

**THE RELATIONSHIP OF MOTIVATION AGAINST THE RESULTS
OF A STUDY OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS SCIENCES
AT THE HEALTH CLASS X 1 SMA
NEGERI 12 PEKANBARU**

Andrea Yuspendra¹, Drs. Ramadi, S.Pd, M.Kes, AIFO², Ardiah Juita, S.Pd. M.Pd³
Email : andreayuspendra17@gmail.com No hp :085272613916,
.ramadi@yahoo.com. ardiah_juita@yahoo.com

*Physical Education Health And Recreation
Faculty of Teacher Training and Education
University Riau*

Abstract: *The problem in this research is the result of learning still unsatisfactory because there are many of the students get score below the passing standard that is under 7. The research will be conducted aims to determine how relationship between motivation for learning outcomes of physical education sports and health in the class x MIPA 1 SMA Negeri 12 Pekanbaru. Sampling in this study using total sampling technique. As a sample of this research is the male students in the Class X MIPA 1 SMAN 12 Pekanbaru that totaling 19 students. The instruments used in this research is a questionnaire aims to measure motivation, learning outcomes obtained from subject teachers of physical education sports and health aims to obtain student grades. After that, the data processed with statistical, to examine normality with Lilifors test at significant level $\alpha 0,05$. The hypothesis is suspected that there is a significant relationship among motivation on learning outcomes of physical education sports and health in the class X MIPA 1 SMA N 12 Pekanbaru. Based on analysis of Lilifors test produce $L_{Calculated} (x)$ for 0.189 and L_{table} 0.195 and $L_{Calculated} (y)$ for 0.142 and L_{table} 0.195. It means $L_{calculated} < L_{table}$. Then the samples come from a normal distribution of the population. Then From the calculation of correlation between motivation (X) with the learning outcomes penjasorkes (Y) obtained $r_{calculated} = 0.104$ while r_{table} at significance level $\alpha = 0:05$ is 0.468. It means in this research there was no correlation between motivation (X) with the learning outcomes penjasorkes (Y).*

Key Words: *Motivation, Learning Outcomes.*

HUBUNGAN MOTIVASI TERHADAP HASIL BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN PADA KELAS X MIPA 1 SMA NEGERI 12 PEKANBARU

Andrea Yuspendra¹, Drs. Ramadi, S.Pd, M.Kes, AIFO², Ardiah Juita, S.Pd. M.Pd³
Email : andreayuspendra17@gmail.com No hp :085272613916,
.ramadi@yahoo.com. ardiah_juita@yahoo.com

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Riau

Abstrak: Masalah dalam penelitian ini adalah hasil belajarnya pun masih kurang memuaskan karena masih banyak nilai siswa yang dibawah standar kelulusan yakni dibawah 7. Penelitian yang akan dilakukan bertujuan untuk mengetahui bagaimana hubungan motivasi terhadap hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada kelas x MIPA 1 SMA Negeri 12 Pekanbaru. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik total sampling. Sebagai sampel penelitian ini adalah siswa laki-laki pada Kelas X MIPA 1 SMA Negeri 12 Pekanbaru yang berjumlah 19 siswa. Instrumen yang dilakukan dalam penelitian ini adalah Quisioner (Angket) bertujuan untuk mengukur motivasi, hasil belajar di peroleh dari guru mata pelajaran pendidikan jasmani oahraga dan kesehatan bertujuan untuk memperoleh nilai rapor siswa. Setelah itu, data diolah dengan statistik, untuk menguji normalitas dengan uji lilifors pada taraf signifikan $\alpha 0,05$. Hipoteis yang diajukan adalah diduga bahwa terdapat hubungan yang signifikan motivasi terhadap hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan siswa kelas X MIPA 1 SMA Negeri 12 Pekanbaru. Berdasarkan analisis uji lilifors menghasilkan $L_{hitung (x)}$ sebesar 0.189 dan L_{tabel} 0.195 dan $L_{hitung (y)}$ sebesar 0.142 dan L_{tabel} 0.195. Berarti $L_{hitung} < L_{tabel}$. Maka sampel berasal dari populasi ditribusi normal. Kemudian Dari hasil perhitungan korelasi antara motivasi (X) dengan hasil belajar penjasorkes (Y) diperoleh $r_{hitung} = 0,104$ sedangkan r_{tabel} pada taraf signifikan $\alpha = 0.05$ yaitu 0,468. Berarti dalam hal ini tidak terdapat hubungan antara motivasi (X) dengan hasil belajar penjasorkes (Y).

