

## HUBUNGAN ANTARA PERILAKU HIDUP SEHAT, MOTIVASI BELAJAR, DAN KECERDASAN INTELIGENSI (IQ) DENGAN PRESTASI BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATANSISWA KELAS X SMA MUHAMMADIYAH 3 YOGYAKARTA TAHUN 2017

### *CORRELATION ON HEALTHY LIVING BEHAVIOR, STUDYING MOTIVATION, AND INTELLIGENCE QUOTIENT WITH THE PHYSICAL EDUCATION, SPORT, AND HEALTH LEARNING ACHIEVEMENT OF TENTH GRADE STUDENTS INSMA MUHAMMADIYAH 3 YOGYAKARTA IN 2017*

Oleh :Azizah Nur Indarti  
Email : Azizahnurindarti@gmail.com

#### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara perilaku hidup sehat, motivasi belajar, kecerdasan inteligensi dengan prestasi belajar Penjasorkes siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta Tahun Ajaran 2016/2017. Jenis penelitian ini merupakan penelitian korelasional. Metode yang digunakan adalah survei, dengan teknik pengumpulan data menggunakan angket dan analisis dokumentasi. Populasidalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta yang berjumlah 215 siswa, yang diambil menggunakan teknik *total sampling*. Instrumen untuk mengukur perilaku hidup sehat dan motivasi belajar menggunakan angket, untuk mengukur kecerdasan intelegensi berdasarkan hasil kolektif tes IQ yang telah dilakukan secara resmi oleh badan pengetesan IQ, dan prestasi belajar Penjasorkes menggunakan nilai raport pada tes akhir semester. Analisis data menggunakan uji korelasi *product moment*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Ada hubungan yang signifikan antara perilaku hidup sehat dan prestasi belajar Penjasorkes siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta Tahun Ajaran 2016/2017, dengan nilai  $r_{x1.y} = 0,744 > r_{(0.05)(215)} = 0,133$ . (2) Ada hubungan yang signifikan antara motivasi belajar dan prestasi belajar Penjasorkes siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta Tahun Ajaran 2016/2017, dengan nilai  $r_{x2.y} = 0,614 > r_{(0.05)(215)} = 0,133$ . (3) Ada hubungan yang signifikan antara kecerdasan inteligensi dan prestasi belajar Penjasorkes siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta Tahun Ajaran 2016/2017, dengan nilai  $r_{x3.y} = 0,617 > r_{(0.05)(215)} = 0,133$ . (4) Ada hubungan yang signifikan antara perilaku hidup sehat, motivasi belajar, kecerdasan inteligensi dengan prestasi belajar Penjasorkes siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta Tahun Ajaran 2016/2017, dengan nilai  $F_{hitung} 27,522$  dan  $R_{x1.x2. x3.y} = 0,751 > R_{(0.05)(215)} = 0,133$ .

Kata kunci: perilaku hidup sehat, motivasi belajar, kecerdasan inteligensi dengan prestasi belajar Penjasorkes

#### **Abstract**

This research aims to determine whether there is correlation on healthy living behavior, studying motivation, intelligence quotient (IQ) with Penjasorkes (Physical Education, Sport, and Health) learning achievement of tenth grade students SMA (Senior High School) Muhammadiyah 3 Yogyakarta Academic Year 2016/2017. The research was correlational research. The method used was by survey, with data collection technique by using questionnaire and documentation analysis. The population in this research was the students of class X of SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta of 215 students, obtained by using total sampling technique. The instrument for measuring healthy living behavior and studying motivation was by using questionnaires and to measure intelligence quotient (IQ) based on the collective results of IQ tests that had been formally performed by the IQ testing institution, and the learning achievement of Penjasorkes by using the final grade report of the final test of the semester. The data analysis was by using product moment correlation test. The research results show that: (1) there is significant correlation between healthy living behavior and studying achievement of Penjasorkes on students of grade X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta Academic Year 2016/2017, with  $r_{x1.y} = 0,744 > r_{(0.05)(215)} = 0,133$ . (2) There is significant correlation between studying motivation and learning achievement on Penjasorkes of tenth grade students in SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta Academic Year 2016/2017, with  $r_{x2.y} = 0,614 > r_{(0.05)(215)} = 0,133$ . (3) There is significant correlation between intelligence quotient (IQ) and Penjasorkes learning achievement of tenth grade students of SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta Academic Year 2016/2017, with  $r_{x3.y} = 0,617 > r_{(0.05)(215)} = 0,133$ . (4) There is significant correlation between healthy living behavior, studying motivation, intelligence quotient and Penjasorkes learning achievement of tenth grade students in SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta Academic Year 2016/2017, with value of F calculate 27,522 and  $R_{x1.x2. x3.y} = 0,751 > R_{(0.05)(215)} = 0,133$ .

*Keywords: healthy living behavior, studying motivation, intelligence quotient with Penjasorkes learning achievement*

## **PENDAHULUAN**

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup aktif, dan sikap sportif melalui kegiatan jasmani (Depdiknas, 2004: 2). Dengan mengikuti proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah, maka diharapkan siswa dapat mempertahankan dan meningkatkan tingkat kebugaran jasmani yang baik, serta melaksanakan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Banyak sekali aspek yang dipengaruhi dalam pembelajaran pendidikan jasmani, antaranya adalah aspek fisik, kognitif, afektif dan psikomotor. Dengan materi yang disajikan dalam mata pelajaran pendidikan jasmani yang sebagian besar berupa permainan dan praktek di lapangan, maka untuk memperoleh prestasi belajar pendidikan jasmani yang baik siswa dituntut untuk mempunyai kondisi fisik yang sehat.

Kesehatan merupakan modal utama seseorang untuk dapat melakukan segala kegiatan sehari-hari. Menurut Undang-Undang No. 23 Tahun 1992 yang dikutip oleh Notoatmodjo (2007: 3), Kesehatan adalah keadaan sejahtera badan, jiwa, dan sosial yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara sosial dan ekonomi. Produktif di sini berarti setiap individu tersebut mempunyai produktivitas misalnya bekerja atau sekolah. Produktif bagi siswa berarti bahwa siswa tersebut dapat menunjukkan kemampuan yang ada dalam dirinya dengan prestasi yang dihasilkan oleh siswa tersebut di sekolah maupun di lingkungan sekitar.

Perilaku hidup sehat adalah kebiasaan-kebiasaan yang dilakukan oleh seseorang yang berhubungan dengan kesehatan, termasuk didalamnya adalah siswa sekolah.

