

**ANALISIS TINGKAT MOTIVASI OLAHRAGA SISWA
OBESITAS PADA PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI
DI SMAN 7 BANDUNG**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi



Oleh.

Dinar Najibillah HR

NIM. 1806925

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN
REKREASI
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2021**

**ANALISIS TINGKAT MOTIVASI OLAHRAGA SISWA OBESITAS PADA
PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DI SMAN 7 BANDUNG**

LEMBAR HAK CIPTA

Oleh.

Dinar Najibillah HR

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan pada Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

©Dinar Najibillah HR
Universitas Pendidikan Indonesia
Desember 2021

Hak cipta dilindungi undang-undang
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya dan sebagian
Dengan dicetak ulang, diphoto copy, atau cara lainnya tanpa ijin penulis

LEMBAR PENGESAHAN

DINAR NAJIBILLAH HR

1806925

**ANALISIS TINGKAT MOTIVASI OLAHRAGA SISWA OBESITAS
PADA PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DI SMAN 7**

BANDUNG

Disetujui dan disahkan oleh pembimbing:

Bandung,

Pembimbing I

Dra. Lilis Komariah, M.Pd

NIP. 195906281989012001

Pembimbing II

Asep Sumpena, M.Pd

NIP. 198605032015041001

Mengetahui

Ketua Program Studi

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Dr. Yusuf Hidavat, M.Si

NIP. 196808301999031001

ANALISIS TINGKAT MOTIVASI OLAHRAGA SISWA OBESITAS PADA PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DI SMAN 7 BANDUNG

ABSTRAK

Oleh: Dinar Najibillah HR

Skripsi ini dibimbing oleh: Dra. Lilis Komariyah, M.Pd. dan Asep Sumpena, M.Pd.

Motivasi dalam olahraga dasar psikologi bagi siswa obesitas untuk menggerakkan dan mengarahkan perbuatan dan perilaku seseorang dalam olahraga. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan motivasi olahraga siswa yang memiliki berat badan kategori obesitas dengan siswa yang memiliki berat badan kategori ideal saat mengikuti pembelajaran penjas. Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif analisis. Populasi pada penelitian ini adalah siswa/i di SMA Negeri 7 Bandung. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa/i kelas XI yang memiliki berat badan kategori obesitas maupun siswa/i yang memiliki berat badan kategori ideal. Dalam pengambilan sampel, peneliti menggunakan purposive sampling. Penelitian ini menggunakan instrumen *Sport Motivation Scale II*. Untuk mengetahui signifikansi peran secara parsial antara variabel independen terhadap variabel dependen menggunakan uji independent sample T-test nilai Sig (2-tailed) sebesar $0.264 > 0.05$. Dalam penelitian ini membuktikan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara motivasi olahraga siswa yang memiliki berat badan kategori obesitas dan siswa yang memiliki berat badan kategori ideal. Karena tidak ada perbedaan yang signifikansi ini, maka dapat diketahui bahwa motivasi olahraga siswa yang memiliki berat badan kategori obesitas dan siswa yang memiliki berat badan kategori ideal tidak dipengaruhi oleh berat badan.

Kata Kunci : Motivasi Olahraga, Obesitas, Pendidikan Jasmani

**ANALYSIS OF SPORT MOTIVATION LEVEL OF OBESITY STUDENTS IN
PHYSICAL EDUCATION LEARNING AT SMAN 7 BANDUNG**

ABSTRACT

By: Dinar Najibillah HR

This script guided by: Dra. Lilis Komariyah, M.Pd. and Asep Sumpena, M.Pd.

Motivation in sports is the basic psychology for obese students to move and direct one's actions and behavior in sports. This study aims to determine the differences in sports motivation of students who have obesity category weight with students who have ideal weight category when taking physical education lessons. The research method used is descriptive analysis method. The population in this study were students at SMA Negeri 7 Bandung. The samples in this study were students of class XI who had the weight category of obesity and students who had the ideal weight category. In taking the sample, the researcher used purposive sampling. This study used the instrument Sport Motivation Scale II. To find out the partial significance of the role between the independent variables on the dependent variable, the independent sample T-test test, the Sig (2-tailed) value, was $0.264 > 0.05$. This research proves that there is no significant difference between the sports motivation of students who have obesity category weight and students who have ideal weight category. Because there is no significant difference, it can be seen that the sports motivation of students who have obesity category weight and students who have ideal weight category is not influenced by body weight.

