

**MOTIVASI BELAJAR SISWA DALAM  
PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI  
OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
DI SMK KARTIKA IV-1 MALANG**

**Ayub Bagus S**

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu  
Keolahragaan Universitas Negeri Malang

**Abstrak** Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui motivasi siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMK Kartika IV-1 Malang. Jenis penelitian adalah kuantitatif deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMK Kartika IV-1 Malang yang berjumlah sebanyak 428 orang. Sampel diambil dengan teknik random sampling, dengan demikian jumlah sampel adalah sebanyak 15 orang. Jenis data dalam penelitian yaitu data primer, data yang dikumpulkan langsung oleh peneliti dengan mengajukan angket kepada siswa. Sedangkan data skunder, data diambil dari arsip dokumentasi siswa dari Tata Usaha Sekolah. Selanjutnya data dianalisis dengan persentase dengan menggunakan skor nilai ideal. Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa variabel motivasi intrinsik Motivasi intrinsik siswa di SMK Kartika IV-1 Malang diperoleh tingkat capaian sebesar 84,70%, berada klasifikasi “Baik”. sedangkan motivasi ekstrinsik siswa di SMK Kartika IV-1 Malang diperoleh tingkat capaian sebesar capaian 83,07%, berada klasifikasi “Baik”.

**Kata Kunci:** *Motivasi*

**Abstract:** *purpose of this study was to determine the motivation of students in physical education sport and health in SMK Kartika IV-1 Malang. This type of research is quantitative descriptive. The population in this study were all students of SMK Kartika IV-1 Malang, amounting to as many as 428 people. Samples were taken by random sampling technique, thus the number of samples is as many as 15 people. The type of data in the study of primary data, data collected by the researchers to propose a questionnaire to students. While the secondary data, the data retrieved from the archive documentation Administration students from the School. Furthermore, the data were analyzed by using a percentage score of ideal values. Based on the analysis of data shows that intrinsic motivation Intrinsic motivation variabel students at SMK Kartika IV-1 Malang obtained level of achievement of 84.70%, were classified as "Good". Whereas extrinsic motivation of students at SMK Kartika IV-1 Malang achievement level of achievement gained 83.07%, were classified as "Good".*

**Keywords:** *Motivation*

---

Correspondance author: Ayub Bagus S, Universitas Negeri Malang, Indonesia. Email:  
[ayubbaguss02@gmail.com](mailto:ayubbaguss02@gmail.com)

Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi is licensed under a  
[Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

## PENDAHULUAN

Pembangunan manusia Indonesia seutuhnya adalah suatu upaya yang dilaksanakan secara sadar, berencana dan berkesinambungan menuju suatu perubahan dan kemajuan serta perbaikan yang sempurna. Dalam pelaksanaan pembangunan ini, kita semua dituntut untuk menambah dan memperdalam serta meningkatkan kuantitas dan kualitas ilmu pengetahuan dan keterampilan. Untuk itu sektor pendidikan memegang peranan yang sangat dominan dalam upaya pencapaian tujuan tersebut di atas.

Pendidikan yang dimaksud adalah pendidikan yang mampu mengangkat harkat dan martabat bangsa Indonesia serta tersedianya sumber daya manusia yang handal. Dalam Undang-Undang No. 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional antara lain dijelaskan bahwa fungsi dan tujuan pendidikan nasional sebagai berikut: Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan serta membentuk watak dan peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab” (Depdiknas 2016:2)

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang dikembangkan di sekolah-sekolah sangat erat kaitannya dengan pencapaian tujuan pendidikan nasional yang sebagaimana yang telah digariskan di atas. Melalui gerak semua potensi seseorang dikembangkan, baik secara fisik maupun psikologis agar menjadi manusia yang cerdas dan beriman.

Secara khusus, tujuan Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan dituangkan dalam kurikulum adalah untuk: 1) Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran

jasmani dan olahraga serta pola hidup berbagai aktivitas jasmani dan olahraga terpilih; 2) Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik; 3) Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar; 4) Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan; 5) Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerja sama, percaya diri dan demokratis; 6) Mengembangkan keterampilan untuk menjaga kesehatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan; 7) Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil serta memiliki sifat yang positif. (Depdiknas 2016:1)

Bila dicermati tujuan pendidikan jasmani yang akan dicapai di sekolah, ternyata cukup banyak hal yang perlu disikapi oleh para pengelola terutama sekali oleh para guru pendidikan jasmani.