Dengan berperilaku hidup sehat yang dilakukan siswa maka dapat dimungkinkan siswa terhindar dari serangan penyakit, sehingga siswa mempunyai kondisi fisik dan mental yang sehat. Dengan kondisi fisik dan mental yang sehat maka siswa dapat mengikuti proses belajar pendidikan jasmani dengan optimal, sehingga siswa dapat memperoleh prestasi belajar pendidikan jasmani yang baik. Akan tetapi untuk memperoleh prestasi belajar seperti yang diinginkan tidak cukup hanya dengan bermodalkan kesehatan saja. Siswa juga dituntut untuk selalu giat belajar dalam kehidupan sehari-hari. Siswa akan giat belajar apabila siswa tersebut mempunyai motivasi belajar yang tinggi. Faktor-faktor yang berpengaruh terhadap perilaku hidup sehat antara lain dipengaruhi oleh (Notoatmojo, 2010: 25).

1. Faktor makanan dan minuman terdiri dari kebiasaan makan pagi, pemilihan jenis makanan, jumlah makanan dan minuman, kebersihan makanan.
2. Faktor perilaku terhadap kebersihan diri sendiri terdiri dari mandi, membersihkan mulut dan gigi, membersihkan tangan dan kaki, kebersihan pakaian.
3. Faktor perilaku terhadap kebersihan lingkungan lingkungan terdiri dari kebersihan kamar, kebersihan rumah, kebersihan lingkungan rumah, kebersihan lingkungan sekolah.
4. Faktor perilaku terhadap sakit dan penyakit terdiri dari pemeliharaan kesehatan, pencegahan terhadap penyakit, rencana pengobatan dan pemulihan kesehatan
5. Faktor keseimbangan antara kegiatan istirahat dan olahraga terdiri dari banyaknya waktu istirahat, aktivitas di rumah dan olahraga teratur.

Siswa di SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta belum berperilaku hidup sehat, pada waktu jam istirahat banyak siswa yang duduk dan dan berjalan tidak melakukan aktivitas olahraga. Siswa sebelum makan atau minum tidak mencuci tangan terlebih dahulu. Saat jam istirahat siswa membeli jajan dan kelalaian siswa dalam membuang sampah tidak pada tempatnya akan menimbulkan sampah berserakan sehingga akan membuat halaman menjadi kotor. Siswa masih kurang tertib dalam menjalankan tugas piket kelasnya. Kondisi lingkungan di sekolah SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta juga kurang bersih dan keadaan fasilitas kurang terawat. Selain itu, peneliti juga melihat siswa yang tidak menerapkan perilaku hidup sehat dalam kehidupannya sehari-hari, sebagai contoh ada beberapa siswa laki-laki yang merokok di kantin pada saat istirahat. Oleh karena itu diharapkan agar SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta dapat meningkatkan perilaku hidup sehat dan kualitas siswanya agar berperilaku sehat.

Motivasi adalah syarat mutlak untuk belajar. Motivasi dipandang sebagai dorongan yang menggerakkan dan mengarahkan perilaku manusia, termasuk di dalamnya adalah dalam hal belajar. Menurut Dimiyati dan Moedjiono (2009: 80), terdapat tiga komponen utama dalam motivasi yaitu (1) kebutuhan, (2) dorongan (3) tujuan. Kebutuhan terjadi apabila individu merasa ada ketidak seimbangan antara apa yang dimiliki dengan apa yang diharapkan. Dorongan merupakan kekuatan mental untuk melakukan kegiatan dalam rangka memenuhi harapan atau pencapaian tujuan. Tujuan adalah hal yang ingin dicapai oleh seorang individu, hal ini akan mengarahkan perilaku belajar siswa tersebut. Menurut Purwanto (2011: 60), motivasi adalah segala sesuatu yang mendorong seseorang untuk bertindak

sesuatu. Secara umum dapat dikatakan bahwa tujuan motivasi adalah untuk menggerakkan atau menggugah seseorang agar timbul keinginan atau kemauan untuk melakukan sesuatu sehingga dapat memperoleh hasil atau mencapai tujuan tertentu. Tujuan guru memberi motivasi pada siswa adalah untuk menggerakkan atau memacu para siswanya agar timbul keinginan dan kemauannya untuk meningkatkan prestasi belajarnya sehingga tercapai tujuan pendidikan sesuai dengan yang diharapkan dan ditetapkan didalam kurikulum sekolah.

Menurut Suryabrata (2004: 70) berdasarkan atas jalarannya, maka dapat dibedakan menjadi dua macam motivasi, yaitu:

### 1. Motivasi Ekstrinsik

Motivasi ekstrinsik yaitu motivasi yang berfungsi karena adanya perangsang dari luar. Misalnya orang belajar giat karena diberitahu bahwa sebentar lagi mau ada ujian, orang membaca sesuatu karena diberitahu bahwa hal itu harus dilakukan sebelum dapat melamar pekerjaan, dan lain sebagainya.

### 2. Motivasi Intrinsik

Motivasi intrinsik adalah motivasi yang tidak memerlukan rangsangan atau dorongan dari luar. Orang gemar membaca karena tidak ada yang mendorongnya, dan telah mencari buku-buku untuk dibacanya tanpa ada yang menyuruh. Intinya motivasi intrinsik datang tulus dari dalam dirinya sendiri.

Anak yang malas di sekolah, dalam hal ini berarti guru tidak berhasil memberikan motivasi yang tepat untuk mendorong agar siswa tersebut berusaha dengan segenap tenaga dan pikirannya. Oleh sebab itu, motivasi belajar merupakan unsur penting dalam memperoleh prestasi belajar yang baik. Sesuai dengan pendapat Sardiman (2009: 11) yang menyatakan bahwa siswa yang memiliki motivasi belajar yang tinggi maka akan

memiliki prestasi yang tinggi pula, dan begitu sebaliknya apabila siswa tidak memiliki atau kurang memiliki motivasi untuk belajar maka prestasi belajarnya tidak akan sebaik siswa yang termotivasi untuk belajar.

Kecerdasan atau cerdas sangat berpengaruh terhadap prestasi belajar, karena memperlihatkan daya tangkap siswa terhadap materi yang diberikan. Siswa yang cerdas akan dapat memahami apa yang disampaikan baik dalam pelajaran teori maupun praktik di lapangan. Dengan kecerdasan berbeda-beda yang dimiliki oleh tiap siswa maka guru harus mengontrol perkembangan yang terjadi pada tiap siswanya. Pandai dan tidaknya seseorang salah satunya dapat dilihat dari nilai intelegensinya (tingkat kecerdasannya). Intelegensi mencakup kemampuan untuk memanfaatkan pengalaman agar dapat melakukan penyesuaian kepada situasi-situasi baru. Seseorang dengan menggunakan intelegensi bisa menghadapi dan menyesuaikan diri terhadap situasi yang baru dengan cepat dan efektif. Dengan kata lain, tingkah laku intelegensi merupakan hasil dari strategi berpikir, mengatasi masalah-masalah dengan cepat dan baik.