Keywords : Sports Motivation, Obesity, Physical Education

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
LEMBAR PERNYATAAN	ii
UCAPAN TERIMA KASIH	iii
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA	6
2.1 Pendidikan Jasmani	6
2.1.1 Hakikat Pendidikan Jasmani	7
2.1.2 Tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan	7
2.2 Guru	8
2.3.1 Peran Guru Dalam Pendidikan	9
2.3.2 Peran Guru Dalam Pembelajaran	10
2.3 Siswa	11
2.3.1 Kebutuhan-Kebutuhan Siswa	11
2.3.2 Tugas Perkembangan Siswa	12
2.3.3 Motivasi dan Keberhasilan Belajar Siswa	13
2.3.3.1 Kemampuan Kognitif	13
2.3.3.2 Kemampuan Afektif	14
2.3.3.3 Kemampuan Psikomotor	14
2.4 Obesitas	15
2.4.1 Pengukuran Obesitas	15
2.5 Motivasi	16
2.5.1 Motivasi Intrinsik	16
2.5.2 Motivasi Ekstrinsik	17

2.5.3	Tujuan Motivasi	17
2.5.4	Motivasi Olahraga	17
2.6	Hubungan Antara Motivasi Olahraga Dengan Siswa Obesitas.....	18
2.7	Kerangka Pemikiran	20
BAB III METODE PENELITIAN		24
3.1	Metode Penelitian	24
3.2	Populasi dan Sampel.....	24
3.2.1	Populasi.....	24
3.2.2	Sampel	25
3.3	Instrumen Penelitian	26
3.3.1	Instrumen Motivasi Olahraga.....	26
3.5.2	Validitas dan Reliabilitas instrumen.....	30
3.4	Prosedur Penelitian	33
3.5	Analisis Data	35
3.5.1	Analisis Deskriptif.....	35
3.5.4	Uji T.....	37
BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN		38
4.1	Temuan Penelitian	38
4.1.1	Demografi Responden	38
4.1.2	Deskriptif Data	39
4.1.3	Uji Normalitas	41
4.1.4	Uji Homogenitas.....	42
4.1.5	Uji Independen Sample T Tes.....	42
4.2	Pembahasan Hasil Penelitian	42
4.2.1	Tingkat Motivasi Olahraga Siswa Yang Memiliki Berat Badan Obesitas dan Ideal.....	42
4.2.2	Tingkat Motivasi Olahraga Yang Lebih Baik	43
BAB 5 SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI		45
5.1	Simpulan.....	45
5.2	Implikasi	45
5.3	Rekomendasi.....	46
DAFTAR LAMPIRAN.....		52
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....		74

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Status Gizi Berdasarkan IMT.....	16
Tabel 3.1 jumlah populasi.....	25
Tabel 3.2 jumlah sampel.....	26
Tabel 3.3 kisi – kisi skala motivasi olahraga.....	27
Tabel 3.4 angket skala motivasi.....	28
Tabel 3.5 validitas <i>Sport Motivation scale Item-total statistics</i>	30
Tabel 3.6 reliabilitas <i>Sport Motivation Scale</i>	32
Tabel 3.7 Pengelompokan Soal Motif - Motif Masyarakat Berpartisipasi Dalam Olahraga	32
Tabel 4.1 Demografi Responden.....	38
Tabel 4.2 Uji Normalitas Data Motivasi Olahraga Siswa Yang Memiliki Berat Badan Obesitas dan Ideal.....	41
Tabel 4.3 Uji Homogenitas Data Motivasi Olahraga Siswa Yang Memiliki Berat Badan Obesitas dan Ideal.....	42
Tabel 4.4 Uji Independent T Test data Motivasi Olahraga Siswa Yang Memiliki Berat Badan Obesitas dan Ideal.....	42