Sebab guru adalah penyelenggara pembelajaran yang langsung berhadapan dengan peserta didiknya. Guru harus mampu memperdayakan siswanya, agar semua tujuan yang telah digariskan dalam kurikulum tersebut dapat dicapai secara optimal. Dengan kata lain, para guru pendidikan jasmani harus punya kemampuan dalam karirnya secara profesional.

Sekolah Menengah Kejuruan Kartika IV-1 Malang, adalah salah satu jenjang pendidikan menengah formal yang punya kurikulum pendidikan jasmani

seperti pada sekolah lainnya yang sederajat. Pada sekolah ini telah diterapkan berbagai kebijakan- kebijakan untuk dapat terlaksananya program-program pendidikan jasmani sebagai mana yang tercantum dalam garis-garis besar program pembelajaran (GBPP) penjas. Upaya- upaya yang telah dilakukan tersebut antara lain, seperti dalam perbaikan dan melengkapi sarana prasarana penunjang pembelajaran, melengkapi buku- buku bahan ajar, melaksanakan pembinaan

prestasi melalui ekstrakurikuler, dan melaksanakan kompetisi- kompetisi antar sekolah dan antar daerah. Seiring dengan itu juga telah dilakukan perbaikan pembelajaran melalui kegiatan-kegiatan guru (KKG). Kesemua hal tersebut idealnya akan memberikan kontribusi yang cukup besar terhadap pelaksanaan pembelajaran penjas, yang pada akhirnya akan meningkatkan hasil belajar siswa.

Setelah dilakukan pengamatan secara langsung dilapangan, terkesan pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani di SMK Kartika IV-1 Malang belum terlaksana secara efektif. Maksudnya, pembelajaran pendidikan jasmani pada sekolah tersebut masih termarjinalkan dibanding dengan bidang studi lainnya. Begitu juga para siswa dalam mengikuti pembelajaran terlihat kurang termotivasi untuk mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani. Hal ini diduga dipengaruhi oleh banyak faktor diantaranya seperti sarana prasarana yang kurang memadai, metode guru yang digunakan, dan juga factor internal yaitu motivasi dari siswa tersebut. Hal ini mengakibatkan seolah-olah pembelajaran pendidikan jasmani tersebut hanya sekedar pengisi waktu luang dan pelengkap saja. Disaat pembelajaran berlangsung para siswa juga terlihat tidak serius dan sering membolos tanpa alasan yang tidak jelas.

Mencermati realita yang terjadi pada SMK Kartika IV-1 Malang di atas, kurang terlaksananya pembelajaran pendidikan jasmani diyakini banyak faktor yang mempengaruhinya yang satu sama lain saling berkaitan. Namun demikian, kurang seriusnya anak dalam mengikuti pembelajaran dikarenakan pembelajaran yang diberikan tidak dapat memotivasi anak belajar.

Motivasi merupakan suatu proses psikologis yang mencerminkan interaksi, sikap, kebutuhan, keputusan yang terjadi pada diri seseorang dan timbul akibat adanya faktor dari dalam dirinya (Intrinsik) dan dari luar (Ekstrinsik) dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan (Robins, 1999: 164)

Motivasi yang intrinsik berarti bahwa suatu perbuatan memang diinginkan pada seseorang senang melakukannya. Orang tersebut senang melakukan perbuatan itu sendiri. Sebaliknya motivasi ekstrinsik berarti bahwa suatu perbuatan dilakukan atas dasar dorongan atau paksaan dari luar, motivasi ekstrinsik dapat berubah menjadi motivasi yang intrinsik. Bila motivasi sudah menjadi intrinsik maka orang telah menjadi begitu bermotivasi sehingga tiada rintangan yang akan menghambatnya melakukan perbuatan tersebut.