Menurut Azwar (1996: 34-35), faktor-faktor yang mempengaruhi intelegensi adalah:

1. Faktor bawaan atau keturunan

Penelitian menunjukkan bahwa korelasi nilai tes IQ dari suatu keluarga sekitar 0,50. Sedangkan diantara 2 anak kembar, korelasi nilai tes IQ nya sangat tinggi, sekitar 0,90. Bukti lainnya adalah pada anak yang diadopsi. IQ mereka berkisar antara 0,40-0,50 dengan ayah dan ibu yang sebenarnya, dan hanya 0,10-0,20 ayah dan ibu angkatnya.

2. Faktor Lingkungan

Intelegensi tentunya tidak terlepas dari otak. Perkembangan otak sangat dipengaruhi oleh gizi yang dikonsumsi. Selain gizi, rangsangan-rangsangan yang bersifat kognitif

emosional dari lingkungan juga memegang peranan yang sangat penting.

Siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta mempunyai tingkat kecerdasan yang kurang baik, tetapi masih perlu ditingkatkan agar memperoleh prestasi belajar yang baik pula. Kenyataannya dalam proses belajar mengajar disekolah sering ditemukan siswa yang tidak dapat meraih prestasi belajar yang setara dengan kemampuan intelegensinya. Ada siswa yang mempunyai intelegensi tinggi tetapi memperoleh prestasi belajar yang relatif rendah. Namun ada juga siswa yang intelegensinya rendah, dapat meraih prestasi belajar yang relatif tinggi. Itu sebabnya taraf intelegensi bukan merupakan satu-satunya faktor yang menentukan keberhasilan seseorang, karena ada faktor lain yang memengaruhinya. Hal ini dapat dilihat berdasarkan pengamatan peneliti, sehingga peningkatan tingkat kecerdasan mempunyai peranan penting dalam peningkatan hasil prestasi belajar siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta.

Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan merupakan mata pelajaran yang diberikan disemua sekolah baik sekolah negeri maupun swasta. Seperti yang tertulis dalam Depdiknas (2006: 158) menyatakan bahwa pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan merupakan bagian yang integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat, dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional. Dengan adanya mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan diharapkan tiga ranah kebutuhan

peserta didik terpenuhi yaitu *afektif, kognitif* dan *psikomotor*, namun pada realisasi di lapangan menunjukkan hasil yang kurang memuaskan baik dalam proses maupun hasil pembelajaran siswa.

Peneliti melihat siswa kurang bersemangat dalam berolahraga saat proses pembelajaran pendidikan jasmani, banyak siswa yang tidak serius saat pemanasan dan ada beberapa siswa yang hanya duduk di pinggir lapangan saat pembelajaran padahal guru sudah menegur berulang kali. Menurut penuturan guru pendidikan jasmani di sekolah tersebut prestasi belajar pendidikan jasmani siswa tidak seperti yang diharapkan. Hal ini dapat dibuktikan dari kurangnya prestasi siswa dari standar penilaian yang ditetapkan oleh guru termasuk di dalamnya adalah siswa kelas X.SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta merupakan salah satu sekolah yang menghasilkan siswa berprestasi, tetapi masih dirasa kurang, karena belum memperoleh hasil yang maksimal. Oleh karena itu diharapkan agar SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta dapat meningkatkan mutu dan kualitas siswanya agar prestasi belajarnya meningkat sehingga siswa berprestasi yang dihasilkan semakin meningkat.

Berdasarkan dari permasalahan di atas, maka timbul keinginan peneliti untuk meneliti perilaku hidup sehat dan motivasi belajar siswa. Selain itu, peneliti juga ingin mengetahui apakah perilaku hidup sehat, motivasi belajar dan kecerdasan Inteligensi mempunyai hubungan dengan prestasi belajar pendidikan jasmani siswa. Hal ini yang mendorong peneliti untuk mengetahui hubungan antara perilaku hidup sehat, motivasi belajar, dan kecerdasan inteligensi dengan prestasi belajar Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta Tahun Ajaran 2016/2017.

## **METODE PENELITIAN**

### **Jenis Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian korelasi. Penelitian korelasional yaitu penelitian yang dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara kedua atau beberapa variabel (Arikunto 2002: 247). Metode pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu menggunakan teknik angket dan analisis dokumentasi.

### **Definisi Operasional Variabel**

Agar tidak terjadi salah penafsiran pada penelitian ini maka berikut akan dikemukakan definisi operasional dalam penelitian ini, yaitu:

1. Perilaku hidup sehat adalah segala tindakan yang dilakukan oleh siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta setiap harinya yang berhubungan dengan peningkatan kesehatan pribadi yang diperoleh skor angket yang terdiri dari perilaku terhadap makanan dan minuman, perilaku terhadap kebersihan diri, perilaku terhadap kebersihan lingkungan, perilaku terhadap sakit dan penyakit. Alat ukur yang dipakai pada variabel ini adalah angket, Angket (kuisisioner) ini diadopsi dari penelitian Ariyanti (2009).
2. Motivasi belajar adalah faktor yang mendorong siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta untuk belajar dan latihan pendidikan jasmani dalam upaya peningkatan kualitas diri (prestasi pendidikan jasmani), yang diukur menggunakan angket. Angket (kuisisioner) ini diadopsi dari penelitian Ariyanti (2009).
3. Kecerdasan IQ dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa tinggi atau rendah tingkat kecerdasan siswa diukur dengan menggunakan tes IQ. Dalam

penelitian ini untuk mengetahui tingkat kecerdasan siswa menggunakan dokumentasi berdasarkan hasil kolektif tes IQ siswa

4. Prestasi belajar pendidikan jasmani adalah nilai mata pelajaran pendidikan jasmani yang diperoleh siswa kelas XSMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta selama satu semester ganjil yang dicantumkan di buku raport.

### Subjek Penelitian

Populasi adalah keseluruhan dari subyek penelitian (Arikunto, 2006: 108). Apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam suatu wilayah penelitian, maka penelitiannya merupakan penelitian populasi (Arikunto, 2006: 108). Populasi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta yang berjumlah 215 siswa.

### Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

Instrumen yang digunakan dalam pengambilan data masing-masing variabel, adalah sebagai berikut:

- a. Perilaku Hidup Sehat

Instrumen atau alat yang digunakan untuk mengetahui perilaku hidup sehat siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta adalah dengan angket (Kuisisioner). Instrumen perilaku hidup sehat, memiliki 35 butir pertanyaan dengan koefisien Pearson *correlation* antara 0.136 – 0.582 dan reliabilitaskoefisien *Alfa* 0.844. Instrumen ini terlebih dahulu dilakukan di SMA Negeri 1 Bayat di dalam (Ariyanti, 2009).

- b. Motivasi Belajar

Instrumen atau alat yang digunakan untuk mengetahui motivasi belajar siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta adalah dengan angket. Instrumen dalam penelitian ini

diadopsi dari penelitian Putri (2012). Instrumen motivasi belajar, memiliki 21 butir pertanyaan dengan koefisien Pearson *correlation* antara 0.336 – 0.682 dan reliabilitas koefisien *Alfa* 0.902.