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Pikir.....	20
Gambar 3.1 Alur Penelitian.....	34
Gambar 4.1 Diagram Distribusi Tingkat Motivasi Olahraga Siswa Yang Memiliki Berat Badan Obesitas.....	39
Gambar 4.2 Deskriptif Data Statistika Tingkat Motivasi Olahraga Siswa Yang Memiliki Berat Badan Obesitas Dan Ideal.....	40
Gambar 4.3 Deskriptif Data Statistika Tingkat Motivasi Olahraga Siswa Yang Memiliki Berat Badan Obesitas Jenis Kelamin.....	40

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Data Kategori Siswa Obesitas.....	52
Lampiran 2 Data Berat Badan Kategori Ideal.....	53
Lampiran 3 Angket Motivasi Olahraga.....	54
Lampiran 4 Sk Skripsi.....	64
Lampiran 5 Surat Izin Penelitian Dari Prodi.....	69
Lampiran 6 Surat Izin Penelitian Dari Sekolah.....	70
Lampiran 7 Hasil Pengukuran Salah Satu Siswa Obesitas.....	71
Lampiran 8 Program Menurunan Berat Badan Dari BPOM.....	72
Lampiran 9 Aktivitas Fisik.....	73

DAFTAR PUSTAKA

- Betty, C. A., Lal, R., Sharma, D. K., Yakhmi, J. V., & Mittal, J. P. (2004). Macroporous silicon based capacitive affinity sensor - Fabrication and electrochemical studies. *Sensors and Actuators, B: Chemical*, 97(2–3), 334–343. <https://doi.org/10.1016/j.snb.2003.09.008>
- Chandra, L., Mulyanto, J. C., Nugroho, A., Perhotelan, M., & Petra, U. K. (2014). *ANALISA PENGARUH KARAKTERISTIK PEKERJAAN TERHADAP KEPUASAN DAN KINERJA KARYAWAN DI HOTEL D'SEASON SURABAYA*. 312–325.
- Chooi, Y. C., Ding, C., & Magkos, F. (2019). The epidemiology of obesity. *Metabolism: Clinical and Experimental*, 92, 6–10. <https://doi.org/10.1016/j.metabol.2018.09.005>
- Fox, K. R., Cooper, A., & McKenna, J. (2004). The school and promotion of children's health-enhancing physical activity: Perspectives from the United Kingdom. *Journal of Teaching in Physical Education*, 23(4), 338–358. <https://doi.org/10.1123/jtpe.23.4.338>
- Habibi, B. (2005). *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Motivasi Kerja Karyawan di PT Askes Regional VI Jawa Tengah dan D.I.Y Bagian SDM & Umum Semarang*. 68. <https://lib.unnes.ac.id/408/>
- Hill, J. O., & Wyatt, H. R. (2005). Role of physical activity in preventing and treating obesity. *Journal of Applied Physiology*, 99(2), 765–770. <https://doi.org/10.1152/jappphysiol.00137.2005>
- Kern, T. S., Berkowitz, B. A., & Feldman, E. L. (2009). National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases (NIDDK) meeting summary. Advances toward measuring diabetic retinopathy and neuropathy: from the bench to the clinic and back again (April 4-5, 2007, Baltimore, Maryland). *Journal of Diabetes and Its Complications*, 23(3), 219–223. <https://doi.org/10.1016/j.jdiacomp.2007.11.001>
- Lagarde, F., & LeBlanc, C. M. A. (2010). Policy options to support physical

activity in schools. *Canadian Journal of Public Health*, 101(SUPPL. 2), 9–13. <https://doi.org/10.1007/bf03405618>

Marantidou, O., Loukopoulou, L., Zervou, E., Martinis, G., Egglezou, A., Fountouli, P., Dimoxenous, P., Parara, M., Gavalaki, M., & Maniatis, A. (2007). Factors that motivate and hinder blood donation in Greece. *Transfusion Medicine*, 17(6), 443–450. <https://doi.org/10.1111/j.1365-3148.2007.00797.x>

Muskanan, K. (2015). Analisis Motivasi Berprestasi Atlet Pusat Pendidikan dan Latihan Olahraga Pelajar Provinsi Nusa Tenggara Timur. *JKAP (Jurnal Kebijakan Dan Administrasi Publik)*, 19(2), 105. <https://doi.org/10.22146/jkap.7608>

The Most Frequently Used Types of Rotational Measurements. (2020). *Azo Materials*, 82–84. <https://www.azom.com/article.aspx?ArticleID=18931>

UNICEF. (2012). State of World Children: Children in an Urban World. In *Report*.