Kata Kunci: motivasi, hasil belajar.

PENDAHULUAN

Pada perkembangan ilmu dan teknologi yang semakin pesat dan arus globalisasi juga semakin hebat maka muncullah persaingan dibidang pendidikan. Salah satu cara yang ditempuh adalah melalui peningkatan mutu pendidikan. Dalam rangka peningkatan mutu pendidikan tersebut, Pemerintah berusaha melakukan perbaikan-perbaikan agar mutu pendidikan meningkat, diantaranya perbaikan kurikulum, SDM, sarana dan prasarana. Perbaikan-perbaikan tersebut tidak ada artinya tanpa dukungan dari guru, orang tua murid dan masyarakat yang turut serta dalam meningkatkan mutu pendidikan.

Apabila membahas tentang mutu pendidikan maka tidak lepas dari kegiatan belajar mengajar. Kegiatan belajar mengajar di sekolah merupakan kegiatan yang paling *fundamental*. Ini berarti bahwa berhasil tidaknya pencapaian tujuan pendidikan antara lain bergantung pada bagaimana proses belajar yang dialami siswa sebagai anak didik.

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang diajarkan disekolah memiliki peranan sangat penting, yaitu memberikan kesempatan kepada siswa. Untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan yang terpilih yang dilakukan secara sistematis. Namun demikian pemahaman yang mendalam dan menyeluruh terhadap konsep saja ternyata tidak cukup untuk dapat mengajar pendidikan jasmani secara efektif.

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (Penjasorkes) merupakan salah satu mata pelajaran yang diberikan di sekolah dari tingkat sekolah dasar sampai sekolah menengah, bahkan sampai di perguruan tinggi. Penjasorkes di sekolah memang lebih mementingkan keaktifan siswa dalam aspek gerak namun bukan berarti aspek yang lain boleh diabaikan begitu saja. Dalam Sistem Pendidikan Nasional No. 19 Tahun 2005 disebutkan bahwa kelompok mata pelajaran penjasorkes di sekolah dimaksudkan untuk meningkatkan potensi fisik serta menanamkan sportivitas dan kesadaran hidup sehat.

Menurut Dalyono (1997: 55-60) berhasil tidaknya seseorang dalam belajar disebabkan oleh dua faktor yaitu faktor intern dan faktor eksternal. 1). Faktor Intern (Kesehatan, Intelegensi dan Bakat, Minat dan Motivasi dan Cara belajar 2). Faktor Eksternal (Keluarga, Sekolah, Masyarakat, Lingkungan sekitar). Salah satu faktor untuk mendapatkan hasil belajar yang baik maka salah satunya perlunya motivasi. Banyak para ahli yang sudah mengemukakan pengertian motivasi dengan berbagai sudut pandang mereka masing-masing namun intinya sama, yakni sebagai suatu pendorong yang mengubah energi dalam diri seseorang ke dalam bentuk aktivitas nyata untuk mencapai tujuan tertentu (Syaiful, Bahri Djamarah 2011, 148).

Motivasi sendiri menurut Slameto (2013), merupakan proses yang mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu. Seseorang yang termotivasi belajar menunjukkan upaya yang sungguh-sungguh untuk berpikir dan memusatkan perhatian, serta merencanakan dan melaksanakan berbagai kegiatan yang menunjang belajar (Mohamad S, 2004:62).