- c. Kecerdasan Intelejensi

Instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat kecerdasan menggunakan teknik dokumentasi berdasarkan hasil kolektif tes IQ yang telah dilakukan secara resmi oleh badan pengesanan IQ yang bekerjasama dengan pihak sekolah SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta. Hasil dari tes IQ tersebut dijadikan sebagai tolak ukur termasuk dalam golongan mana siswa tersebut

- d. Prestasi Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

Instrumen yang digunakan untuk mengetahui tingkat prestasi belajar siswa SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta menggunakan teknik dokumentasi dengan cara mengambil rata-rata nilai raport pada tes akhir semester.

### Teknik Analisis Data

Data yang diperoleh dari penelitian ini dilanjutkan dengan menganalisis data kemudian ditarik kesimpulan dengan menggunakan statistik parametrik. Adapun teknik analisis data meliputi:

#### 1. Uji Prasyarat

##### a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah distribusi datanya menyimpang atau tidak dari distribusi normal. Konsep dasar dari uji normalitas *Kolmogorov Smirnov* adalah membandingkan distribusi data (yang akan diuji normalitasnya) dengan distribusi normal baku.

##### b. Uji Linearitas

Uji linieritas regresi bertujuan untuk menguji kekeliruan eksperimen atau alat eksperimen dan menguji model linier yang

telah diambil. Regresi dikatakan linier apabila harga  $F_{hitung}$  (observasi) lebih kecil dari  $F_{tabel}$ .

**2. Uji Hipotesis**

Uji korelasi digunakan untuk mengetahui hubungan antara masing- masing variabel bebas terhadap variabel terikat menggunakan rumus *person product moment*. Harga  $F$  tersebut kemudian dikonsultasikan dengan harga  $F_{tabel}$  dengan derajat kebebasan  $N-m-1$  pada taraf signifikansi 5%. Apabila harga  $F_{hitung}$  lebih besar atau sama dengan harga  $F_{tabel}$ , maka ada hubungan yang signifikan antara variabel terikat dengan masing-masing variabel bebasnya. Setelah diketahui nilai koefisien korelasinya, kemudian dicari determinasinya ( $R = r^2 \times 100\%$ ) (Hadi, 1991: 5).

**HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

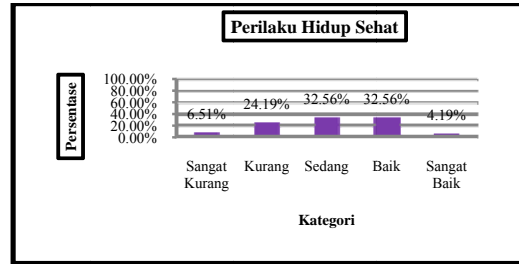
**1. Deskripsi Data Hasil Penelitian**

Variabel dalam penelitian ini terdiri atas tiga variabel bebas, yaitu perilaku hidup sehat, motivasi belajar, kecerdasan inteligensidan satu variabel terikat yaitu prestasi belajar Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Masing-masing variabel dideskripsikan sebagai berikut:

**a. Perilaku Hidup Sehat**

Distribusi frekuensi data hasil penelitian tentang perilaku hidup sehat siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta tahun Ajaran 2016/2017 didapat skor terendah (*minimum*) 61,00, skor tertinggi (*maksimum*) 90,00, rerata (*mean*) 77,63, nilai tengah (*median*) 78,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 80,00, *standardevisasi* (SD) 4,32.

Perilaku hidup sehat siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta tahun Ajaran 2016/2017 dapat disajikan pada gambar 1 sebagai berikut:



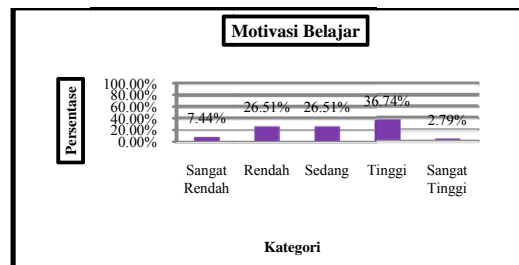
Gambar 1. Diagram Batang Perilaku Hidup Sehat Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta Tahun Ajaran 2016/2017

Berdasarkan gambar 1 di atas menunjukkan bahwa perilaku hidup sehat siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta tahun Ajaran 2016/2017 berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 6,51% (14 siswa), “kurang” sebesar 24,19% (52 siswa), “sedang” sebesar 32,56% (70 siswa), “baik” sebesar 32,56% (70 siswa), dan “sangat baik” sebesar 4,19% (9 siswa).

**b. Motivasi Belajar**

Distribusi frekuensi data hasil penelitian tentang motivasi belajar siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta tahun Ajaran 2016/2017 didapat skor terendah (*minimum*) 49,00, skor tertinggi (*maksimum*) 77,00, rerata (*mean*) 66,34, nilai tengah (*median*) 67,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 70,00, *standardevisasi* (SD) 5,45.

Motivasi belajar siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta tahun Ajaran 2016/2017 dapat disajikan pada gambar 4 sebagai berikut:



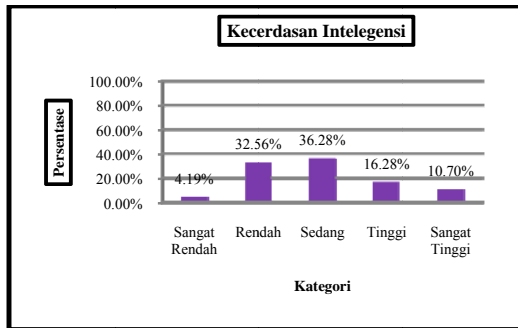
Gambar 2. Diagram Batang Motivasi Belajar Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta Tahun Ajaran 2016/2017

Berdasarkan gambar2 di atas menunjukkan bahwa motivasi belajar siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta tahun Ajaran 2016/2017 berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 7,44% (16 siswa), “rendah” sebesar 26,51% (57 siswa), “sedang” sebesar 26,51% (57 siswa), “tinggi” sebesar 36,74% (79 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 2,79% (6 siswa).

**c. Kecerdasan Intelegensi**

Distribusi frekuensi data hasil penelitiantentang kecerdasan intelegensi siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta tahun Ajaran 2016/2017 didapat skor terendah (*minimum*) 83,00, skor tertinggi (*maksimum*) 122,00, rerata (*mean*) 99,44, nilaitengah (*median*) 97,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 94,00, *standardevisasi* (SD) 7,70.

