

**MOTIVASI PESERTA DIDIK KELAS X SEKOLAH MENENGAH  
KEJURUAN IPTEK WERU KABUPATEN SUKOHARJO DALAM  
MENGIKUTI PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA  
DAN KESEHATAN.**

*E-JOURNAL*

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh:  
Imam Hariyadi  
NIM. 13601241033

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2017**

## PERSETUJUAN

Jurnal yang berjudul "Motivasi Peserta Didik Kelas X Sekolah Menengah Kejuruan Iptek Weru Kabupaten Sukoharjo Dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan" yang disusun oleh Imam Hariyadi, NIM. 13601241033 ini telah disetujui oleh pembimbing dan *reviewer*.

Yogyakarta, Juli 2017

Pembimbing



Nurhadi Santoso, S.Pd., M.Pd  
NIP. 197403172008121003

*Reviewer*



Komarudin, M.A  
NIP. 197409282003121002

**MOTIVASI PESERTA DIDIK KELAS X SEKOLAH MENENGAH  
KEJURUAN IPTEK WERU KABUPATEN SUKOHARJO DALAM  
MENGIKUTI PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA  
DAN KESEHATAN.**

**MOTIVATION PARTICIPANTS CLASS CLASS X SCHOOL HIGH  
SCHOOL IN WERU TECHNIQUE WERU DISTRICT SUKOHARJO IN  
FOLLOWING LEARNING EDUCATION JASMANI SPORTS AND  
HEALTH.**

Oleh : Imam Hariyadi  
Email : [Imamhariyadi10@gmail.com](mailto:Imamhariyadi10@gmail.com)

**ABSTRAK**

Sebagian besar peserta didik masih menganggap pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan hanya sebagai mata pelajaran tidak terlalu penting. Peserta didik sangat membutuhkan motivasi untuk dapat mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan kondusif sehingga tujuan pendidikan jasmani dapat tercapai. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui seberapa tinggi motivasi peserta didik kelas X SMK IPTEK Weru Kecamatan Weru Kabupaten Sukoharjo terhadap pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Metode yang digunakan adalah metode survei. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket. Populasi penelitian adalah peserta didik kelas X SMK IPTEK Weru sebanyak 316 peserta didik. Ukuran sampel peneliti sebanyak 300 peserta didik ditentukan secara acak dari 9 kelas, untuk menganalisis data digunakan statistik deskriptif dengan persentase.

Hasil penelitian motivasi peserta didik kelas X SMK Kejuruan IPTEK Weru Kecamatan Weru Kabupaten Sukoharjo dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan secara keseluruhan diperoleh hasil pada kategori sangat tinggi sebesar 4 % (12 peserta didik), pada kategori tinggi sebesar 33,33 % (100 peserta didik), pada kategori sedang sebesar 25,67 % (77 peserta didik), pada kategori rendah sebesar 29,67% (89 peserta didik) dan kategori sangat rendah sebesar 7,3 % (22 peserta didik).

Kata Kunci : *Motivasi Peserta didik, Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Peserta didik SMK*

**ABSTRACT**

Most learners still perceive physical exercise and health education only as a less important subject. Learners are in need of motivation to be able to follow the learning of sport and health education with conducive so that physical education goals can be achieved. The purpose of this study is to determine how high the

motivation of students class X SMK Science and Technology Weru District Weru Sukoharjo District towards learning physical education sports and health.

This research is a descriptive research. The method used is survey method. The instrument used in this study is a questionnaire. The population of the study is the students of class X Science and Technology Vocational School Weru 316 students. The sample size of 300 researchers were determined randomly from 9 classes, to analyze the data used descriptive statistics with percentages.

The result of motivation study of class X of SMK Vocational Science and Technology Weru Weru Subdistrict Sukoharjo District in Following Learning Physical Education Sport and Health as a whole obtained results in very high category of 4% (12 students), the high category of 33.33% (100 Students in the medium category of 25.67% (77 students), in the low category of 29.67% (89 students) and the very low category of 7.3% (22 students).

