatan. Motivasi mendorong timbulnya kelakuan atau suatu perbuatan, tanpa adanya motivasi maka tidak akan timbul suatu perbuatan seperti belajar.
2. Motivasi berfungsi sebagai pengarah. Berfungsi menggerakkan perbuatan ke arah pencapaian tujuan yang diinginkan.
3. Motivasi berfungsi sebagai penggerak. sebagai mesin, besar kecilnya motivasi akan menentukan cepat atau lambatnya suatu pekerjaan atau perbuatan.

Dalam kaitannya dengan pengertian belajar maka motivasi belajar adalah keseluruhan daya penggerak di dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar mengajar, menjamin kelangsungan kegiatan belajar untuk mencapai suatu tujuan belajar. Maka menurut Sardiman (2018) motivasi mempunyai beberapa fungsi di antaranya:

1. Mendorong manusia untuk berbuat, jadi sebagai penggerak atau motor yang melepaskan energi. Motivasi dalam hal ini merupakan penggerak dari setiap kegiatan yang akan dikerjakan;
2. Menentukan arah perbuatan, yakni kearah tujuan yang hendak dicapai. Dengan demikian motivasi dapat memberikan arah dan kegiatan yang harus dikerjakan
3. Menyeleksi perbuatan, yakni menentukan perbuatan-perbuatan apa yang harus dikerjakan

yang serasi guna mencapai tujuan, dengan menyisihkan perbuatan yang tidak bermanfaat bagi tujuan tersebut (hlm.84-85).

Fungsi motivasi dalam belajar menurut Sardiman (2018) disebutkan dalam tiga poin yaitu:

1. Mendorong manusia untuk berbuat, jadi sebagai penggerak atau motor yang melepaskan energi.
2. Menentukan arah perbuatan, yakni ke arah tujuan yang hendak dicapai.
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 (hlm85).

Poin-poin diatas dapat dipahami bahwa motivasi berfungsi sebagai pendorong untuk berbuat, penentu arah perbuatan dan menyeleksi perbuatan. Dalam hal ini adalah perbuatan yang dimaksud adalah belajar. Fungsi ini sangat selaras dengan tujuan yang akan dicapai dalam pembelajaran.

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa motivasi belajar memiliki manfaat dan fungsi yang sangat berpengaruh dalam pencapaian tujuan seseorang atau peserta didik dalam belajar.

2.1.15 Faktor-faktor Mempengaruhi Motivasi Belajar

Dalam proses belajar banyak sekali faktor yang mempengaruhi motivasi belajar, baik secara langsung maupun tidak langsung. faktor-faktor yang mempengaruhi belajar siswa dapat dibedakan menjadi 3 (Syah, 2010), yaitu:

- 1) Faktor internal (faktor dari dalam) yakni keadaan atau kondisi jasmani dan rohani siswa seperti kecerdasan, sikap, bakat, minat dan motivasi siswa.
- 2) Faktor eksternal (faktor dari luar) yaitu keadaan atau kondisi lingkungan di sekitar siswa seperti faktor lingkungan sosial dan non sosial.
- 3) Faktor pendekatan belajar, yaitu jenis upaya belajar siswa yang meliputi strategi dan metode yang digunakan siswa untuk melakukan kegiatan pembelajaran. (hlm.137)

Faktor yang mempengaruhi belajar digolongkan menjadi 2 golongan yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal merupakan faktor yang ada dalam individu (Saman & Arifin, 2018), meliputi:

1) Keinginan diri

Maksud dari keinginan diri ini misalnya peserta mengikuti pembelajaran dengan antusias tanpa ada paksaan atau dorongan orang lain.

2) Kepuasan

Maksud dari kepuasan ini ialah ketika peserta didik mendapatkan nilai yang bagus maka ia merasa puas akan hasil tersebut, sehingga semakin bersemangat serta timbul motivasi belajar dalam diri peserta didik.

3) Kebiasaan baik

Maksud dari kebiasaan baik ini misalnya peserta didik yang disiplin, selalu tepat waktu serta kebiasaan-kebiasaan baik lainnya yang menimbulkan motivasi belajar.

