

**SURVEI MOTIVASI GERAK BEROLAHRAGA SISWA SMP
NEGERI 40 BANDUNG DI RUMAH SETELAH
PEMBELAJARAN DARING**

SKRIPSI

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



Oleh.

Yanuar Rizki Ramadhan

NIM .1705443

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAAHRAGA

FAKULTAS PENDIDIKAN OLAAHRAGA DAN KESEHATAN

UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA

2022

LEMBAR HAK CIPTA
SURVEI KESIAPAN BELAJAR SISWA DALAM PEMBELAJARAN TATAP
MUKA TERBATAS (PTMT) PADA PEMBELAJARAN PJK

Oleh Yanuar Rizki Ramadhan

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

© Yanuar Rizki Ramadhan Universitas Pendidikan Indonesia

Agustus 2022

Hak Cipta dilindungi undang-undang.

Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak ulang,
difotocopy, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

**LEMBAR PENGESAHAN
YANUAR RIZKI RAMADHAN**

1705443

**“SURVEI MOTIVASI GERAK BEROLAHRAGA SISWA SMP NEGERI 40
BANDUNG DI RUMAH SETELAH PEMBELAJARAN DARING“**

disetujui dan disahkan oleh pembimbing :

Pembimbing I

Dr. Bambang Abduljabar, M.Pd
NIP. 19650909199121001

Pembimbing II

Dr. Nuryadi M. Pd
NIP. 197101171998021001

Mengetahui

Ketua program Studi

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Dr. Yusuf Hidayat, M.Si.
NIP.196808301999031001

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “**Survei Motivasi Gerak Berolahraga Siswa SMP Negeri 40 Bandung di Rumah Setelah Pembelajaran Daring**” ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini saya siap menanggung resiko atau sanksi apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya sendiri.

Bandung, Agustus 2022

Penulis,



Yanuar Rizki Ramadhan

1705443

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena atas rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Survei Motivasi Gerak Berolahraga Siswa SMP Negeri 40 Bandung di Rumah Setelah Pembelajaran Daring”**. Shalawat dan salam senantiasa tercurah kepada Rasulullah SAW yang mengantarkan manusia dari zaman kegelapan ke zaman yang terang benderang ini.

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd), pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia. Skripsi ini memperlihatkan hasil penelitian deskriptif terkait motivasi gerak berolahraga di rumah setelah pembelajaran daring siswa SMP Negeri 40 Bandung tahun ajaran 2021/2022.

Dalam penyusunan karya tulis ini, penulis menyadari bahwa karya tulis ini masih jauh dari sempurna, baik isi, teknik penyajian, maupun dalam susunan bahasa disebabkan keterbatasan pengetahuan dan pemahaman penulis. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun untuk memperbaiki karya tulis ilmiah lainnya.

Bandung, Agustus 2022



Yanuar Rizki Ramadhan

1705443

UCAPAN TERIMAKASIH

Segala puji bagi Allah Subhaanahu wata'ala yang telah melimpahkan rahmat, kasih sayang dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan lancar tanpa suatu halangan apapun.

Penulis menyadari bahwa keterbatasan penulis tidak mampu menciptakan sebuah karya yang sempurna, karena manusia tempatnya salah dan Allah Subhanahu wa ta'ala yang maha benar atas segalanya. Namun demikian, mudah-mudahan karya tulis ini dapat bermanfaat khususnya bagi penulis dan umumnya bagi para pembaca.

Dengan terlaksananya seluruh rangkaian penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapat petunjuk serta pengetahuan baru yang berharga dari berbagai pihak. Maka sudah sepantasnya penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Kepada Allah SWT karena berkat rahmat dan ridho-Nya skripsi ini dapat selesai dengan baik.
2. Bapak Prof. Dr. H. M Solehuddin, M.Pd., MA Selaku Rektor Universitas Pendidikan Indonesia.
3. Yang terhormat Bapak Dr. H. Rd. Boyke Mulyana, M. Pd. selaku Dekan FPOK atas rekomendasinya kepada penulis untuk penyusunan skripsi ini.
4. Bapak Dr. Dian Budiana, M.Pd. selaku Wakil Dekan Bidang Akademik yang telah mengizinkan penulis untuk melakukan penelitian.
5. Bapak Dr. Yusuf Hidayat, M.Si. selaku ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang telah memberikan motivasi dan dukungannya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak Dr. Bambang Abduljabar, M.Pd. selaku dosen pembimbing skripsi atas bimbingannya selama ketika menyusun skripsi ini.
7. Bapak Dr. Nuryadi, M.Pd. pembimbing skripsi yang telah memberikan ilmu serta pengalamannya ketika bimbingan skripsi
8. Ibu/Bapak Dosen dan Asisten Dosen Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan yang telah memberikan ilmu serta pengalamannya kepada penulis.
9. Kepala SMP Negeri 40 Bandung yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melaksanakan penelitian di sekolah.