**Keywords:** Student Motivation, Learning Physical Education, Students of SMK

## PENDAHULUAN

Di masa sekarang olahraga mendapat perhatian yang cukup besar baik untuk meningkatkan kualitas manusia dalam kebugaran jasmani maupun untuk pencapaian prestasi. Salah satu tempat yang bisa untuk melakukan olahraga adalah di sekolah. Dengan adanya mata pelajaran penjas orkes di sekolah diharapkan bisa memfasilitasi peserta didik untuk melakukan kegiatan olahraga dengan menambah pengetahuan peserta didik tentang manfaat dan macam-macam olahraga. Olahraga yang dilakukan tidak hanya semata-mata mengisi waktu senggang ataupun hanya sekedar memanfaatkan fasilitas yang tersedia, namun lebih dari itu, seperti yang dikemukakan oleh Mochamad Sajoto (1988: 10) bahwa ada empat dasar tujuan manusia melakukan olahraga sekarang ini yaitu: "1) peserta didik yang melakukan olahraga untuk rekreasi, 2) tujuan pendidikan, 3) mencapai tingkat kesegaran jasmani tertentu, dan 4) mencari sasaran prestasi."

Motivasi menurut Oemar Hamalik (2005: 106), adalah "suatu perubahan energi dalam diri pribadi seseorang yang ditandai dengan timbulnya perasaan dan reaksi untuk mencapai tujuan". Motivasi mendorong seseorang melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan yang ingin dicapai. Motivasi sangat penting karena motivasi merupakan konsep yang menjelaskan alasan seseorang berperilaku. Motivasi juga menentukan tingkat keberhasilan atau gagalnya kegiatan belajar peserta didik. Belajar tanpa motivasi sulit untuk menc

apai keberhasilan secara optimal (Hamlik, 2005: 108).

Melalui pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan diharapkan kesehatan peserta didik tetap terjaga. Seseorang peserta didik yang mempunyai tingkat kesehatan jasmani yang baik akan lebih mudah melakukan aktivitas belajar dengan lancar. Memperhatikan kesehatan jasmani merupakan salah satu faktor yang memperlancar aktivitas belajar, maka diharapkan peserta didik mempunyai motivasi dan minat yang kuat untuk mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Ketika peneliti observasi ke lapangan pada tanggal 25-30 desember 2016 banyak sekali kejadian yang di temukan peneliti disana salah satunya masih banyak peserta didik yang izin sakit ketika mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Kesehatan peserta didik menjadi hal paling penting untuk mereka bisa mengikuti pembelajaran bukan hanya penjas orkes tetapi semua mata pelajaran. Karena dengan badan yang sehat dan kebugaran yang prima peserta didik akan sangat maksimal dalam mengikuti pembelajaran dan menerima semua materi yang di sampaikan oleh guru. Tetapi faktanya kesehatan kadang jadi alasan peserta didik agar tidak mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah karena peserta didik tidak mau capek atau berpanas-panasan. Peserta didik juga merasa pelajaran penjas orkes tidak penting, karena tidak masuk dalam Ujian Nasional dan peserta

didik yakin bahwa nilai peserta didik tersebut akan berada di atas nilai KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) yang di tentukan oleh pihak sekolah. Hal ini menjadi masalah yang sangat sering terjadi di berbagai sekolah. Padahal pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran yang dapat mengembangkan aspek kognitif, afektif dan psikomotor. Aspek tersebut merupakan aspek dasar untuk mencapai tujuan pendidikan.

Tidak hanya itu saja alat pelajaran yang digunakan untuk proses belajar mengajar tidak bisa mencakup semua peserta didik karena suatu alasan yang kurang tepat. Guru dalam mengajar tidak memaksimalkan alat yang ada, bisa dilihat ketika melakukan praktek dilapangan, masih banyak sekali peserta didik yang menunggu giliran untuk melakukan passing bola voli dikarenakan bola yang tersedia tidaklah cukup untuk membagi rata semua murid yang ada yaitu 2 bola untuk 30 peserta didik. Dilapangan kebanyakan peserta didik menunggu gilirannya dengan mengobrol atau duduk saat pembelajaran berlangsung. Bahkan tidak hanya bola voli, banyak alat yang tidak dimaksimalkan untuk menunjang sistem belajar mengajar karena alasan takut nanti rusak karena memang sudah ada sebagian alat yang rusak dan tidak bisa digunakan kembali. Beberapa alat pelajaran yang tersedia di sekolah datanya sebagai berikut :