4) Kesadaran

Maksud kesadaran disini ialah peserta didik yang memiliki motivasi dari dalam dirinya sendiri, misalnya peserta didik belum mengerti materi yang diajarkan kemudian peserta didik berdiskusi dengan guru, dengan demikian rangsangan motivasi timbul karena kesadaran bahwa belajar itu penting untuk kelangsungan hidupnya.

Sedangkan faktor eksternal merupakan faktor yang ada di luar individu, meliputi:

1) Pujian

Dengan pujian membuat siswa dapat bersemangat dalam belajar, misalnya ketika siswa mengalami hambatan waktu belajar, guru memujinya sehingga siswa akan berusaha lagi motivasi belajar pada siswa tersebut

2) Nasehat

Maksud dari nasehat ini yaitu suatu hal yang berhubungan hal yang baik atau memberikan rangsangan pada siswa agar timbul motivasi untuk belajar

3) Semangat

Memberikan semangat merupakan salah satu faktor ekstrinsik yang dapat membuat siswa tertarik dalam melakukan sesuatu, karena dengan dorongan orang tua, guru maupun teman sekitar dapat menimbulkan motivasi belajar.

4) Hadiah

Hadiah merupakan salah satu yang dapat mempengaruhi motivasi belajar siswa, misalnya ketika guru memberikan tugas kepada siswanya, lalu yang bisa menyelesaikannya akan mendapat nilai tambahan. Hal itu membuat siswa bersaing, aktif dan memancing motivasi belajar siswa agar rajin menyelesaikan tugas tersebut.

5) Hukuman

Biarpun alat pendidikan yang tidak menyenangkan, alat pendidikan yang bersifat negatif, namun demikian juga menjadi alat motivasi, alat pendorong untuk mempergiat belajarnya siswa. Siswa yang mendapat hukuman oleh karena kelalaian tidak mengerjakan tugas, maka ia akan berusaha untuk tidak memperoleh hukuman lagi. Ia berusaha untuk dapat selalu memenuhi tugas-tugas belajarnya, agar terhindar dari bahaya hukuman.

6) Meniru sesuatu

Meniru sesuatu merupakan salah satu alat pendorong untuk mempergiat belajar siswa. misalnya salah satu siswa selalu rajin hadir tepat waktu pada pembelajaran, dengan melihat salah satu siswa rajin itu maka merangsang motivasi pada siswa lain agar hadir tepat waktu pula sewaktu pembelajaran. (hlm. 113-116)

Dorongan-dorongan yang membuat semangat dalam belajar peserta didik, dorongan atau motivasi tersebut bisa berasal dari diri sendiri (intrinsik) atau dari luar (ekstrinsik) (Afif, Rumini, & Nasuka, 2016, hlm. 77).

Berdasarkan pernyataan di atas bahwa faktor yang mempengaruhi motivasi bejir ada beberapa jenis, baik secara langsung maupun tidak langsung unuk menghasilkan tujuan yang sesuai dengan harapan.

2.1.16 Ciri Ciri Motivasi Belajar

Untuk melengkapi uraian mengenai makna motivasi itu sendiri perlu di kemukakan adanya beberapa ciri-ciri motivasi. Menurut Sardirman (2018) motivasi yang ada pada diri setiap orang itu memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

1. Tekun menghadapi tugas (dapat bekerja terus-menerus dalam waktu yang lama, tidak pernah berhenti sebelum selesai).
2. Ulet menghadapi kesulitan (tidak lekas putus asa), tidak memerlukan dorongan dari luar untuk berprestasi sebaik mungkin (tidak cepat puas dengan prestasi yang telah dicapainya).
3. Menunjukkan minat terhadap bermacam-macam masalah untuk orang dewasa (misalnya masalah pembangunan agama, politik, ekonomi, keadilan, pemberantasan korupsi, penentangan terhadap setiap tindak kriminal, amoral, dan sebagainya).
4. Lebih senang bekerja mandiri.
5. Cepat bosan pada tugas-tugas rutin (hal-hal yang bersifat mekanis, berulang-ulang begitu saja, sehingga kurang kreatif).
6. Dapat mempertahankan pendapatnya (kalua sudah yakin akan sesuatu).
7. Tidak mudah melepaskan hal yang diyakini itu.
8. Senang mencari dan memecahkan masalah soal-soal (hlm.83).