Bila dikaitkan dengan seseorang siswa yang mempunyai motivasi intrinsik yang besar, maka ia akan selalu konsisten terhadap tugasnya dan tekun dalam mengikuti proses belajar mengajar, khususnya pendidikan

jasmani olahraga dan kesehatan. Selain itu siswa yang memiliki motivasi intrinsik yang tinggi akan memiliki rasa percaya diri yang tinggi, disiplin. Seseorang akan terdorong untuk berbuat dengan segala upaya dikarenakan oleh adanya rangsangan-rangsangan yang begitu menggiurkan seperti hadiah-hadiah yang disediakan, harapan-harapan terhadap pujian dan sebagai nilai penghargaan.

Untuk itu sangat perlu kiranya dilakukan suatu pengkajian secara cermat terhadap permasalahan tersebut. Pada kesempatan ini penulis tertarik untuk melakukan suatu penelitian tentang motivasi belajar siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMK Kartika IV-1 Malang.

## **METODE**

Penelitian ini dilakukan dengan metode kuantitatif. Data diperoleh dengan membagikan kuesioner. Peneliti menyebarkan kuesioner motivasi pembelajaran PJOK terhadap objek, dan melakukan analisis data sesuai dengan hasil kuesioner tersebut. Data berbentuk kuantitatif, sehingga data berbentuk lampiran kuesioner dan analisis singkat dari peneliti. Peneliti melakukan pengamatan di SMK Kartika IV-1 Malang. Pengamatan berlangsung selama bulan Juni 2023 di jam pembelajaran PJOK. Subjek dari penelitian ini yakni siswa-siswi kelas X SMK Kartika IV-1 Malang.

Data dalam penelitian ini berupa kuesioner yang telah diisi. Sumber data dari penelitian ini adalah hasil pengisian kuesioner oleh siswa sehingga dapat diperoleh hasil data yang relevan. Memperhatikan jumlah anggota populasi cukup besar, maka pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan sampling terhadap anggota populasi. Dari populasi diambil sampel sebanyak 10 % secara random atau dengan teknik Random Sampling. Dengan demikian diperoleh anggota sampel sebanyak 15 orang

## **HASIL**

Pada analisis ini semua jawaban dari responden disusun menurut variabel dan indikatornya, dan diolah dalam bentuk distribusi frekuensi dan tingkat capaian sesuai variabel yang diteliti yaitu sebagai berikut:

### **1. Variabel Motivasi Intrinsik**

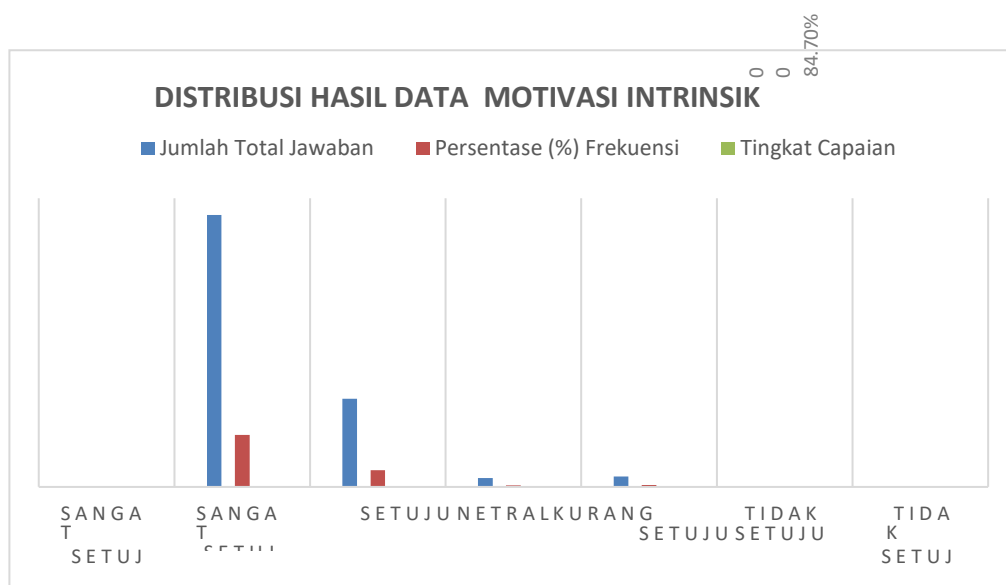
Untuk variabel motivasi intrinsik siswa terhadap pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMK Kartika IV-1 Malang ini terdiri dari 35 item pernyataan yang disebarkan kepada 15 orang siswa yang dijadikan sebagai responden, ditemukan jawaban yakni sebagai berikut: jumlah total jawaban “Setuju” dari 15 orang responden adalah 377 (71,81%), jumlah total jawaban “Netral” adalah 122 (23,24%) dan jumlah total jawaban “Sangat setuju” adalah 22 (2,29%), jumlah total jawaban “Kurang setuju” adalah 68 (2,66%), selanjutnya jumlah total jawaban “tidak sama sekali”, “tidak setuju”, dan “sangat setuju sekali” adalah 0 (0,00%).