Tabel 1. Daftar alat pembelajaran di SMK IPTEK Weru

No	Alat Pelajaran	Jumlah
1	Bola kaki	25
2	Lempar lembing	50
3	Stik golf/kasti	4
4	Bola kecil (untuk bermain kasti)	4
5	Bola voli	25
6	Bola tangan	10
7	Bola basket	10
8	Tolak peluru	25
9	Cakram	25
10	Matras	4
11	Meja tenis	2
12	Raket bulu tangkis	5

Sumber: ruang penyimpanan alat olahraga SMK IPTEK Weru

Berdasarkan uraian di atas, peneliti ingin meneliti motivasi peserta didik kelas X SMK IPTEK Weru Kecamatan Weru Kabupaten Sukoharjo dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

## **METODE PENELITIAN**

### **Desain Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Peneliti akan menggunakan pendekatan kuantitatif dengan analisis data penyebaran angket/kuesioner. Skor dari perolehan penyebaran angket kemudian diolah dan dianalisis dengan menggunakan statistik deskriptif yang dituangkan dalam bentuk pengkategorian dan prosentase.

### **Waktu dan Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di SMK IPTEK Weru Kabupaten Sukoharjo yang dilaksanakan pada tanggal 1-8 april 2017 yang mencakup pengajuan proposal, perijinan, pengumpulan data sampai dengan penyusunan hasil laporan penelitian.

### **Populasi dan Sampel Penelitian**

Populasi dalam penelitian ini adalah semua peserta didik kelas X SMK IPTEK Weru yang berjumlah 316 peserta didik. Untuk sampel penelitian ini adalah 300 peserta didik kelas X SMK IPTEK Weru.

### **Prosedur**

Angket dalam penelitian ini dilihat dari sudut pandang cara menjawab termasuk dalam angket tertutup, serta dilihat dari bentuknya termasuk dalam angket rating-scale. Skor yang digunakan dalam penelitian ini adalah berdasarkan Skala dikotomi. Skala dikotomi mempunyai dua jawaban, yaitu: ya dan tidak.

### **Data, Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data bertujuan untuk memperoleh data dengan cara yang sesuai dengan penelitian sehingga peneliti akan memperoleh data yang lengkap baik secara lisan maupun tertulis. Sesuai dengan jenis penelitian yang akandilaksanakan yaitu deskriptif kuantitatif, maka digunakan metode pengamatan atau survei dengan menggunakan instrument angket (kuesioner). Instrumen ini hasil pemikiran saya sendiri dengan melihat di kajian teori dan menyusun kisi – kisi dan angket tersebut.

### **Uji Coba Instrumen**

#### **a. Uji Validitas Instrumen**

Uji validitas instrumen terhadap konsep yang diukur, benar - benar mengukur apa yang seharusnya diukur. Menurut Suharsimi Arikunto (2006: 168) validitas adalah suatu ukuran yang

menunjukkan tingkatan-tingkatan kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Dari 34 butir yang di uji cobakan ada 3 butir yang gugur/tidak valid kemudian penghitungannya dibantu menggunakan komputer program SPSS versi 23 dengan memasukan input data pada aplikasi software computer SPSS.

#### **b. Uji Reliabilitas**

Uji reliabilitas dilakukan untuk mengetahui keadaan instrumen atau alat ukur. Suatu alat ukur dinyatakan reliable jika alat tersebut menghasilkan hasil-hasil konsisten sehingga instrumen ini dapat dipakai dengan aman karena dapat bekerja dengan baik pada waktu yang berbeda. Pengujian dilakukan menggunakan komputer program SPSS versi 23.

### **Teknik Analisis Data**

Data dalam penelitian ini adalah data kuantitatif, dan teknik analisis yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis deskriptif kemudian dimaknai, pada penghitungan ini juga dilakukan dengan menggunakan bantuan Komputer program SPSS. Adapun keterangan rumus yang digunakan untuk masing-masing butir dalam angket menggunakan presentase.