Motivasi dimulai dari adanya perubahan energi dalam pribadi. Perubahan-perubahan dalam motivasi timbul dari perubahan-perubahan tertentu didalam system neurofisiologis dalam organisme manusia, motivasi ditandai dengan timbulnya perasaan (*affective arousal*), dalam hal ini motivasi relevan dengan persoalan-persoalan kejiwaan afeksi dan emosi yang dapat menentukan tingkah laku manusia, Motivasi ditandai oleh reaksi-reaksi untuk mencapai tujuan, dalam hal ini pribadi yang termotivasi

mengadakan respon-respon yang tertuju kearah suatu tujuan (Oemar hamalik, 2004:158).

Motivasi diketahui berupa intrinsik dan ekstrinsik. Motivasi intrinsik yang dimaksudkan adalah motif-motif yang menjadi aktif atau berfungsinya tidak perlu dirangsang dari luar, karena dalam diri setiap individu sudah ada dorongan untuk melakukan sesuatu. Dalam proses belajar, motivasi intrinsik memiliki pengaruh yang lebih efektif, karena motivasi intrinsik relatif lebih lama dan tidak tergantung pada motivasi dari luar (ekstrinsik).

Motivasi ekstrinsik adalah motif-motif yang aktif dan berfungsinya karena adanya perangsang dari luar. Seperti pujian, peraturan, tata tertib, teladan guru, orangtua dan lain sebagainya. Sebagai contoh seseorang itu belajar, karena tahu bahwa besok paginya akan ujian dengan harapan mendapat nilai baik sehingga akan dipuji oleh pacarnya atau temannya. Jadi dia belajar bukan karena ingin mengetahui sesuatu namun karena ingin mendapatkan nilai yang baik, atau agar mendapat hadiah. Oleh karena itu, motivasi ekstrinsik dikatakan sebagai bentuk motivasi yang didalam aktivitas belajarnya dimulai dan diteruskan berdasarkan dorongan dari luar.

Tingkat kemampuan kompetensi sangatlah perlu dalam keberhasilan sesuai dengan yang dikemukakan oleh Mulyasa (2005:25) menyatakan, kompetensi yang dikuasai perlu dinyatakan semedikian rupa agar dapat dinilai sebagai hasil belajar. Hasil belajar adalah tingkat penguasaan yang dicapai oleh siswa dalam proses pembelajaran melalau suatu evaluasi tes. Menurut hamalik dalam siahaan (2009:27) hasil belajar tampak sebagai perubahan tingkah laku siswa yang dapat diamati dan diukur dalam bentuk perubahan pengetahuan, sikap dan pengetahuan. Bahwa hasil belajar adalah kemampuan yang dimiliki siswa setelah ia menerima pengalaman belajar.

Sekolah Menengah Atas Negeri 12 Pekanbaru (SMAN 12 Pekanbaru) pada kelas X MIPA 1, berjumlah 40 siswa. Menurut pengamatan di lapangan dan informasi dari guru pendidikan jasmani dan kesehatan setempat, dari sekian banyaknya siswa tersebut, masih banyak yang mengalami kesulitan belajar pendidikan jasmani dan kesehatan, terlihat dari adanya siswa-siswa yang enggan belajar, tidak bersemangat dalam menerima pelajaran dan lama dalam melakukan pergantian pakaian olahraganya. Sehingga hasil belajarnya pun masih kurang memuaskan karena masih banyak nilai siswa yang dibawah standar kelulusan yakni dibawah 7 (daftar nilai Ujian Tengah Semester dan Ujian Akhir Semester), dari 19 siswa putra, 11 siswa putra mengalami hasil dibawah rata-rata. Padahal selama ini sudah ada fasilitas-fasilitas sekolah yang diberikan guna mendukung sarana prasarana demi kelancaran dalam proses pembelajaran. Hal itulah yang menjadi permasalahan peneliti, sehingga peneliti ingin mengetahui lebih jauh tentang hubungan motivasi terhadap hasil belajar yang dicapai oleh siswanya. Berdasarkan pertimbangan pemikiran di atas maka peneliti mengambil judul “Hubungan Motivasi Terhadap Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Siswa Pada Kelas X MIPA 1 SMA Negeri Pekanbaru “

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian survey, yang ingin menyelidiki motivasi siswa dalam hasil belajar pendidikan jasmani, bisa karena terpengaruh oleh motivasi

intrinsic dan motivasi ekstrinsik. Untuk itu motivasi mana yang berperan jauh terhadap hasil belajar jasmani.