Wang, Y. C., McPherson, K., Marsh, T., Gortmaker, S. L., & Brown, M. (2011). Health and economic burden of the projected obesity trends in the USA and the UK. *The Lancet*, 378(9793), 815–825. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(11\)60814-3](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(11)60814-3)

World Health Organization. (2018). Taking action on childhood obesity report. *World Health Organization*, 1–8. <https://www.who.int/end-childhood-obesity/publications/taking-action-childhood-obesity-report/en/%0Ahttp://www.who.int/end-childhood-obesity/publications/taking-action-childhood-obesity-report/en/>

Fraenkel, L., Peters, E., Charpentier, P., Olsen, B., Errante, L., Schoen, R. T., & Reyna, V. (2012). Decision tool to improve the quality of care in rheumatoid arthritis. *Arthritis Care and Research*, 64(7), 977–985. <https://doi.org/10.1002/acr.21657>

Gregory, R. T., & Taylor, H. P. (1981). An oxygen isotope profile in a section of

Cretaceous oceanic crust, Samail Ophiolite, Oman: Evidence for $\delta^{18}\text{O}$ buffering of the oceans by deep (>5 km) seawater-hydrothermal circulation at mid-ocean ridges. *Journal of Geophysical Research: Solid Earth*, 86(B4), 2737–2755. <https://doi.org/10.1029/jb086ib04p02737>

Muda, I. (2020). *GAMBARAN TINGKAT MOTIVASI AKTIVITAS FISIK SISWA DALAM PANDEMI COVID-19 BANDUNG*.

Betty, C. A., Lal, R., Sharma, D. K., Yakhmi, J. V., & Mittal, J. P. (2004). Macroporous silicon based capacitive affinity sensor - Fabrication and electrochemical studies. *Sensors and Actuators, B: Chemical*, 97(2–3), 334–343. <https://doi.org/10.1016/j.snb.2003.09.008>

Firmansyah, H. (2011). Hubungan Motivasi Berprestasi Siswa Dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 6(1), 30–33.

Habibi, B. (2005). *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Motivasi Kerja Karyawan di PT Askes Regional VI Jawa Tengah dan D.I.Y Bagian SDM & Umum Semarang*. 68. <https://lib.unnes.ac.id/408/>

Herts, K. L., Wallis, E., & Maslow, G. (2014). College freshmen with chronic illness: A comparison with healthy first-year students. *Journal of College Student Development*, 55(5), 475–480. <https://doi.org/10.1353/csd.2014.0052>

Ii, B. A. B. (2013). *Dja'far Siddik, Konsep Dasar Ilmu Pendidikan Islam*. 107. 1 37. 37–116. [https://doi.org/http://repository.uinsu.ac.id/1132/5/BAB II.pdf](https://doi.org/http://repository.uinsu.ac.id/1132/5/BAB%20II.pdf)

Kerja, E. P. T. (1967). No Title No Title No Title. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 13(April), 15–38.

Kern, T. S., Berkowitz, B. A., & Feldman, E. L. (2009). National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases (NIDDK) meeting summary. Advances toward measuring diabetic retinopathy and neuropathy: from the bench to the clinic and back again (April 4-5, 2007, Baltimore, Maryland). *Journal of Diabetes and Its Complications*, 23(3), 219–223.