Tabel 1. Acuan Klasifikasi Kategori Jawaban

No	Interval	Kategori
1	$X \geq M + X 1,5 SD$	Sangat Tinggi
2	$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$	Tinggi
3	$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$	Sedang
4	$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$	Rendah
5	$X \leq M - 1,5 SD$	Sangat Rendah

**Pertanyaan**

**Keterangan :**

- X = Skor
- M = Mean
- SD = Standar Deviasi

**HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

**Hasil Penelitian**

Hasil penelitian tentang motivasi peserta didik dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani di SMK IPTEK Weru kabupaten Sukoharjo .Penelitian ini dilakukan pada Senin, 8 april 2017 dan diperoleh responden sebanyak 300 peserta didik. Dari hasil di atas akan dideskripsikan sebagai berikut:

**1. Motivasi peserta didik**

Motivasi Peserta didik Kelas X SMK IPTEK Weru Kecamatan Weru Kabupaten Sukoharjo Dalam Mengikuti Pembelajaran penjaskes secara keseluruhan diukur dengan angket. Hasil penelitian motivasi diperoleh skor minimum sebesar = 13; skor maksimum = 29; rerata = 21,44; median = 21,5; modus = 26 dan *standard deviasi* = 4,411872095. Deskripsi hasil penelitian motivasi secara keseluruhan dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 7. Deskripsi Hasil Penelitian Motivasi Peserta didik

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
> 28,06	Sangat Tinggi	12	4%
23,65 – 28,06	Tinggi	101	33,67%
19,24 – 23,65	Sedang	76	25,33%
14,83– 19,24	Rendah	89	29,67%
<14,83	Sangat Rendah	22	7,33%
<b>Jumlah</b>		<b>300</b>	<b>100%</b>

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar di bawah ini :



**Gambar 1. Grafik Hasil Penelitian Motivasi**

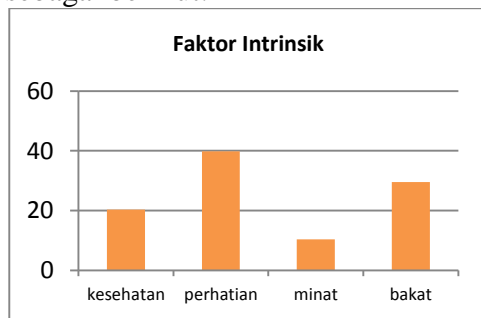
Berdasarkan tabel dan gambar di atas diketahui motivasi peserta didik kelas X Sekolah Menengah Kejuruan IPTEK Kecamatan Weru Kabupaten Sukoharjo Dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan secara keseluruhan diperoleh hasil pada kategori sangat tinggi sebesar 4 % (12 peserta didik), pada kategori tinggi sebesar 33,67 % (101 peserta didik), pada kategori sedang sebesar 25,33 % (76 peserta didik), pada kategori rendah sebesar 29,67% (89 peserta didik) dan kategori sangat rendah sebesar 7,33 % (22 peserta didik).

**2. Faktor Intrinsik**

Faktor intrinsik terdiri dari empat indikator yaitu kesehatan, perhatian, minat, dan bakat, diukur



dengan angket yang berjumlah 16 butir pernyataan dengan skor 0 – 1, sehingga diperoleh rentang skor ideal 0 – 14. Dari faktor intrinsik dapat dijabarkan dalam beberapa indikator dengan perolehan data untuk indikator kesehatan adalah sebesar 20,31%; perhatian sebesar 39,78%; minat sebesar 10,40% dan bakat sebesar 29,51%. Dari analisis data tersebut dapat digambarkan dalam histogram sebagai berikut:



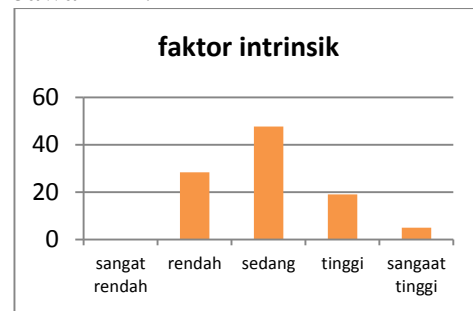
**Gambar 2. Histogram faktor intrinsik**