Dengan demikian diperoleh tingkat capaian variabel motivasi intrinsik siswa terhadap pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMK Kartika IV-1 Malang adalah sebesar 84,70%. Untuk lebih jelas distribusi hasil data motivasi intrinsik terhadap pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tersebut dapat dilihat pada tabel berikut.

**Distribusi Hasil Data Motivasi Intrinsik**

Alternatif Jawaban	Jumlah Total Jawaban	Persentase(%) Frekuensi	Tingkat Capaian
Sangat setuju sekali	0	0	
Sangat setuju	377	71,81	
Setuju	122	23,24	
Netral	12	2,29	
Kurang setuju	14	2,66	84,70%
Tidak setuju	0	0	
Tidak setuju sekali	0	0	
<b>Jumlah</b>	<b>525</b>	<b>100</b>	

Berdasarkan tabel di atas, jelaslah untuk variabel motivasi intrinsik siswa di SMK Kartika IV-1 Malang diperoleh tingkat capaian sebesar 84,70%. Menurut Sudjana (1996:355) klasifikasi antara 80% - 89% berada pada klasifikasi “Baik”.



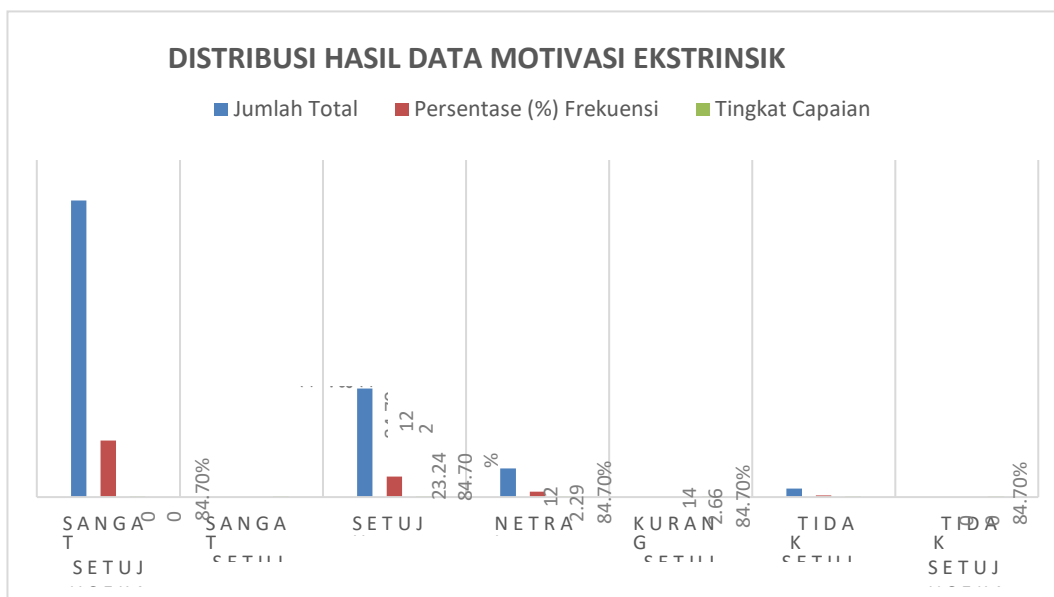
## 2. Variabel Motivasi Ekstrinsik

Variabel motivasi ekstrinsik siswa terhadap pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan siswa di SMK Kartika IV-1 Malang, angket yang diberikan kepada 15 orang responden terdiri dari 35 item pernyataan ditemukan jawaban yakni sebagai berikut: jumlah total jawaban “Sangat setuju sekali” dari 15 orang responden adalah 352 (67,05%), jumlah total jawaban “Sangat setuju” adalah sebesar 0 (0,0%), jumlah total jawaban “Setuju” adalah sebesar 129 (24,57%) dan jumlah total jawaban “netral” adalah sebesar 34 (6,38%). Selanjutnya jumlah total jawaban “Tidak setuju”

adalah sebesar 10 (1,9%).

Dengan demikian diperoleh tingkat capaian variabel motivasi ekstrinsik siswa terhadap pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan siswa di SMK Kartika IV-1 Malang yaitu sebesar 83,07%. Menurut Sudjana (1996:355) klasifikasi antara 80% - 89% berada pada klasifikasi “Baik”. Distribusi Hasil Data variabel motivasi ekstrinsik siswa di SMK Kartika IV- 1 Malang dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Distribusi Hasil Data Motivasi Ekstrinsik**



Alternatif Jawaban	Jumlah Total Jawaban	Persentase (%) Frekuensi	Tingkat Capaian
Sangat setuju sekali	352	67,05	
Sangat setuju	0	0,00	
Setuju	129	24,57	83,07%
Netral	34	6,48	
Kurang setuju	0	0,00	
Tidak setuju	10	1,9	