Kecerdasan intelegensi siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta tahun Ajaran 2016/2017 dapatdisajikan pada gambar 3 sebagai berikut:



Gambar 3. Diagram Batang Kecerdasan Intelegensi Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta Tahun Ajaran 2016/2017

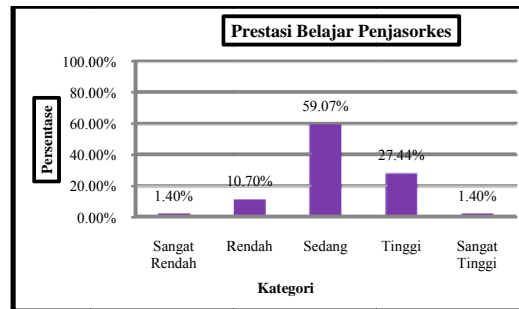
Berdasarkan tabel 11 dan gambar5 di atas menunjukkan bahwa kecerdasan intelegensi siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta tahun Ajaran 2016/2017 berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 4,19% (9 siswa), “rendah” sebesar 32,56% (70 siswa), “sedang” sebesar

36,28% (78 siswa), “tinggi” sebesar 16,28% (35 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 10,70% (23 siswa).

**d. Prestasi Belajar Penjasorkes**

Distribusi frekuensi data hasil penelitiantentang prestasi belajar Penjasorkes siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta tahun Ajaran 2016/2017 didapat skor terendah (*minimum*) 36,00, skor tertinggi (*maksimum*) 91,00, rerata (*mean*) 79,25, nilaitengah (*median*) 79,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 78,00, *standardevisasi* (SD) 5,13.

Prestasi belajar Penjasorkes siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta tahun Ajaran 2016/2017 dapatdisajikan pada gambar 4 sebagai berikut:



Gambar 4. Diagram Batang Prestasi Belajar Penjasorkes Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta Tahun 2016/2017

Berdasarkan gambar4 di atas menunjukkan bahwa prestasi belajar Penjasorkes siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta tahun Ajaran 2016/2017 berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 1,40% (3 siswa), “rendah” sebesar 10,70% (23 siswa), “sedang” sebesar 59,07% (127 siswa), “tinggi” sebesar 27,44% (59 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 1,40% (3 siswa).

**2. Hasil Uji Prasyarat**



Uji persyaratan analisis meliputi:

**a. Uji Normalitas**

Rangkuman hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel 1 berikut ini.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

| Variabel                     | p     | Ket    |
|------------------------------|-------|--------|
| Perilaku Hidup Sehat         | 0,166 | Normal |
| Motivasi Belajar             | 0,710 | Normal |
| Kecerdasan Inteligensi       | 0,402 | Normal |
| Prestasi Belajar Penjasorkes | 0,500 | Normal |

Dari tabel 1 di atas, menunjukkan bahwa nilai signifikansi (p) adalah lebih besar dari 0,05, jadi, data adalah berdistribusi normal.

**b. Uji Linearitas**

Hasil uji linieritas dapat dilihat dalam tabel 2 berikut ini:

Tabel 2. Hasil Uji Linieritas

| Hubungan Fungsional | p     | Keterangan |
|---------------------|-------|------------|
| X <sub>1</sub> .Y   | 0,400 | Linear     |
| X <sub>2</sub> .Y   | 0,601 | Linear     |
| X <sub>3</sub> .Y   | 0,414 | Linear     |

Dari tabel 2 di atas, terlihat bahwa nilai signifikansi (p) adalah lebih besar dari 0,05, jadi, hubungan seluruh variabel bebas dengan variabel terikatnya dinyatakan linear.

**3. Hasil Uji Hipotesis**

Analisis data penelitian yang digunakan untuk menguji hipotesis terdiri atas analisis korelasi sederhana. Untuk memperjelas hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat maka dilakukan analisis regresi berganda, hasilnya sebagai berikut:

**a. Hubungan antara Perilaku Hidup Sehat dengan Prestasi Belajar Penjasorkes**

Hasil uji hipotesis dengan menggunakan analisis regresi korelasi dapat dilihat pada tabel 3 berikut ini.

Tabel 3. Koefisien Korelasi Perilaku Hidup Sehat (X<sub>1</sub>) dengan Prestasi Belajar Penjasorkes(Y)

| Korelasi          | r <sub>hitung</sub> | r <sub>tabel</sub> | Keterangan |
|-------------------|---------------------|--------------------|------------|
| X <sub>1</sub> .Y | 0,744               | 0,133              | Signifikan |

Berdasarkan hasil analisis tersebut di atas diperoleh koefisien korelasi perilaku hidup sehat dengan prestasi belajar Penjasorkes sebesar 0,744 bernilai positif, artinya semakin besar nilai perilaku hidup sehat, maka semakin besar nilai prestasi belajar Penjasorkes. Koefisien korelasi antara  $r_{x_1,y} = 0,744 > r_{(0.05)(215)} = 0,133$ , berarti koefisien korelasi tersebut signifikan. Hipotesis yang berbunyi “Ada hubungan yang signifikan antara perilaku hidup sehat dengan prestasi belajar Penjasorkes siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta Tahun Ajaran 2016/2017”, diterima.

**b. Hubungan antara Motivasi Belajar dengan Prestasi Belajar Penjasorkes**

Hasil uji hipotesis dengan menggunakan analisis regresi korelasi dapat dilihat pada tabel 4 berikut ini.

Tabel 4. Koefisien Korelasi Motivasi Belajar (X<sub>2</sub>) dengan Prestasi Belajar Penjasorkes(Y)

| Korelasi          | r <sub>hitung</sub> | r <sub>tabel</sub> | Keterangan |
|-------------------|---------------------|--------------------|------------|
| X <sub>2</sub> .Y | 0,614               | 0,133              | Signifikan |

Berdasarkan hasil analisis tersebut di atas diperoleh koefisien korelasi motivasi belajar dengan prestasi belajar Penjasorkes sebesar 0,614 bernilai positif, artinya semakin besar nilai motivasi belajar, maka semakin besar nilai prestasi belajar Penjasorkes. Koefisien korelasi antara  $r_{x_2,y} = 0,614 > r_{(0.05)(215)} = 0,133$ , berarti koefisien korelasi tersebut signifikan. Hipotesis yang berbunyi “Ada hubungan yang signifikan antara motivasi belajar dengan prestasi belajar Penjasorkes siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta Tahun Ajaran 2016/2017”, diterima.

**c. Hubungan antara Kecerdasan Intelligensi dengan Prestasi Belajar Penjasorkes**

Hasil uji hipotesis dengan menggunakan analisis regresi korelasi dapat dilihat pada tabel 5 berikut ini.

Tabel 5. Koefisien Korelasi Kecerdasan Intelligensi (X<sub>3</sub>) dengan Prestasi Belajar Penjasorkes(Y)

| Korelasi          | r hitung | r tabel | Keterangan |
|-------------------|----------|---------|------------|
| X <sub>3</sub> .Y | 0,617    | 0,133   | Signifikan |

Berdasarkan hasil analisis tersebut di atas diperoleh koefisien korelasi kecerdasan intelligensi dengan prestasi belajar Penjasorkes sebesar 0,617 bernilai positif, artinya semakin besar nilai kecerdasan intelligensi, maka semakin besar nilai prestasi belajar Penjasorkes. Koefisien korelasi antara  $r_{x_3,y} = 0,617 > r_{(0,05)(215)} = 0,133$ , berarti koefisien korelasi tersebut signifikan. Hipotesis yang berbunyi “Ada hubungan yang signifikan antara kecerdasan intelligensi dengan prestasi belajar Penjasorkes siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta Tahun Ajaran 2016/2017”, diterima.