<https://doi.org/10.1016/j.jdiacomp.2007.11.001>

- Kurdanti, W., Suryani, I., Syamsiatun, N. H., Siwi, L. P., Adityanti, M. M., Mustikaningsih, D., & Sholihah, K. I. (2015). Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian obesitas pada remaja. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 11(4), 179. <https://doi.org/10.22146/ijcn.22900>
- Leonard, N. R., Lester, P., Rotheram-Borus, M. J., Mattes, K., Gwadz, M., & Ferns, B. (2003). Successful recruitment and retention of participants in longitudinal behavioral research. *AIDS Education and Prevention*, 15(3), 269–281. <https://doi.org/10.1521/aeap.15.4.269.23827>
- Maisyarah, R., & Surya, E. (2017). Kemampuan Koneksi Matematis (Connecting Mathematics Ability) Siswa dalam Kemampuan Koneksi Matematis (Connecting Mathematics Ability) Siswa dalam Menyelesaikan Masalah Matematika. *Jurnal Pendidikan Matematika*, 2(1), 0–8.
- Nidawati. (1386). *No Title*
- Oliver, K. L., & Lalik, R. (2004). Critical Inquiry on the Body in Girls' Physical Education Classes: A Critical Poststructural Perspective. *Journal of Teaching in Physical Education*, 23(2), 162–195. <https://doi.org/10.1123/jtpe.23.2.162>
- PERMENDIKNAS. (2011). *PERATURAN MENTERI PENDIDIKAN NASIONAL REPUBLIK INDONESIA*.
- Rachmania Eka Damayanti, Sri Sumarmi, & Luki Mundiastuti. (2019). Hubungan Durasi Tidur dengan Kejadian Overweight dan Obesitas pada Tenaga Kependidikan di Lingkungan Kampus C Universitas Airlangga. *Amerta Nutrition*, 3(2), 89–93. <https://doi.org/10.2473/amnt.v3i2.2019.89-93>
- Simpson, E. J. (1971). Educational objectives in the psychomotor domain. *Behavioral Objectives in Curriculum Development: Selected Readings and Bibliography*, 60(2), 1–35. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED010368.pdf>
- Suherman, W. S. (2007). Pendidikan Jasmani sebagai Pembentuk Fondasi yang Kokoh bagi Tumbuh Kembang Anak. ... /131808337/WSSuherman-PidatoKukuh_0. Pdf

http://staffnew.uny.ac.id/upload/131808337/penelitian/WSSuherman-PidatoKukuh_0.pdf

- Wardika, I. N. (2019). Penerapan Permainan Tradisional untuk mengatasi kejenuhan Belajar PJOK. *Journal of Education Action Research*, 3(3), 231. <https://doi.org/10.23887/jear.v3i3.17377>
- World Health Organization, W. (2017). *Physical Activity Fact Sheet*.
- Haskell, W. L., Blair, S. N., & Hill, J. O. (2009). Physical activity: Health outcomes and importance for public health policy. *Preventive Medicine*, 49(4), 280–282. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2009.05.002>
- Lang, A., Sanders-Jackson, A., Wang, Z., & Rubenking, B. (2013). Motivated message processing: How motivational activation influences resource allocation, encoding, and storage of TV messages. *Motivation and Emotion*, 37(3), 508–517. <https://doi.org/10.1007/s11031-012-9329-y>
- Maugeri, G., Castrogiovanni, P., Battaglia, G., Pippi, R., D'Agata, V., Palma, A., Di Rosa, M., & Musumeci, G. (2020). The impact of physical activity on psychological health during Covid-19 pandemic in Italy. *Heliyon*, 6(6), e04315. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2020.e04315>
- Silva, M. N., Markland, D., Carraça, E. V., Vieira, P. N., Coutinho, S. R., Minderico, C. S., Matos, M. G., Sardinha, L. B., & Teixeira, P. J. (2011). Exercise autonomous motivation predicts 3-yr weight loss in women. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 43(4), 728–737. <https://doi.org/10.1249/MSS.0b013e3181f3818f>
- Spruit, M. A., Singh, S. J., Garvey, C., Zu Wallack, R., Nici, L., Rochester, C., Hill, K., Holland, A. E., Lareau, S. C., Man, W. D. C., Pitta, F., Sewell, L., Raskin, J., Bourbeau, J., Crouch, R., Franssen, F. M. E., Casaburi, R., Vercoulen, J. H., Vogiatzis, I., ... Wouters, E. F. M. (2013). An official American thoracic society/European respiratory society statement: Key concepts and advances in pulmonary rehabilitation. *American Journal of Respiratory and Critical Care Medicine*, 188(8). <https://doi.org/10.1164/rccm.201309-1634ST>

Verloigne, M., De Bourdeaudhuij, I., Tanghe, A., D'Hondt, E., Theuwis, L., Vansteenkiste, M., & Deforche, B. (2011). Self-determined motivation towards physical activity in adolescents treated for obesity: An observational study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 8, 1–11. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-8-97>