Tidak setuju sekali	0	0	
<b>Jumlah</b>	<b>525</b>	<b>100</b>	

Berdasarkan tabel 5, jelaslah bahwa tingkat capaian untuk variabel motivasi ekstrinsik terhadap pembelajaran pendidikan jasmani olahragadan kesehatan siswa di SMK Kartika IV-1 Malang diperoleh sebesar 83,07%.

Selanjutnya hasil jawaban dari 15 orang responden untuk skor tertinggi yang menjawab “Sangat setuju sekali” adalah item soal no 1 yaitu “ Apakah dengan murid-murid yang lain saya merasa mendapatkan dukungan, dengan jumlah menjawab “Sangat setuju sekali” adalah sebanyak 10 orang (66,7%).

## PEMBAHASAN

Berdasarkan pertanyaan penelitian pertama yang diajukan yaitu “Bagaimana motivasi intrinsik siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan SMK Kartika IV-1 Malang. Ternyata hasil analisis data dalam penelitian ini dari jawaban 15 orang siswa yang dijadikan sampel dengan

35 item pernyataan tentang variabel motivasi intrinsik, diperoleh tingkat capaian 84,70%. Menurut Sudjana (1996:355) klasifikasi antara 80% - 89% berada pada klasifikasi baik. Dengan demikian dapat diartikan bahwa siswa di SMK Kartika IV-1 Malang memiliki motivasi intrinsik yang baik di dalam mengikuti proses pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.

Motivasi intrinsik merupakan “motif-motif yang berfungsi bukan diakibatkan pengaruh rangsangan dari luar” (Surabaya, 1984:28), sedangkan Purwanto (1990:65) disebut motivasi intrinsik “jika yang mendorong individu untuk bertindak adalah nilai- nilai yang terkandung didalam objek itu sendiri”. Motivasi intrinsik merupakan sumber tenaga yang paling tahan lama, karena peserta didik merasa senang dalam belajar sehingga dalam pengelolaan proses belajar mengajar pendidik hendaknya dapat memperhatikan faktor-faktor yang tumbuh dari motivasi intrinsik. Seseorang memiliki motivasi intrinsik akan terlihat dari sikap dan tingkah laku yang tekun mengikuti dan mengerjakan segala tugas-tugas yang diberikan padanya, misalnya saja seperti tugas- tugas yang diberikan pada siswa dalam pembelajaran penjasorkes. Memperhatikan pengaruh yang diakibatkan dengan adanya motivasi intrinsik menimbulkan kesan kiranya faktor ini dapat terus dikembangkan dalam usaha menumbuhkan dan mengembangkan motif seseorang sesuai dengan potensi yang dimilikinya.