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian, maka penelitiannya merupakan peneliti populasi. Studi atau penelitiannya juga disebut studi populasi atau studi sensus (Suharmi Arikunto, 2002:108).

Sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti (Suharmi Arikunto, 2002:109). Jika subjeknya besar bisa diambil antara 10-15% atau 20-25% atau lebih (Suharmi Arikunto, 2002:109). Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik total sampling. Sebagai sampel penelitian ini adalah siswa laki-laki pada Kelas X MIPA 1 SMA Negeri 12 Pekanbaru yang berjumlah 19 siswa.

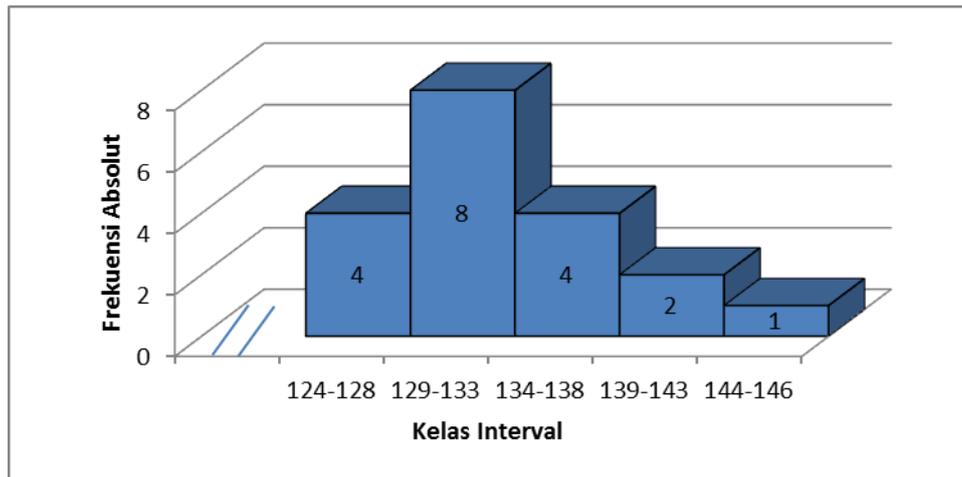
HASIL PENELITIAN

Pengukuran motivasi dilakukan dengan penyebaran angket yang sudah di validasi terlebih dahulu terhadap 19 orang sampel, didapat skor tertinggi 146, skor terendah 124, rata-rata (mean) 132,58 dan simpangan baku (standar deviasi) 5,621, dari data hasil tes ini dibuatkan tabel distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Variabel motivasi siswa

No	Kelas Interval	Frekuensi absolute (Fa)	Frekuensi relative (Fr)
1	124-128	4	21,05
2	129-133	8	42,11
3	134-138	4	21,05
4	139-143	2	10,53
5	144-146	1	5,26
	Jumlah	19	100%

Berdasarkan pada tabel distribusi frekuensi di atas dari 19 sampel, ternyata sebanyak 4 orang (21,05%) memiliki hasil motivasi dengan kelas interval 124-128, dan 8 orang (42,11%) memiliki hasil motivasi dengan kelas interval 129-133, dan 4 orang (21,05%) memiliki hasil motivasi dengan kelas interval 134-138, dan 2 orang (10,53%) memiliki hasil motivasi dengan kelas interval 139-143, dan 1 orang (5,26%) memiliki hasil motivasi dengan kelas interval 144-146. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada histogram :