Hasil penelitian faktor intrinsik diperoleh skor minimum sebesar = 7; skor maksimum = 14; rerata = 9,96; median = 10; modus = 9 dan *standard deviasi* = 2,01. Deskripsi hasil penelitian faktor intrinsik dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

**Tabel 8. Deskripsi Hasil Penelitian Motivasi Peserta didik**

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
> 13,015	Sangat tinggi	15	14%
11,005 – 13,015	Tinggi	57	24,67%
8,995 – 11,005	Sedang	143	33%
6,985 – 8,995	Rendah	85	28,33%
<6,9585	Sangat Rendah	0	0%
<b>Jumlah</b>		<b>300</b>	<b>100%</b>

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar di bawah ini :



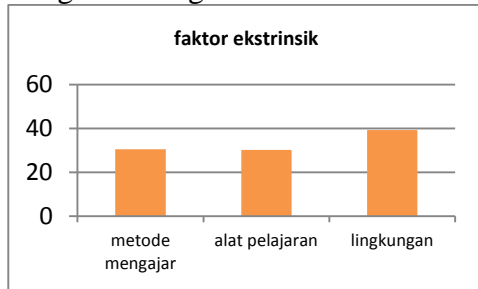
**Gambar 3. Histogram faktor intrinsik**

Berdasarkan tabel dan gambar di atas diketahui motivasi peserta didik kelas X SMK IPTEK Weru Kecamatan Weru Kabupaten Sukoharjo dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan berdasarkan faktor intrinsik diperoleh hasil pada kategori sangat tinggi sebesar 5% (15 peserta didik), pada kategori tinggi sebesar 19% (57 peserta didik), pada kategori sedang sebesar 47,7% (143 peserta didik) dan pada kategori rendah sebesar 28,33% (85 peserta didik) dan pada kategori sangat rendah sebesar 0% (0 peserta didik).

### 3. Deskripsi Hasil Persepsi Guru terkait Mekanisme dalam Evaluasi Pembelajaran Penjas

Faktor ekstrinsik terdiri dari tiga indikator yaitu metode mengajar, alat pelajaran dan kondisi lingkungan, diukur dengan angket yang berjumlah 17 butir pernyataan dengan skor 0 – 1, sehingga diperoleh rentang skor ideal 0 – 17. Dari Faktor ekstrinsik dapat dijabarkan dalam beberapa indikator dengan perolehan data untuk indikator Metode mengajar sebesar 30,56%; alat pelajaran sebesar

30,20%; dan kondisi lingkungan sebesar 39,24% . dari analisis tersebut dapat digambarkan kedalam hisogram sebagai berikut:



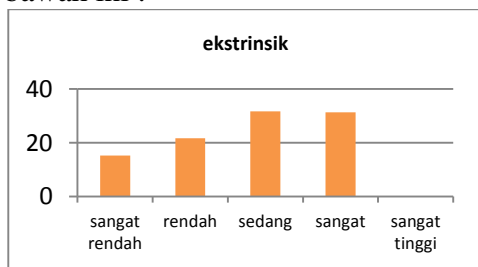
Gambar 4. Histogram faktor ekstrinsik

Hasil penelitian faktor ekstrinsik diperoleh skor minimum sebesar = 7; skor maksimum = 15; rerata = 11,4767; median = 12; modus = 14 dan *standard deviasi* = 2,475861167. Deskripsi hasil penelitian faktor ekstrinsik dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

**Tabel 9. Deskripsi Hasil Penelitian Faktor Ekstrinsik**

Interval	Kategori	Frekuensi	%
> 15,705	Sangat Tinggi	0	0%
13,235 – 15,705	Tinggi	94	42%
10,765 – 13,235	Sedang	95	21%
8,295 – 10,765	Rendah	65	29%
<8,295	Sangat Rendah	46	8%
<b>Jumlah</b>		<b>300</b>	<b>100%</b>