**d. Hubungan antara perilaku Hidup Sehat, Motivasi Belajar, Kecerdasan Intelligensi dengan prestasi belajar Penjasorkes**

Hasil uji hipotesis dengan menggunakan analisis regresi berganda dapat dilihat pada tabel 6 berikut ini.

Tabel 6. Koefisien Korelasi antara Perilaku Hidup Sehat, Motivasi Belajar, Kecerdasan Intelligensi dengan Prestasi Belajar Penjasorkes

| Korelasi  | r hitung | r tabel | Keterangan |
|---|----------|---------|------------|
| X <sub>1</sub> .X <sub>2</sub> .X <sub>3</sub> .Y | 0,751    | 0,133   | Signifikan |

Berdasarkan hasil analisis tersebut di atas diperoleh koefisien korelasi antara perilaku hidup sehat, motivasi belajar, kecerdasan intelligensi dengan prestasi belajar Penjasorkes sebesar 0,751. Uji keberatan koefisien korelasi tersebut dilakukan dengan cara mengonsultasi  $R_{X_1.X_2.X_3.Y} = 0,751 > R_{(0,05)(215)} = 0,133$ , berarti koefisien korelasi tersebut signifikan. Hipotesis yang berbunyi “Ada hubungan yang signifikan antara perilaku hidup sehat, motivasi belajar, kecerdasan intelligensi dengan prestasi belajar Penjasorkes siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta Tahun Ajaran 2016/2017, diterima.

Besarnya sumbangan perilaku hidup sehat, motivasi belajar, kecerdasan intelligensi dengan prestasi belajar Penjasorkes siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta Tahun Ajaran 2016/2017 diketahui dengan cara nilai R ( $r^2 \times 100\%$ ), sehingga besarnya sumbangan sebesar 56,4%, sedangkan sisanya sebesar 43,6% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini, yaitu faktor internal: psikologis dan fisiologis, dan faktor eksternal: lingkungan sosial dan non-sosial.

Besarnya sumbangan masing-masing variabel bebas terhadap variabel terikatnya pada tabel 7 sebagai berikut.

Tabel 7. Sumbangan Efektif dan Sumbangan Relatif

| Variabel                | SE           | SR          |
|-------------------------|--------------|-------------|
| Perilaku Hidup Sehat    | 45,26%       | 80,24%      |
| Motivasi Belajar        | 5,48%        | 9,72%       |
| Kecerdasan Intelligensi | 5,66%        | 10,04       |
| <b>Jumlah</b>           | <b>56,4%</b> | <b>100%</b> |

**Pembahasan**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antaraperilaku hidup sehat, motivasi belajar, kecerdasan intelligensi

dengan prestasi belajar Penjasorkes siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta Tahun Ajaran 2016/2017. Hasil penelitian dijelaskan sebagai berikut:

### **1. Hubungan Perilaku Hidup Sehat dan Prestasi Belajar Penjasorkes**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara perilaku hidup sehat dan prestasi belajar Penjasorkes siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta Tahun Ajaran 2016/2017, dengan nilai  $r_{x1,y} = 0,744 > r_{(0,05)(215)} = 0,133$ . Prestasi dapat diartikan sebagai hasil capaian/hasil nyata yang diperoleh seseorang setelah melakukan suatu kegiatan. Berdasarkan pengertian tersebut, prestasi belajar dapat diartikan sebagai hasil capaian atau hasil nyata yang diperoleh siswa setelah melakukan aktivitas belajar, atau biasa disebut dengan hasil belajar. Beberapa ahli telah memberikan batasan serta jenis-jenis hasil belajar. Prestasi belajar merupakan wujud dari aktivitas belajar. Oleh sebab itu berbicara tentang prestasi belajar tentu tidak akan terlepas dari persoalan aktivitas belajar. Aktivitas belajar itu sendiri dikatakan oleh para ahli psikologi pendidikan/psikologi belajar merupakan peristiwa yang sangat kompleks. Dikatakan demikian, sebab terdapat banyak faktor yang turut berpengaruh terhadap aktivitas ini. Sebagaimana dikemukakan oleh Purwanto (2011) bahwa proses dan hasil belajar siswa di sekolah ditentukan berbagai faktor. Faktor dimaksud diklasifikasikan atas faktor internal dan faktor eksternal.

Selanjutnya Syah (2012) menjelaskan bahwa yang dimaksud dengan faktor internal adalah faktor dari dalam diri siswa, yakni keadaan atau kondisi fisik dan psikis (kondisi jasmani dan rohani siswa). Sedangkan faktor eksternal adalah faktor dari luar diri siswa, yakni kondisi lingkungan di luar diri

siswa. Salah satu faktor dari dalam diri (faktor internal) yang turut berpengaruh adalah faktor kesehatan, dalam hal ini perilaku hidup sehat dari setiap orang yang belajar (siswa). Sehat merupakan suatu kondisi dimana seseorang terbebas dari berbagai penyakit baik fisik maupun psikis. Seseorang ataupun siswa yang sedang berada dalam kondisi sehat tentu dapat melakukan berbagai aktivitas dengan baik, termasuk aktivitas belajar. Siswa yang sehat dapat melakukan berbagai aktivitas pembelajaran secara baik, seperti dapat berkonsentrasi dengan baik, mengerjakan tugas-tugas pelajaran yang diberikan guru, selalu hadir di sekolah, berdiskusi dengan teman, membaca buku pelajaran, mencatat pelajaran. Kondisi ini akan memberikan kontribusi bagi tercapainya hasil belajar atau prestasi belajar yang diharapkan. Keadaan sebaliknya akan terjadi pada siswa yang tidak sehat atau berperilaku hidup yang tidak sehat, seperti mengantuk di kelas, malas mengerjakan tugas, tidak konsentrasi dalam belajar.