Gambar 1. Histogram motivasi

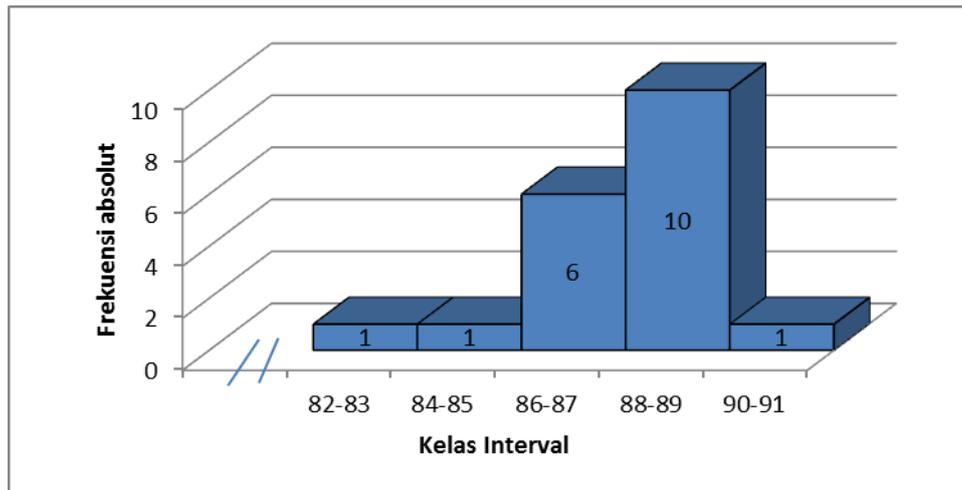
Hasil belajar penjasorkes

Pengukuran tes Hasil belajar penjasorkes dilakukan dengan mengambil nilai rapor terhadap 19 orang sampel, didapat skor tertinggi 90, skor terendah 82, rata-rata (mean) 87,37 dan simpangan baku (standar deviasi) 1,892, dari data hasil tes ini dibuatkan tabel distribusi frekuensi sebagai berikut

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Variabel Hasil Belajar Penjasorkes

No	Kelas interval	Frekuensi absolute (Fa)	Frekuensi relative (Fr)
1	82-83	1	5,26
2	84-85	1	5,26
3	86-87	6	31,58
4	88-89	10	52,63
5	90-91	1	5,26
Jumlah		19	100%

Berdasarkan pada tabel distribusi frekuensi di atas dari 19 sampel, ternyata sebanyak 1 orang (5,26%) memiliki hasil belajar penjasorkes dengan kelas interval 82-83, dan 1 orang (5,26%) memiliki hasil belajar penjasorkes dengan kelas interval 84-85, dan 6 orang (31,58%) memiliki hasil belajar penjasorkes dengan kelas interval 86-87, dan 10 orang (52,63%) memiliki hasil belajar penjasorkes dengan kelas interval 88-89, dan 1 orang (5,26%) memiliki hasil belajar penjasorkes dengan kelas interval 90-91. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada histogram:



Gambar2 . Histogram Hasil belajar penjasorkes

Pengujian Persyaratan Analisis dengan Uji Normalitas Data

Analisis uji normalitas data dilakukan dengan uji lilliefors. Hasil analisis uji normalitas masing-masing variabel di sajikan dalam bentuk tabel di bawah ini, dan perhitungan lengkapnya dapat dilihat pada lampiran.

Tabel 3. Uji normalitas data dengan uji lilliefors

No	Variabel	Lo	Lt	Keterangan
1	Motivasi	0.189	0.195	Normal
2	Hasil Belajar Penjasorkes	0.142		

Pada tabel di atas dapat dilihat bahwa hasil Lo variabel hasil motivasi dan hasil belajar lebih kecil dari Lt, maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

Pengujian Hipotesis

Pengujian hipotesis yaitu terdapat hubungan antara motivasi dengan hasil belajar penjasorkes. Berdasarkan analisis dilakukan, maka didapat rata-rata hasil belajar penjasorkes sebesar 87,37, dengan simpangan baku 1,892. Untuk skor rata-rata motivasi didapat 132,58 dengan simpangan baku 5,621. Dari keterangan di atas diperoleh analisis korelasi antara motivasi dengan hasil belajar penjasorkes, dimana r_{tab} pada taraf signifikan $\alpha (0,05) = 0,104$, berarti $r_{hitung} (0,104) < r_{tab} (0,468)$, artinya hipotesis ditolak dan tidak terdapat hubungan Motivasi Dengan Hasil Belajar Penjasorkes Siswa kelas X MIPA di SMA 12 Pekanbaru Tahun Ajaran 2015/2016.