Pertanyaan penelitian yang ke dua diajukan yaitu “Bagaimana motivasi ekstrinsik siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SMK Kartika IV-1 Malang. Ternyata hasil analisis data dalam penelitian ini dari jawaban 15 orang siswa yang dijadikan sampel dengan 35 item pernyataan tentang variabel motivasi ekstrinsik, diperoleh tingkat capaian 83,07%. Menurut Sudjana (1996:355) klasifikasi antara 80% - 89% berada pada klasifikasi “Baik. Dengan demikian dapat diartikan bahwa siswa di SMK Kartika IV-1 Malang memiliki motivasi ekstrinsik yang baik di dalam mengikuti proses pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.

Motivasi ekstrinsik adalah motivasi yang keberadaannya bukan merupakan perasaan atau keinginan yang ada dalam diri sendiri, namun disebabkan oleh faktor lain yang mempengaruhinya. Misalnya saja seorang siswa rajin dan tekun dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan karena ada yang diinginkan seperti ingin dapat nilai yang baik, atau karena ada teman yang dia senangi rajin dan tekun dalam pembelajaran penjasorkes. Di samping itu juga mungkin adanya pengaruh dari guru penjasorkes yang mengajar kreatif dan disiplin, sehingga mereka segan dan atau takut dengan guru penjasorkes yang disiplin dan keras.

Meskipun dalam penelitian ini ditemukan bahwa motivasi siswa, baik motivasi intrinsik maupun motivasi ekstrinsik dikatakan baik terhadap pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, namun perlu guru penjasorkes sebagai seorang pendidik , perlu ada

upaya dan usaha yang harus dilakukan untuk lebih meningkatkan motivasi siswa. Misalnya saja guru penjasorkes dalam usaha membangunkan tingkat motivasi peserta didiknya secara efektif, yang dilakukan adalah dengan mempelajari kebutuhannya yang sesuai dengan kebutuhan peserta didiknya. Dengan demikian seorang guru penjasorkes dapat mempergunakan suatu strategi pengajaran yang sesuai dengan kebutuhan peserta didiknya. Peserta didik yang termotivasi secara intrinsik pada hakekatnya memandang proses belajar mengajar hanyalah sebagai sarana atau alat dalam mencapai tujuannya. Sehingga tingkah laku yang biasanya diperlihatkan menganggap belajar bukan hal yang mutlak dapat mempengaruhi tujuan yang ingin dicapainya (Winkel,1984:28).

Selanjutnya ada beberapa usaha dan upaya yang dapat dilakukan dalam menumbuhkan dan meningkatkan motivasi dalam diri siswa yaitu antara lain adalah guru penjasorkes dalam memberikan materi pembelajaran penjasorkes tersebut dalam bentuk modifikasi dalam bentuk-bentuk permainan, sarana dan prasarana yang dibutuhkan perlu ditingkatkan, memberikan pujian dan penghargaan kepada siswa yang memiliki ketekunan dan rajin serta menyukai pembelajaran penjasorkes, memberikan perhatian khusus bagi siswa yang mempunyai kesulitan dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tersebut dan lain-lain sebagainya. Dengan demikian dapat dikatakan modifikasi dalam pembelajaran dapat meningkatkan motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran dengan baik.

Kemudian meningkatkan motivasi siswa dalam belajar, khususnya dalam pembelajaran penjasorkes juga dipengaruhi oleh dorongan dan perhatian dari pihak keluarga, apakah dari saudaranya atau dari orang tua. Perhatian dan pengawasan orang tua terhadap kegiatan belajar anaknya merupakan salah satu upaya yang dapat memberikan rangsangan positif bagi anak atau membuat anak akan menghargai orang tuanya, sehingga dia lebih giat lagi belajar, menginginkan yang terbaik di mata orang tuanya. Namun akan terjadi sebaliknya apa bila seorang anak tidak pernah diperhatikan dan pengawasan terhadap kegiatan belajarnya, maka anak tersebut akan malas belajar dan bertindak seenaknya. Hal ini lama kelamaan menjadikan belajar itu tidak penting dan bukan suatu keharusan atau menjadi pemalas untuk belajar.