Berkenaan dengan keterlibatan siswa secara fisik maupun psikis, dibutuhkan fisik yang sehat dan kuat, sebab antara aspek fisik dan psikis merupakan satu kesatuan yang tidak dapat dipisahkan, keduanya saling mempengaruhi, keduanya merupakan unitas psikosomatis. Kesehatan fisik tergantung pada perilaku hidup sehat dari siswa itu sendiri, dalam arti perilaku hidup sehat yang dilakukan siswa akan berdampak positif pada fisik siswa, selanjutnya kondisi fisik yang sehat akan berkontribusi terhadap aktivitas belajar siswa. Aktivitas belajar yang optimal pada gilirannya akan berdampak pada prestasi belajar yang optimal pula. Atas dasar pemikiran tersebut dapat disimpulkan bahwa perilaku hidup sehat akan berdampak pada prestasi belajar siswa (Rahmat, Smith, & Rahim, 2015)

## 2. Hubungan Motivasi Belajar dan Prestasi Belajar Penjasorkes

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara motivasi belajar dan prestasi belajar Penjasorkes siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta Tahun Ajaran 2016/2017, dengan nilai  $r_{x2,y} = 0,614 > r_{(0,05)(215)} = 0,133$ . Dalam dunia pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (Penjasorkes) selalu mengalami perubahan dalam penggunaan metode-metode pembelajaran, hal ini dimaksudkan untuk memberikan motivasi kepada siswa agar lebih antusias dan bersungguh sungguh dalam belajar untuk mendapatkan prestasi belajar yang maksimal, dan juga diharapkan mampu menanamkan nilai-nilai yang terkandung didalam olahraga seperti sikap sportif, kerjasama, jujur, dan sikap disiplin. Semuanya itu merupakan kemajuan yang sejalan dengan perkembangan zaman dan perkembangan pengetahuan.

Proses pembelajaran tentunya juga harus menginterpretasikan tujuan dari pendidikan nasional yaitu membentuk manusia yang seutuhnya meliputi ranah kognitif, afektif dan psikomotor, dimana untuk mencapai tujuan tersebut maka harus didukung oleh seluruh pihak yang terlibat didalamnya, diantaranya adalah siswa, guru, lingkungan sekolah dan suasana belajar. Dalam kegiatan belajar mengajar yang dilakukan di sekolah hendaknya seorang guru memberikan motivasi yang lebih kepada siswa. Motivasi merupakan salah satu aspek yang paling penting dalam meraih sukses dalam belajar salah satunya adalah motivasi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Setyaningsih (2010) (dalam Simatupang, 2015) menunjukkan ada hubungan antara motivasi belajar dengan prestasi belajar ( $p: 0,666$ , signifikansi  $0,000$ ). Didukung oleh penelitian

Sunarsih (2010) di Stikes Ahmad Yani Yogyakarta diperoleh bahwa motivasi belajar memiliki hubungan dengan prestasi belajar. Motivasi sangat terkait dalam belajar, dengan motivasi inilah mahasiswa akan meningkatkan minat, kemauan dan semangat yang tinggi dalam belajar serta tekun dalam proses belajar, dengan motivasi juga kualitas hasil belajar mahasiswa dapat diwujudkan.

Hal ini, sejalan dengan teori Dimiyati & Moedjiono (2006:80) yang menjelaskan bahwa "Siswa belajar karena didorong oleh kekuatan mentalnya. Kekuatan mental itu berupa keinginan, perhatian, kemauan, ketekunan, dan kesadaran, kekuatan mental tersebut dapat tergolong rendah atau tinggi". Kekuatan mental yang mendorong terjadinya belajar tersebut dapat disebutkan sebagai motivasi belajar. Motivasi dipandang sebagai dorongan mental yang menggerakkan dan mengarahkan perilaku manusia, termasuk perilaku belajar agar tercapai tujuan yang ingin dicapai yaitu prestasi belajar.

Hasil penelitian ini mendukung juga teori yang dikemukakan oleh Sardiman (2009:81), "motivasi dalam kegiatan belajar dapat diartikan sebagai keseluruhan daya penggerak dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar, yang menjamin kelangsungan dari kegiatan belajar dan yang memberikan arah pada kegiatan belajar, sehingga tujuan yang dikehendaki oleh subjek belajar itu dapat tercapai". Motivasi belajar berperan dalam menumbuhkan gairah, perasaan senang, dan semangat dalam belajar. Dalam memberikan motivasi kepada siswa, seorang guru harus berusaha dengan segala kemampuan yang ada untuk mengarahkan perhatian siswa kepada sasaran tertentu sehingga mampu menumbuhkan gairah atau semangat siswa dalam belajar. Dengan adanya dorongan ini, dalam diri siswa akan timbul inisiatif dengan

alasan apa ia menekuni pelajaran tersebut dan sekaligus membangkitkan motivasi mereka, supaya dapat melakukan kegiatan belajar dengan kehendak sendiri dan belajar secara efektif. Oleh karena itu, maka perlu adanya usaha-usaha dalam meningkatkan motivasi belajar siswa agar dapat memperoleh prestasi belajar yang maksimal.

### 3. Hubungan Kecerdasan Intelligensi dan Prestasi Belajar Penjasorkes

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kecerdasan intelligensi dan prestasi belajar Penjasorkes siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta Tahun Ajaran 2016/2017, dengan nilai  $r_{x_3,y} = 0,617 > r_{(0,05)(215)} = 0,133$ . Hasil tersebut sejalan dengan hasil penelitian Budiarta, Suarni, dan Arcana (2014) menunjukkan bahwa hasil analisis korelasi kecerdasan intelektual (X2) dengan prestasi belajar (Y) perhitungan yang di dapatkan adalah 0,930, nilai korelasi tersebut dikategorikan memiliki hubungan yang sangat kuat, antara kecerdasan intelektual dengan prestasi belajar. Mendapatkan kontribusi sebesar 86,47%.

Kecerdasan intelektual atau sering disebut intelegensi berasal dari bahasa ingris "*intelligence*". *Intelligence* sendiri adalah terjemahan dari bahasa latin "*intellectus* dan *intelligencia*" (Heru,2011). Definisi tentang intelligensi pertama kali dikemukakan oleh Spearman dan Wynn Jones Pol pada tahun 1927, Spearman dan Wynn mengemukakan adanya konsep lain mengenai suatu kekuatan (*power*) yang dapat melengkapi akal pikiran manusia (Azwar, 1996:1). George D. Stoddard 1941 (dalam Azwar, 1996:6), menyebutkan "intelegensi sebagai bentuk kemampuan untuk memahami masalah-masalah bercirikan: mengandung kesukaran, kompleks, abstrak, diarahkan pada suatu

tujuan, ekonomis, dan mempunyai nilai sosial".

Belajar tidak hanya dapat dilakukan di sekolah saja, namun dapat dilakukan dimana-mana seperti dirumah ataupun di lingkungan masyarakat. L.C.Crow dan A.Crow menyatakan belajar adalah suatu proses aktif yang perlu dirangsang dan dibimbing ke arah hasil-hasil yang diinginkan. Sedangkan Gregory A.Kimble adalah suatu perubahan yang relatif permanen dalam pontensialitas tingkah laku yang terjadi pada seseorang atau individu sebagai suatu hasil latihan atau praktek(dalam Purwa, 2012:227).