Berbeda lagi ciri ciri motivasi yang di kemukakan oleh Saptono (2016) Motivasi merupakan seluruh aktivitas mental yang dirasakan atau dialami yang memberikan kondisi hingga terjadinya perilaku. Motivasi dapat di identifikasi dalam beberapa ciri berdasarkan hubungannya dengan perilaku, yakni:

- (1) Motivasi tidak hanya merangsang suatu perilaku tertentu saja, tetapi merangsang berbagai kecenderungan berperilaku yang memungkinkan tanggapan yang berbeda.
- (2) Kekuatan dan

efisiensi perilaku mempunyai hubungan yang bervariasi dengan kekuatan determinan. (3) Motivasi mengarahkan perilaku pada tujuan tertentu. (4) Penguatan positif (positive reinforcement) menyebabkan suatu perilaku tertentu cenderung untuk diulangi kembali. (5) Kekuatan perilaku akan melemah bila akibat dari perbuatan itu bersifat tidak enak.

Disamping dengan ciri-ciri motivasi, ada juga kebutuhan motivasi yang dijabarkan oleh Maslow (dalam buku Sardirman, 2018) yang menyatakan bahwa motivasi memiliki beberapa kebutuhan diantaranya: 1) *Understanding and knowledge*, 2) *Self-actualization*, 3) *Self-esteem*, 4) *Love and belonging*, 5) *Safety*, 6) *Physiological*. Besarnya tingkatan motivasi seseorang dengan orang lain tidaklah sama. Besarnya tingkatan motivasi itu hanya dapat diamati pada efek perbuatan yang dihasilkannya, yaitu dengan melihat dari beberapa aspeknya, antara lain: 1) Seberapa besar tenaga yang dipergunakan, 2) Seberapa besar gigihnya usaha meskipun menghadapi bermacam-macam rintangan, 3) Seberapa banyak macam cara pendekatan yang dipergunakan untuk dapat mencapai tujuan yang diinginkan.

2.1.17 Jenis-Jenis Motivasi Belajar

Berbicara mengenai jenis motivasi belajar ini dapat dilihat dari berbagai sudut pandang. Oleh karena itu, motivasi belajar sangat bervariasi. Menurut Mylsidayu (2014) jenis motivasi terbagi menjadi 2 macam yaitu:

1. Motivasi intrinsik, bersumber dari dalam diri individu itu sendiri untuk melakukan aktivitas olahraga. Motivasi intrinsik sifatnya permanen, mandiri, dan stabil karena dorongan berasal dari dalam, kondisi kejiwaan orang tersebut yang akan menentukan kuat atau tidaknya motivasi dan berlangsung lama atau tidaknya motivasi tersebut. Motivasi intrinsik terbagi menjadi dua, yaitu (1) motivasi intrinsik positif adalah keinginan untuk tumbuh dan berkembang, mengekspresikan diri, seperti ingin karier dalam olahraga lebih baik, dan aktualisasi diri. (2) motivasi intrinsik negatif, karena tekanan, ancaman, ketakutan, dan kekhawatiran seperti takut tertinggal dengan teman-teman yang lain dalam tim. Ketika peserta didik merasa puas atas keterlibatannya dalam aktivitas olahraga maka peserta didik tersebut termotivasi secara intrinsik.
2. Motivasi Ekstrinsik, bersumber dari luar individu untuk melakukan aktivitas olahraga. Sifatnya sementara, tergantung, dan tidak stabil. Terbagi menjadi 2, yakni (1) motivasi ekstrinsik positif, berupa hadiah iming-iming yang membangkitkan, niat untuk berbuat sesuatu, seperti bonus jika menang pertandingan, dan (2) Motivasi ekstrinsik negatif, yakni sesuatu yang dipaksakan dari luar agar orang lain menghindar dari sesuatu yang tidak diinginkan, seperti kena sanksi atau hukuman ketika terlambat latihan (hlm.27).