10. Bapak dan Ibu Wakasek SMP Negeri 40 Bandung yang telah memberikan arahan dalam melaksanakan penelitian.
11. Siswa-siswi SMP Negeri 40 Bandung yang telah mengisi kuesioner, membantu dan partisipasinya untuk menjadi sampel dalam penelitian penulis.
12. Kedua orang tua saya yang selama ini telah membantu penulis dalam bentuk support, perhatian, kasih sayang, semangat serta do'a yang tidak henti-hentinya mengalir demu kelancaran dan kesuksesan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
13. Aas Nur Fajriyah insyaallah calon istri, yang membantu dan menemani saya ketika sedang mengalami kesulitan dan selalu menyemangati di segala kondisi
14. Sandi Miftahul Fatah S.Pd, Dwi Utari S.Pd, Amalinda Pratiwi S.Pd, Dilla Safitri S.Pd, dan teman-teman yang selalu membantu membimbing saya dalam pengerjaan penelitian ini.
15. Sahabat seperjuangan saya Kelas PJKR D 2017 sebagai teman selama perkuliahan dan berbagi keluh kesah bersama, dan membantu dalam bentuk motivasi selama proses penyusunan skripsi hingga selesai.
16. Skripsi ini dipersembahkan untuk saya, keluarga besar , teman, kerabat khususnya ABR

Bandung, Agustus 2022

Penulis,



Yanuar Rizki Ramadhan
1705443

ABSTRAK
Survei Motivasi Gerak Berolahraga Siswa SMP Negeri 40 Bandung di Rumah
Setelah Pembelajaran Daring

Pembimbing I : Dr. Bambang Abduljabar, M. Pd

Pembimbing II : Dr. Nuryadi, M. Pd

Yanuar Rizki Ramadhan

1705443

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah siswa SMP Negeri 40 Bandung memiliki motivasi gerak berolahraga setelah pembelajaran daring di rumah. Metode yang digunakan ini adalah survei dan teknik analisis statistik deskriptif. Populasi pada penelitian ini adalah siswa SMP Negeri 40 Bandung. Dalam pengambilan sampel peneliti menggunakan Sampling Acak Sederhana (*Simple Random Sampling*). Penelitian ini menggunakan instrumen kuesioner motivasi gerak berolahraga. Selama penelitian ini berlangsung peneliti memilih sampel yaitu 88 siswa yang terdiri dari 33 kelas tujuh, 33 kelas delapan, 33 kelas sembilan, hasil dari penelitian ini penulis mendapatkan nilai rata-rata 2,78 dengan katagori setuju, Hal tersebut menunjukkan bahwa setelah pembelajaran jarak-jauh atau daring ini siswa terdukong oleh seluruh aspek motivasi instrinsik dan motivasi ekstrinsik untuk bergerak berolahraga di rumah, Dalam penelitian ini terdapat 10 aspek dari variable motivasi gerak berolahraga yang menjadi dua yaitu motivasi instrinsik aspek 1-5 dan ekstrinsik aspek 6-10. Jadi dapat disimpulkan bahwa siswa mengakui memiliki motivasi gerak berolahraga di rumah setelah pembelajarang daring melekat pada aspek-aspeknya dan sesuai dengan indicator penulis tentukan berdasarkan data yang diperoleh

Kata kunci: pembelajaran daring; motivasi gerak berolahraga

ABSTRACT

Survey on Exercise Motivation of Students at SMP Negeri 40 Bandung at Home After Online Learning

Advisor I : Dr. Bambang Abduljabar, M. Pd

Advisor II : Dr. Nuryadi, M. Pd

Yanuar Rizki Ramadhan

1705443

This study aims to determine whether the students of SMP Negeri 40 Bandung have the motivation to exercise after online learning at home. The method used is survey and descriptive statistical analysis techniques. The population in this study were students of SMP Negeri 40 Bandung. In taking the sample the researchers used Simple Random Sampling (Simple Random Sampling). This study uses a questionnaire instrument of exercise motivation. During this research, the researcher chose a sample of 88 students consisting of 33 seventh grade, 33 eighth grade, 33 ninth grade, the results of this study the author got an average value of 2.78 with the category agree, This shows that after this online learning students are supported by all aspects of intrinsic motivation and extrinsic motivation to move to exercise at home. In this study, there were 10 aspects of the variable motivation to exercise which were divided into two, namely intrinsic motivation aspects 1-5 and extrinsic aspects 6-10. So it can be concluded that students admit that they have the motivation to exercise at home after online learning is attached to its aspects and according to the indicators the author determines based on the data obtained.