## **SIMPULAN**

Berpedoman pada temuan hasil penelitian tentang motivasi intrinsik dan ekstrinsik siswa terhadap pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMK Kartika IV-1 Malang, maka dapat ditarik kesimpulan dan saran yakni sebagai berikut: Motivasi intrinsik siswa di SMK Kartika IV- 1 Malang diperoleh tingkat capaian sebesar 84,70%, berada klasifikasi “Baik. Motivasi ekstrinsik siswa di SMK Kartika IV-1 Malang diperoleh tingkat capaian sebesar capaian 83,07%., berada klasifikasi “Baik”. Guru yang mengajar penjasorkes dapat meningkatkan motivasi dalam proses pembelajar,dengan cara momodifikasi bentuk-bentuk latihan, permainan dan peralatan yang digunakan dalam latihan, sehingga hal ini dapat meningkatkan motivasi siswa dalam pembelajaran penjasorkes tersebut. Siswa agar dapat meningkatkan motivasinya dalam mengikuti dalam pembelajaran penjasorkes, sehingga tujuan pembelajaran yang di-harapkan oleh guru dan siswa itu senditi bisa tercapai dengan baik. Pihak sekolah agar mencarikan solusi yang terbaik dalam meningkatkan motivasi siswa dalam pembelajaran penjasorkes seperti pengadaan sarana dan prasarana agar ditambah dan dilengkapi, sehingga proses pembelajaran berjalan dengan baik dan motivasi siswa dapat ditingkatkan.

### **DAFTAR RUJUKAN**

- Arikunto, Suharsimi (1998). Manajemen Pendidikan. Jakarta: Gramedia. Depdiknas (2016). GBPP Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Kurikulum 1994. Jakarta, Depdiknas.
- Ginanjari, A., Suherman, A., Juliantine, T., & Hidayat, Y. (2019). Sports orientation during learning team or individual sports using a sport education model. *Cakrawala Pendidikan*, 15(2), 377- 156.
- Hartono, R., Suherman, A., & Rusdiana, A. (2014). Pengaruh Model Sport Education Terhadap Motivasi dan Intensitas Belajar Gerak Siswa Pada Penjasorkes. *Edusentris*, 1(3), 213-226.
- Rineka Cipta. Arikunto, Suharsimi. (1990). Prosedur Penelitian. Jakarta: Rineka Cipta. Sarwono. (1983). Kepemimpinan dan Motivasi. Jakarta: Gholia Indonesia.
- Soemanto, (1990). Strategi Pembelajaran dalam Pendidikan Luar Sekolah. Bandung: Nusantara Press.
- Sugiyono. (2006). Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan R&D. Bandung, Alfabeta.
- Suryabrata, Sumadi. (1984). Psikologi Pendidikan. Jakarta: Gramedia.
- Rajawali. Winkel, W.S. (1996). Psikologi Pengajaran. Jakarta: Gramedia.
- Yunus. (1987). Ilmu Komunikasi. Jakarta: Rineka Cipta



**ALOKASI WAKTU DAN BAHAN PELAKSANA PEMBELAJARAN**

**1. ALOKASI WAKTU**

Nama: \_\_\_\_\_  
 Uraian: \_\_\_\_\_  
 Alokasi Waktu: \_\_\_\_\_  
 Jenis Substansi: \_\_\_\_\_

**2. BENTUK PELAKSANAAN**

Metode Pembelajaran: \_\_\_\_\_  
 Media: \_\_\_\_\_  
 Model: \_\_\_\_\_  
 Pendekatan: \_\_\_\_\_  
 Strategi: \_\_\_\_\_  
 Teknik: \_\_\_\_\_

**3. BENTUK PENYAJIAN**

Media: \_\_\_\_\_  
 Model: \_\_\_\_\_  
 Pendekatan: \_\_\_\_\_  
 Strategi: \_\_\_\_\_  
 Teknik: \_\_\_\_\_