Tabel 4. Analisis Korelasi Antara motivasi dengan hasil belajar penjasorkes

N-1	r_{hitung}	r_{tabel} $\alpha = 0.05$	Kesimpulan
18	0,104	0.468	Ha ditolak

Hasil analisis korelasi menyatakan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara Hubungan Motivasi Dengan Hasil Belajar Penjasorkes Siswa Kelas X MIPA SMA 12 Pekanbaru Tahun Ajaran 2015/2016 pada taraf signifikan $\alpha = 0.05$.

PEMBAHASAN

Menurut Prayitno (1989:8) motivasi belajar tidak saja merupakan suatu energi yang menggerak siswa untuk belajar, tetapi juga sebagai usaha yang mengarahkan aktivitas siswa kepada tujuan belajar. Dengan memperhatikan 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 ke dalam bentuk tingkah laku, maka dapat diketahui dan diramalkan apa yang menjadi tujuan individu.

Suatu kenyataan yang perlu disadari oleh guru-guru bahwa siswa yang dihadapi dikelas tidak sama dengan yang lainnya. Siswa mempunyai perbedaan dalam banyak hal seperti berbeda kemampuan berfikir baik bakat dan minat, siswa yang lambat dalam belajar ssering mengalami kesulitan, sebab setiap akhir kegiatan belajar siswa belum mampu untuk menguasai seluruh materi, akan tetapi guru telah melanjutkan pada materi lainnya. Akibatnya timbul pada siswa tersebut lebih sering tidak ada perhatian dan minat terhadap pelajaran, sehingga siswa tersebut sering membolos, datang terlambat, tidak mengerjakan PR, lambat dalam pelaksanaan tugas yang diberikan oleh guru.

Dari uraian di atas dapat diambil kesimpulan bahwa motivasi belajar adalah dorongan atau kekuatan dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan serta arah belajar untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

Jika kita lihat lagi pada latar belakang masalah yang menjadikan faktor rendahnya hasil belajar, ternyata motivasi yang menjadi dugaan pertama bukanlah salah satu penyebabnya. Karena hasil yang didapat motivasi siswa kelas X MIPA SMA 12 Pekanbaru memiliki hasil yang baik. Kemungkinan besar faktor penyebabnya sesuai dengan latar belakang yang sudah di jabarkan.

Perhitungan korelasi antara motivasi (X) dengan hasil belajar penjasorkes (Y) menggunakan rumus korelasi product moment. Kriteria pengujian jika $r_{hitung} > r_{tabel}$ H_0 ditolak dan H_a diterima, maka terdapat hubungan yang signifikan dan sebaliknya (Sudjana 1996:369). Dari hasil perhitungan korelasi antara motivasi (X) dengan hasil belajar penjasorkes (Y) diperoleh $r_{hitung} = 0,104$ sedangkan r_{tabel} pada taraf signifikan $\alpha = 0.05$ yaitu 0,468. Berarti dalam hal ini tidak terdapat hubungan antara motivasi (X) dengan hasil belajar penjasorkes (Y), dengan demikian baik motivasi yang dimiliki siswa, belum tentu semakin baik pula hasil belajar yang diperoleh.

Dari penjelasan di atas jelas bahwa motivasi bukanlah satu-satunya faktor yang mempengaruhi hasil belajar seseorang. Sebenarnya untuk mendapatkan hasil belajar yang baik motivasi bukan lah faktor penentu, masih banyak faktor yang lain seperti kesegaran jasmani dan lainlain. Hal ini terbukti dari hasil ananlisis yang diperoleh bahwa tidak terdapat hubungan. Artinya hanya sedikit sekali hubungan yang diperoleh dari hasi motivasi untuk mendapatkan hasil belajar yang tinggi.