Sedangkan jenis-jenis motivasi belajar yang diungkapkan oleh Saptono (2016) yaitu

motivasi intrinsik dan ekstrinsik, "Motivasi intrinsik mempunyai sumber dorongan dari dalam diri individu yang bersangkutan sedangkan motivasi ekstrinsik mempunyai sumber dorongan dari luar. Jadi, motivasi ekstrinsik adalah dorongan dari rangsangan luar dan motivasi intrinsik adalah perilaku yang hadir karena tidak adanya rangsangan dari luar" (hlm. 201).

Dari beberapa teori tersebut dapat disimpulkan bahwa jenis-jenis motivasi terbagi menjadi dua yaitu ekstrinsik dan intrinsik, atau jenis motivasi yang berasal dari luar atau pun dalam siswa itu sendiri.

2.1.18 Prinsip Prinsip Motivasi Belajar

Agar peranan motivasi optimal, maka prinsip-prinsip motivasi belajar harus di terangkan sesuai dengan yang dikemukakan oleh Saptono (2016) Ada beberapa prinsip motivasi dalam belajar yang penting dan harus diperhatikan oleh guru, sebagai berikut: (1) Motivasi sebagai dasar penggerak yang mendorong aktivitas belajar; (2) Motivasi intrinsik lebih utama dari pada motivasi ekstrinsik dalam belajar; (3) Motivasi berupa pujian lebih baik dari pada hukuman; (4) Motivasi berhubungan erat dengan kebutuhan dalam belajar; (5) Motivasi dapat memupuk optimisme dalam belajar; (6) Motivasi melahirkan prestasi dalam belajar (hlm.206).

Sedangkan menurut Engkoswara dan Aan Komariah (dalam Saptono, 2016) menjelaskan beberapa prinsip motivasi dalam perspektif psikologis-pedagogis, yakni: 1) prinsip kompetisi; 2) prinsip pemacu; 3) prinsip ganjaran dan hukuman; 4) kejelasan dan kedekatan tujuan; 5) pemahaman hasil; 6) pengembangan minat; 7) lingkungan yang kondusif; 8) keteladanan (hlm.206).

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa prinsip-prinsip motivasi mempengaruhi proses belajar dan hasil belajar yang akan dicapainya baik secara langsung maupun secara tidak langsung.

2.1.19 Pengukuran Motivasi Belajar

Motivasi merupakan dorongan yang timbul dari dalam dan luar siswa untuk melakukan perubahan tingkah laku. Dengan adanya dorongan seperti motivasi akan memberikan pengaruh dan manfaat yang akan dirasakan oleh siswa itu sendiri. Siswa yang termotivasi biasanya memiliki ciri ciri tertentu, Menurut Myisidayu (2014) "Mengemukakan ciri ciri seseorang memiliki motivasi intrinsik, antara lain: (1) berorientasi pada kepuasan dalam dirinya; (2) tekun, rajin, kerja keras, teratur, disiplin dalam belajar; (3) tidak suka bergantung pada orang lain; (4) aktivitas lebih permanen; dan (5) memiliki karakteristik kepribadian yang positif, jujur, sportif, dan lain lain" (hlm.28).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa pengukuran motivasi belajar yaitu dorongan yang timbul dari dalam dan luar siswa untuk melakukan perubahan tingkah laku. Dengan adanya dorongan seperti motivasi akan memberikan pengaruh dan manfaat yang akan dirasakan oleh siswa itu sendiri.