### 4. Hubungan Perilaku Hidup Sehat, Motivasi Belajar, Kecerdasan Intelligensi dengan Prestasi Belajar Penjasorkes

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara perilaku hidup sehat, motivasi belajar, kecerdasan intelligensi dengan prestasi belajar Penjasorkes siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta Tahun Ajaran 2016/2017, dengan nilai  $F_{hitung} 27,522$  dan  $R_{x_1,x_2,x_3,y} = 0,751 > R_{(0,05)(215)} = 0,133$ . Kesehatan tanpa didukung dengan tindakan yang lain tidak cukup untuk mendapatkan prestasi belajar yang baik, karena bila kondisi fisik sehat tetapi tidak disertai dengan belajar tidak akan memperoleh prestasi yang baik. Selain mempunyai kondisi fisik dan mental yang baik siswa juga dituntut untuk memiliki motivasi belajar yang tinggi sebagai sarana pendukung dalam mencapai prestasi belajar yang baik. Dengan tubuh yang sehat disertai motivasi belajar yang tinggi maka siswa dapat melakukan aktivitas belajarnya dengan baik, sehingga dapat dimungkinkan siswa tersebut akan mempunyai prestasi belajar yang baik. Siswa juga harus mempunyai kecerdasan Intelligensi untuk dapat memanfaatkan masa

lalunya atau beradaptasi untuk menyesuaikan diri dengan situasi baru, berpikir abstrak, dan mengambil makna dari pengalaman-pengalaman, sehingga kemungkinan siswa tersebut akan mempunyai prestasi belajar dengan baik.

Dalam penelitian ini besarnya sumbangan perilaku hidup sehat, motivasi belajar, kecerdasan inteligensi dengan prestasi belajar Penjasorkes siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta Tahun Ajaran 2016/2017 diketahui dengan cara nilai  $R$  ( $r^2 \times 100\%$ ). Nilai  $r^2$  sebesar 0,564, sehingga besarnya sumbangan sebesar 56,4%, sedangkan sisanya sebesar 43,6% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini, yaitu faktor psikologis dan fisiologis.

### Kesimpulan dan Saran

#### Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. Ada hubungan yang signifikan antara perilaku hidup sehat dan prestasi belajar Penjasorkes siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta Tahun Ajaran 2016/2017, dengan nilai  $r_{x1,y} = 0,744 > r_{(0,05)(215)} = 0,133$ .
2. Ada hubungan yang signifikan antara motivasi belajar dan prestasi belajar Penjasorkes siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta Tahun Ajaran 2016/2017, dengan nilai  $r_{x2,y} = 0,614 > r_{(0,05)(215)} = 0,133$ .
3. Ada hubungan yang signifikan antara kecerdasan inteligensi dan prestasi belajar Penjasorkes siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta Tahun Ajaran 2016/2017, dengan nilai  $r_{x3,y} = 0,617 > r_{(0,05)(215)} = 0,133$ .

4. Ada hubungan yang signifikan antara perilaku hidup sehat, motivasi belajar, kecerdasan inteligensi dengan prestasi belajar Penjasorkes siswa kelas X SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta Tahun Ajaran 2016/2017, dengan nilai  $F_{hitung} 27,522$  dan  $R_{x1,x2,x3,y} = 0,751 > R_{(0,05)(215)} = 0,133$ .

#### Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, ada beberapa saran yang dapat disampaikan yaitu:

1. Bagi guru, hendaknya memperhatikan perilaku hidup sehat, motivasi belajar, kecerdasan inteligensi karena mempengaruhi prestasi belajar Penjasorkes.
2. Bagi siswa agar menambah latihan-latihan lain yang mendukung dalam mengembangkan prestasi belajar Penjasorkes.
3. Dalam skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu bagi peneliti selanjutnya hendaknya mengembangkan dan menyempurnakan penelitian ini.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2002). *Manajemen penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- \_\_\_\_\_. (2006). *Prosedur penelitian suatu pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ariyanti. (2009). Hubungan antara perilaku hidup sehat dan motivasi belajardengan prestasi belajar pendidikan jasmani siswa kelas XI SMA Negeri 1Bayat, Klaten. *Skripsi*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Azwar. (1996). *Psikologi remaja*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Budiarta, I.W., Suarni, N.K., &Arcana, I.N. (2014). Hubungan antara kecerdasan

- emosional dan kecerdasan intelektual dengan prestasi belajar IPA kelas V Desa Pengeragoan. *e-Journal Mimbar PGSD Universitas Pendidikan Ganesha Jurusan PGSD (Vol: 2 No: 1 Tahun 2014)*.
- Depdiknas. (2004). *Kurikulum SMA pedoman khusus pengembangan silabus dan penilaian mata pelajaran pendidikan jasmani*. Jakarta: Depdiknas.
- \_\_\_\_\_. (2006). *Kurikulum tingkat satuan pendidikan*. Jakarta: Depdiknas.
- Dimiyati & Moedjiono. (2009). *Belajar dan pembelajaran*. Jakarta: Proyek Pembinaan dan Peningkatan Mutu Tenaga Kerja Kependidikan. Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Departement Pendidikan dan Kebudayaan.
- Hadi, S. (1991). *Analisis butir untuk instrumen*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Notoatmodjo, S. (2007). *Promosi kesehatan dan ilmu perilaku*. Jakarta : Rhineka Cipta.
- Purwa, P. (2012). *Psikologi pendidikan dalam perspektif baru*. Jakarta: AR-Ruzz Media.
- Purwanto, N. (2011). *Psikologi pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Putri, V.D. (2012). Hubungan antara perilaku hidup sehat, motivasi belajar dan kecerdasan inteligensi dengan prestasi belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan siswa kelas XI Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Piyungan. *Skripsi*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Rahmat, A., Smith, M & Rahim, M. (2015). Perilaku hidup sehat dan prestasi belajar siswa Sekolah Dasar. *Psymphatic, Jurnal Ilmiah Psikologi Desember 2015, Vol. 2, No. 2, Hal: 113 – 122*.
- Sardiman. (2009). *Interaksi dan motivasi belajar-mengajar*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Simatupang, E.J. (2015). Hubungan motivasi belajar dengan prestasi belajar pada mahasiswa tingkat I (Satu) Akademi Kebidanan Bina Husada Tangerang tahun 2014. *Jurnal Bina Cendekia Kebidanan Vol 1 No 1*.
- Sunarsih T. (2010). Hubungan antara motivasi belajar, kemandirian belajar, dan bimbingan akademik terhadap prestasi belajar mahasiswa di Stikes Ahmad Yani Yogyakarta. Available from: [ejournal.respati.ac.id/.../Jurnal%20Tri%20Sunarsih\\_1...Diakses tanggal 14 Juli 2017, Pukul 10.15 WIB](http://ejournal.respati.ac.id/.../Jurnal%20Tri%20Sunarsih_1...Diakses tanggal 14 Juli 2017, Pukul 10.15 WIB).
- Suryabrata, S. (2004). *Psikologi pendidikan*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Syah, M. (2012). *Psikologi belajar*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.