Keywords; Online Learning; Motivation to exercise

DAFTAR ISI

LEMBAR HAK CIPTA.....	i
LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
UCAPAN TERIMAKASIH.....	v
ABSTRAK.....	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	4
1.3 Rumusan Masalah	5
1.4 Tujuan Penelitian.....	5
1.5 Manfaat Penelitian.....	5
BAB II LANDASAN TEORI	6
2.1 Hakikat Pendidikan	6
2.1.1 Pengertian Pendidikan.....	6
2.2 Hakikat Pendidikan Jasmani.....	7
2.2.1 Pengertian Pendidikan Jasmani	7
2.2.2 Tujuan Pendidikan Jasmani.....	7
2.3 Motivasi	8
2.2.3 Pengertian Motivasi.....	8
2.3.2 Jenis Motivasi	9
2.3.3 Teori Motivasi.....	10
2.4 Teori Mengisi Waktu Luang (<i>Leisure Time</i>)	12
2.4.1 Definisi Waktu Luang	12
2.5 Teori Tindakan Beralasan (<i>Theory Reaction Action</i>).....	13

2.6	Kerangka Berpikir	14
BAB III METODE PENELITIAN.....		16
3.1	Metode Penelitian.....	16
3.2	Desain Penelitian.....	17
3.3	Tujuan Operasional Penelitian.....	18
3.4	Tempat, Subjek Penelitian, dan Waktu Penelitian	18
3.5	Populasi dan Sampel	19
3.6	Instrumen Penelitian.....	19
3.7	Uji Validitas dan Reliabilitas.....	21
3.8	Teknik Pengumpulan Data	25
3.9	Teknik Angket atau Kuesioner	26
3.10	Prosedur Penelitian.....	27
3.11	Teknik Analisis Data.....	28
BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN.....		30
4.1	Deksripsi Data	30
4.2	Persepsi Responden.....	30
4.3	Statistik Motivasi Gerak	33
4.4	Hasil Uji Homogenitas	36
4.5	Pembahasan.....	38
BAB V		43
5.1	Simpulan	43
5.2	Implikasi	43
5.3	Saran	44
DAFTAR PUSTAKA.....		45
LAMPIRAN		48

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Tabel Penelitian.....	19
Tabel 3. 2 Kisi Motivasi Gerak Berolahraga	20
Tabel 3. 3 Tabel Hasil Uji Validitas.....	22
Tabel 3. 4 Tabel Interpretasi Nilai R.....	25
Tabel 3. 5 Tabel Reliabilitas Motivasi Gerak Berolahraga.....	25
Tabel 3. 6 Tabel Pemberian Skor Jawaban	26
Tabel 3. 7 Tabel Prosedur Penelitian	28
Tabel 4. 1 Tabel Jumlah Responden	30
Tabel 4. 2 Tabel Skor Jawaban Kuisioner.....	31
Tabel 4. 3 Kategori Skala.....	32
Tabel 4. 4 Tabel Deskriptif Motivasi Gerak Berolahraga.....	33
Tabel 4. 5 Tabel Jumlah Item Soal dan Rata-Rata Tiap Aspek Motivasi Gerak Berolahraga	34
Tabel 4. 6 Tabel Grafik Motivasi Gerak Berolahraga.....	34
Tabel 4. 7 Tabel Jumlah Item Soal dan Rata-Rata Tiap Aspek Motivasi Gerak Berolahraga	35
Tabel 4. 8 Grafik Motivasi Gerak Berolahraga.....	35
Tabel 4. 9 Tabel Hasil Uji Homogenitas Dengan Uji Tes Homogeneity of Variances	36
Tabel 4. 10 Hasil Uji One-way Anova.....	37
Tabel 4. 11 Hasil Uji One-Way Anova Motivasi Instrinsik.....	37
Tabel 4. 12 Hasil Uji One-Way Anova Motivasi Ekstrinsik	38
Tabel 4. 13 Ringkasan Hasil Rata-Rata Aspek Motivasi Gerak Berolahraga.....	40
Tabel 4. 14 Ringkasan Hasil Rata-Rata Aspek Motivasi Gerak Berolahraga.....	41

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Riwayat Hidup.....	48
Lampiran 2 Profil Sekolah	49
Lampiran 3 Hasil Uji Validitas	52
Lampiran 4 Pernyataan Kuisisioner /Angket.....	54
Lampiran 5 Surat Izin Penelitian.....	57