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Dari hasil pengumpulan data tersebut diketahui motivasi pada indikator hasrat dan keinginan berhasil terdiri dari 6 item/butir pernyataan kepada 19 orang siswa sebagai responden, di peroleh presentase total skor keseluruhan yaitu 78,73%. Pada indikator dorongan dan kebutuhan belajar terdiri dari 6 item/butir pernyataan kepada 19 orang siswa sebagai responden, di peroleh presentase total skor keseluruhan yaitu 60,17%. Pada indikator harapan dan cita-cita masa depan terdiri dari 5 item/butir pernyataan kepada 19 orang siswa sebagai responden, di peroleh presentase total skor keseluruhan yaitu 78,73%. Pada indikator penghargaan dalam blajar terdiri dari 7 item/butir pernyataan kepada 19 orang siswa sebagai responden, di peroleh presentase total skor keseluruhan yaitu 79,39%. Pada indikator kegiatan yang menarik dalam belajar terdiri dari 4 item/butir pernyataan kepada 19 orang siswa sebagai responden, di peroleh presentase total skor keseluruhan yaitu 75,78%. Pada indikator kegiatan yang menarik dalam belajar terdiri dari 5 item/butir pernyataan kepada 19 orang siswa sebagai responden, di peroleh presentase total skor keseluruhan yaitu 83,36%. Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah penulis uraikan pada bab terdahulu, maka dapat diambil kesimpulan bahwa dari hasil perhitungan korelasi antara motivasi (X) dengan hasil belajar penjasorkes (Y) diperoleh $r_{hitung} = 0,104$ sedangkan r_{tabel} pada taraf signifikan $\alpha = 0.05$ yaitu 0,468. Berarti dalam hal ini tidak terdapat hubungan antara motivasi (X) dengan hasil belajar penjasorkes (Y), dengan demikian baik motivasi yang dimiliki siswa, belum tentusemaksin baik pula hasil belajar yang diperoleh, karena untuk mendapatkan hasil belajar yang baik bukan saja dari motivasi akan tetapi masih banyak faktor lain seperti kesehatan, intelegensi dan bakat, cara belajar, keluarga, sekolah, masyarakat dan lingkungan sekitar.

Berdasarkan pada kesimpulan di atas, maka penulis dapat memberikan rekomendasi yang dapat membantu mengatasi masalah yang ditemui dalam penelitian tentang studi motivasi dan hasil belajar penjasorkes siswa kelas X MIPA SMA 12 Pekanbaru.

1. Kepada pihak sekolah dan instansi terkait agar dapat meningkatkan kemampuan dan profesional guru untuk terangkatnya mutu pendidikan dimasa yang akan datang.
2. Kepada guru untuk dapat membina siswa ke arah yang lebih baik agar di masa mendatang motivasi bisa dipertahankan dan hasil belajar penjasorkes siswa dapat ditingkatkan lagi.
3. Para siswa agar memperhatikan faktor motivasi dan hasil belajar penjasorkes.
4. Untuk mendapatkan motivasi maupun hasil belajar penjasorkes yang baik diharapkan agar siswa memperhatikan makanan yang dikonsumsi dan juga berolahraga yang teratur

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta
- Arikunto, Suharsimi. 2002. *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Dimiyati dan Mujiono. 1994. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Dirjen Perguruan Tinggi dan Depdikbud
- Hamalik, Oemar. 2001. *Perencanaan Pengajaran Berdasarkan Pendekatan System*. Jakarta: Bumi Aksara
- Hamalik, Oemar. 2004. *Kurikulum dan Pembelajaran*. Jakarta: Bumi Aksara
- Hadi, Sutrisno. 1990. *Metodelogo Research Jilid 1*. Yogyakarta Andi Offset. 2001. *Metodelogo Research Jilid 2*. Yogyakarta Andi Offset.
- Hamzah B. Uno. 2006. *Teori motivasi dan Pengukurannya*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Mulyasa.e. 2006. *Menjadi Guru Propesional Menciptakan Pembelajaran Kreatif dan Menyenangkan*. Bandung: Remaja Rosda Karya
- Nyayu, Khodijah. 2014. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Roji. 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Erlangga
- Santrock. 2008. *Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga
- Sardirman. 2012. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Raja
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung :Alfabeta
- Slameto. 2013. *Belajar dan faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Rineka Cipta. Jakarta