2.1.20 Upaya Meningkatkan Motivasi Belajar

Mengingat demikian pentingnya motivasi bagi siswa dalam belajar maka diharapkan pendidik dapat membangkitkan motivasi belajar siswa nya. Menurut Sardiman dalam Wibowo & Marzuki (2015) Ada beberapa bentuk dan cara untuk menumbuhkan motivasi seorang siswa, yaitu: memberikan angka (nilai), memberi hadiah, membuat persaingan/kompetensi, menjaga harga diri, memberi ulangan, mengumumkan hasil belajar individu tersebut, memberi pujian, memberi hukuman, meningkatkan hasrat untuk belajar, mendorong minat, sertatujuan yang diakui". Dengan demikian, makin jelas bahwa tugas pendidik harus senantiasa mampu untuk mencoba menganalisis, memahami, menguji coba, bahkan mengelaborasi ke semua unsur tersebut yang banyak berpengaruh dalam membangkitkan motivasi peserta didik untuk mengikuti proses pembelajarannya. Akan tetapi yang harus menjadi catatan tidak setiap siswa sama akan merespon terhadap semua unsur motivasi di atas karena masing-masing siswa akan sangat tergantung dari segi kematangannya dalam mengikuti proses pembelajaran baik secara fisik maupun psikis. Oleh karenanya, pendidik harus jeli, sadar, dan penuh tanggung jawab dalam menjalankan program pengajarannya. Hal yang menarik dari penjelasan tersebut adalah bahwa motivasi belajar siswa juga bisa tumbuh apabila gurunya mampu menggunakan berbagai macam bentuk mengajar, termasuk di dalamnya memiliki keterampilan yang cukup untuk mempraktekkan berbagai pendekatan dalam pelaksanaan proses pembelajaran.

2.1.21 Guru Praktikan

Guru merupakan sebuah profesi yang dimana membutuhkan suatu keahlian untuk mengajarkan suatu ilmu kepada siswa atau peserta didik di suatu lembaga pendidikan misalnya sekolah. adapun pengertian menurut Undang – Undang no 14 tahun 2005 dalam penelitian (Priyanto, 2018) dalam pengertian yang sederhana guru adalah orang yang memberikan ilmu pengetahuan kepada peserta didik, guru juga dapat diartikan semua orang yang berwenang dan bertanggung jawab terhadap peserta didik, baik secara individual maupun klasikal, disekolah maupun di luar sekolah. adapun menurut (Wicaksono & Prihanto, 2017) “Guru adalah sebutan bagi seorang yang dapat memiliki ilmu pengetahuan, gerak dan sikap yang dapat dijadikan teladan siswa serta memiliki tanggung jawab mendidik siswa untuk menjadi manusia yang beradab dan berkompeten di bidang tertentu yang dikuasai (hlm. 93). Guru dianjurkan dapat menjadi teladan bagi para peserta didiknya baik disekolah maupun di luar sekolah. guru juga

merupakan panutan bagi siswa sehingga tingkah yang dilakukan oleh guru akan sangat menentukan keberhasilan dalam menyampaikan bahan ajar kepada peserta didik.

Dalam penelitian ini guru yang dimaksud ialah guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Guru pendidikan jasmani adalah guru yang ada dalam perangkat yang ada di sekolah yang dimana tugasnya itu adalah menjadi pendidik. Adapun menurut (Priyanto, 2018) mengatakan bahwa “Guru pendidikan jasmani adalah seseorang yang mempunyai kompetensi profesional, pedagogik, sosial dan kepribadian dalam bidang pendidikan jasmani” (hlm. 15). Dalam keahliannya guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan diharapkan dapat membantu melaksanakan tugas dan kewajibannya dengan baik. Adapun syarat – syarat tersebut guru pendidikan jasmani dapat melaksanakan pembelajaran jasmani dengan efektif dan efisien. Efektif disini yaitu dapat tercapainya tujuan dalam pendidikan jasmani dengan baik. Sedangkan dalam arti efisien disini ialah guru yang menggunakan pendekatan dan metode pembelajaran yang baik dan benar. Menurut Juardi dan Nopembri (2010) dalam penelitian (Priyanto, 2018) guru yang efektif dan efisien harus memenuhi syarat – syarat sebagai berikut :

- a. Guru tidak mudah marah,
- b. Guru memberi penghargaan bagi siswa yang berhasil,
- c. Guru mengkondisikan agar siswa berperilaku yang mantap,
- d. Guru mengatur pengelolaan kelas hemat waktu,
- e. Kelas teratur dengan tertib,
- f. Kegiatan bersifat akademis,
- g. Guru kreatif sedang siswa harus aktif dan kreatif,
- h. Guru hemat tenaga,
- i. Tugas siswa terawasi.