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar di bawah ini :



Gambar 5. Grafik Hasil Penelitian Faktor Ekstrinsik

Berdasarkan tabel dan gambar di atas diketahui Motivasi Peserta didik Kelas X SMK IPTEK Weru dalam mengikuti pembelajaran pendidikan

jasmani olahraga dan kesehatan berdasarkan faktor ekstrinsik diperoleh hasil pada kategori sangat tinggi sebesar 0%, kategori tinggi sebesar 31,3% (94 peserta didik), pada kategori sedang sebesar 31,7% (95 peserta didik), pada kategori rendah sebesar 21,7% (65 peserta didik) dan pada kategori sangat rendah sebesar 15,3% (46 peserta didik)

### Pembahasan

Hasil penelitian ini membuktikan bahwa motivasi peserta didik kelas X SMK IPTEK Weru dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan berada pada kategori sedang. Hasil ini ditunjukkan dengan diperolehnya rata-rata sebesar 24,44. Dari 300 peserta didik kelas X SMK IPTEK Weru; sejumlah 4% kategori sangat tinggi; 33,67% motivasinya tinggi; 25,33% motivasinya sedang; 29,67% motivasinya rendah; dan 7,33% motivasi yang sangat rendah.

Berdasarkan hasil analisis pada faktor-faktor motivasi peserta didik kelas X SMK IPTEK WERU dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan diketahui bahwa:

#### 1. Faktor Intrinsik

Motivasi peserta didik kelas X SMK IPTEK WERU dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang berasal dari dalam diri peserta didik (intrinsik) berada pada kategori sedang. Dari 300 peserta didik kelas X SMK IPTEK WERU, sebanyak 5% mempunyai motivasi intrinsik sangat tinggi; 19% motivasi intrinsiknya tinggi; 47,7% motivasi intrinsiknya sedang; 28,3% motivasi

intrinsiknya rendah: serta 0% peserta didik motivasi intrinsiknya sangat rendah.

## 2. Faktor Ekstrinsik

Motivasi peserta didik kelas X SMK IPTEK Weru dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang berasal dari luar diri peserta didik (ektrinsik) berada pada kategori sedang. Dari 300 peserta didik kelas X SMK IPTEK Weru, sebanyak 0% mempunyai motivasi intrinsik yang sangat tinggi; 31,3% motivasi ekstrinsiknya tinggi; 31,7% motivasi ekstrinsiknya sedang; 21,7% motivasi ekstrinsiknya rendah: serta 15,3% peserta didik motivasi ekstrinsik nya sangat rendah.

## Kesimpulan dan Saran

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian di atas dapat disimpulkan motivasi peserta didik kelas X SMK IPTEK Weru Kecamatan Weru Kabupaten Sukoharjo Dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan secara keseluruhan pada kategori sangat tinggi sebesar 4 % (12 peserta didik), pada kategori tinggi sebesar 33,67 % (101 peserta didik), pada kategori sedang sebesar 25,33 % (76 peserta didik), pada kategori rendah sebesar 29,67% (89 peserta didik) dan kategori sangat rendah sebesar 7,3 % (22 peserta didik).

### Saran

Hasil dari penelitian dan kesimpulan di atas, maka penulis mengajukan saran-saran sebagai berikut :

1. Bagi guru, hendaknya meningkatkan faktor yang dapat mendorong motivasi peserta didik untuk lebih baik dalam mengikuti

pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

2. Bagi peserta didik, hendaknya motivasi untuk mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dapat ditingkatkan, sebab sangat berguna untuk menjaga kebugaran untuk meningkatkan prestasi.
3. Bagi sekolah, hendaknya sarana dan prasarana dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dapat diperhatikan, karena dapat meningkatkan peserta didik dalam mengikuti pembelajaran
4. Bagi yang ingin menggunakan instrumen dalam penelitian ini hendaknya melakukan uji coba terlebih dahulu.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta
- (2007) *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta PT RajaGrafindo.
- Slameto. (2015). *Belajar dan Faktorfaktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R & D*. Bandung: Alfabeta.