Pengenalan lapangan persekolahan (PLP) merupakan program wajib bagi mahasiswa yang mengambil jurusan pendidikan khususnya di Universitas Siliwangi. Sebagai penunjang adanya program studi pendidikan, Universitas Siliwangi telah bekerja sama dengan sekolah sebagai mitra dalam pelaksanaan pengenalan lapangan persekolahan (PLP). Pengenalan lapangan persekolahan (PLP) disini merupakan program wajib sekaligus mata kuliah yang harus diikuti oleh mahasiswa program studi kependidikan. Pengenalan lapangan persekolahan (PLP) sendiri merupakan serangkaian kegiatan yang melibatkan mahasiswa untuk praktik mengajar langsung disekolah-sekolah yang telah ditentukan, dalam pelaksanaan lapangan persekolahan (PLP) mahasiswa berperan sebagai guru yang pada mata pelajaran yang telah disepakati dengan pihak

sekolah tersebut sehingga mahasiswa mempersiapkan bahan ajar, mental, dan lainnya yang berkaitan dengan proses pembelajaran dikelas dengan sebaik mungkin. Karena pengenalan lapangan persekolahan (PLP) ini sifatnya wajib bagi calon guru sehingga mahasiswa yang akan melaksanakannya perlu mempersiapkan mental dan materil yang matang sehingga kedepannya bisa menjadi guru yang profesional. Disetiap mahasiswa pendidikan membutuhkan praktik keguruan yang saat ini dikemas dalam pengenalan lapangan persekolahan (PLP) untuk membentuk calon guru yang profesional dengan mempersiapkan mental dan materi yang sesuai dengan uji kompetensi (Mardiyono, 2012). Pengenalan lapanga persekolahan (PLP) bertujuan untuk memperoleh pengalaman mengajar dan keterampilan mengajar yang baik untuk mendukung satu langkah lebih maju untuk menjadi tenaga pendidik yang profesional. Menurut Zainal (2015) dengan adanya PLP diharapkan dapat membentuk pribadi yang memiliki nilai sikap, pengetahuan, keterampilan, dan mental yang kuat. Sasaran dalam pengenalan lapangan persekolahan (PLP) adalah tercapainya kepribadian calon pendidik yang mempunyai pengetahuan dan keterampilan sebagai seorang guru yang dapat menggunakannya secara tepat dalam proses pengajaran baik di dalam maupun diluar lembaga pendidikan atau sekolah (Oemar, 2011).

2.2 Hasil Penelitian Yang Relevan

Hasil penelitian yang relevan dalam penelitian ini diperlukan untuk mendukung penelitian teoritis yang telah dikemukakan sehingga dapat dijadikan dasar kerangka ideologis. Hasil penelitian terkait adalah sebagai berikut:

1. Dari hasil penelitian Puthree et al., (2021) yang berjudul "Faktor Penyebab Rendahnya Motivasi Belajar Siswa Sekolah dasar selama pembelajaran daring". kesamaan penelitian yang relevan pada penelitian ini adalah terdapat variabel yang sama yaitu terkait motivasi belajar siswa. Sedangkan perbedaan pada penelitian yang relevan dengan peneliti adalah pada fokus penelitian motivasi belajar siswa pada saat pembelajaran daring. Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi belajar siswa rendah disebabkan oleh faktor internal dan eksternal siswa. Faktor internal siswa meliputi kejenuhan, minat belajar, kesehatan fisik dan mental. Sedangkan faktor eksternal siswa adalah keadaan keluarga, lingkungan dirumah, dan sarana prasarana.
2. Penelitian oleh Sabrina et al., (2017) dengan judul "Faktor-Faktor Penyebab Rendahnya Motivasi Belajar Siswa Dalam Proses Pembelajaran Matematika Di Kelas V Sd Negeri Garot Geuceu Aceh Besar". Berdasarkan permasalahan yang telah ditemukan fokus penelitian ini adalah faktor yang menjadi penyebab rendahnya motivasi belajar siswa dalam proses pembelajaran matematika ditinjau dari indikator, yaitu faktor internal yang meliputi

kemampuan siswa, kondisi siswa dan faktor eksternal seperti kondisi lingkungan siswa serta upaya guru dalam membelajarkan siswa.

3. Penelitian oleh Zuhria Soleman (2015) dengan judul "Pengaruh Fasilitas Belajar terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas X Pada Mata Pelajaran Ekonomi MA Nurul Yaqin Kota Gorontalo". Hasil penelitian ini menyimpulkan terdapat pengaruh signifikan antara variabel fasilitas belajar terhadap motivasi belajar sebesar 46,4% sedangkan sisanya sebesar 53,6 % dipengaruhi oleh faktor lain seperti kondisi lingkungan keluarga, sekolah dan lain-lain. Persamaan dengan penelitian ini yaitu menggunakan variabel bebas fasilitas belajar dan variabel terikat motivasi belajar. Perbedaan dengan penelitian ini terletak pada alat analisis.

2.3 Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual atau hasil yang menuju ke jawaban sementara merupakan titik tolak bagi penulis dari segala kegiatan penelitian yang akan dilaksanakan, dan anggapan dasar ini diperlukan sebagai pegangan secara umum. Hal ini sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Sugiyono (2017) adalah "kerangka pemikiran ini merupakan penjelasan sementara terhadap gejala-gejala yang menjadi objek permasalahan". Maksud dari pernyataan tersebut yaitu jika anggapan itu dapat diterima kebenarannya dianggap tidak menyokong pendapat ini, maka diterima suatu anggapan lain yang jadi tandingannya. Berdasarkan permasalahan yang penulis amati bahwa siswa X SMA Negeri2 Tasikmalaya memiliki motivasi yang kurang. Hal ini ditunjukkan dari aktivitas yang dilakukan siswa saat melaksanakan aktivitas belajar ada yang tidak memperhatikan guru saat sedang menerangkan, ada beberapa peserta didik menampakan perilaku tidak bersemangat dalam mengikuti kegiatan olahraga, dan bahkan ada yang tidak mau mengikuti olahraga dengan berbagai alasan seperti bajunya tertinggal dan lain sebagainya. Motivasi adalah suatu keinginan atau dorongan melakukan sesuatu dan memperoleh hasil yang maksimal atas usaha yang dilakukan. Motivasi belajar siswa merupakan daya penggerak dalam diri siswa sesuai yang dijelaskan oleh Sardiman, (2018) menyatakan bahwa "Dalam kegiatan belajar motivasi dapat dikatakan sebagai keseluruhan daya penggerak di dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar sehingga tujuan yang dikehendaki oleh subjek belajar itu dapat tercapai" (hlm 166). Hamalik juga berpendapat (dalam Mukhtar, 2015).

Motivasi dapat dibedakan menjadi dua jenis, yaitu: motivasi ekstrinsik dan intrinsik. Motivasi intrinsik adalah motivasi yang mencakup di dalam diri seorang siswa. Motivasi ekstrinsik adalah motivasi yang disebabkan oleh faktor-faktor dari luar diri individu, ini bisa muncul karena dorongan orang tua, teman, guru dan bahkan lingkungan (hlm 22).

Dari teori diatas dapat disimpulkan bahwa belajar sangat berpengaruh terhadap proses pembelajaran untuk dapat mengetahui tingkat motivasi belajar siswa X SMA Negeri 2 Kota Tasikmalaya motivasi merupakan daya penggerak siswa untuk belajar sehingga dengan begitu akan mampu meningkatkan tujuan belajar yang diharapkan. Semakin besar motivasi yang dimiliki siswa maka semakin besar dorongan pada siswa untuk belajar. Maka dari itu penelaah ingin mengukur seberapa besar tingkat motivasi siswa pada pembelajaran PJOK, maka dapat dianalisis dengan survei atau penyebaran angket. Dengan diadakanya penyebaran angket maka akan diketahui tingkat motivasi belajar siswa.

2.4 Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan kesimpulan sementara berdasarkan kajian teori yang masih perlu dibuktikan kebenarannya. Menurut Sugiyono (2018) "hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan" (hlm.99). Berdasarkan kajian teori dan kerangka berfikir, maka hipotesis yang dapat diajukan dalam penelitian ini adalah "Tingkat Motivasi Siswa Terhadap Guru Praktikan Dalam Pembelajaran Penjas memiliki tingkat motivasi dengan kategori kurang".