**4. ALOKASI WAKTU**

1. Alokasi waktu untuk kegiatan pendahuluan: \_\_\_\_\_  
 2. Alokasi waktu untuk kegiatan inti: \_\_\_\_\_  
 3. Alokasi waktu untuk kegiatan penutup: \_\_\_\_\_

**5. BENTUK PELAKSANAAN**

1. Bentuk pelaksanaan pembelajaran: \_\_\_\_\_  
 2. Bentuk pelaksanaan penilaian: \_\_\_\_\_

No	Bahan	Kelas				
		1	2	3	4	5
1	Kemampuan gerak dasar					
2	Kemampuan gerak dasar					
3	Kemampuan gerak dasar					
4	Kemampuan gerak dasar					
5	Kemampuan gerak dasar					
6	Kemampuan gerak dasar					
7	Kemampuan gerak dasar					
8	Kemampuan gerak dasar					
9	Kemampuan gerak dasar					
10	Kemampuan gerak dasar					
11	Kemampuan gerak dasar					
12	Kemampuan gerak dasar					
13	Kemampuan gerak dasar					
14	Kemampuan gerak dasar					
15	Kemampuan gerak dasar					
16	Kemampuan gerak dasar					
17	Kemampuan gerak dasar					
18	Kemampuan gerak dasar					
19	Kemampuan gerak dasar					
20	Kemampuan gerak dasar					

No	Bahan	Kelas				
		1	2	3	4	5
1	Kemampuan gerak dasar					
2	Kemampuan gerak dasar					
3	Kemampuan gerak dasar					
4	Kemampuan gerak dasar					
5	Kemampuan gerak dasar					
6	Kemampuan gerak dasar					
7	Kemampuan gerak dasar					
8	Kemampuan gerak dasar					
9	Kemampuan gerak dasar					
10	Kemampuan gerak dasar					
11	Kemampuan gerak dasar					
12	Kemampuan gerak dasar					

No	Bahan	Kelas				
		1	2	3	4	5
1	Kemampuan gerak dasar					
2	Kemampuan gerak dasar					
3	Kemampuan gerak dasar					
4	Kemampuan gerak dasar					
5	Kemampuan gerak dasar					
6	Kemampuan gerak dasar					
7	Kemampuan gerak dasar					
8	Kemampuan gerak dasar					
9	Kemampuan gerak dasar					
10	Kemampuan gerak dasar					
11	Kemampuan gerak dasar					
12	Kemampuan gerak dasar					

No	Bahan	Kelas				
		1	2	3	4	5
1	Kemampuan gerak dasar					
2	Kemampuan gerak dasar					
3	Kemampuan gerak dasar					
4	Kemampuan gerak dasar					
5	Kemampuan gerak dasar					
6	Kemampuan gerak dasar					
7	Kemampuan gerak dasar					
8	Kemampuan gerak dasar					
9	Kemampuan gerak dasar					
10	Kemampuan gerak dasar					
11	Kemampuan gerak dasar					
12	Kemampuan gerak dasar					

No	Bahan	Kelas				
		1	2	3	4	5
1	Kemampuan gerak dasar					
2	Kemampuan gerak dasar					
3	Kemampuan gerak dasar					
4	Kemampuan gerak dasar					
5	Kemampuan gerak dasar					
6	Kemampuan gerak dasar					
7	Kemampuan gerak dasar					
8	Kemampuan gerak dasar					
9	Kemampuan gerak dasar					
10	Kemampuan gerak dasar					
11	Kemampuan gerak dasar					
12	Kemampuan gerak dasar					

No	Bahan	Kelas				
		1	2	3	4	5
1	Kemampuan gerak dasar					
2	Kemampuan gerak dasar					
3	Kemampuan gerak dasar					
4	Kemampuan gerak dasar					
5	Kemampuan gerak dasar					
6	Kemampuan gerak dasar					
7	Kemampuan gerak dasar					
8	Kemampuan gerak dasar					
9	Kemampuan gerak dasar					
10	Kemampuan gerak dasar					
11	Kemampuan gerak dasar					
12	Kemampuan gerak dasar					

No	Bahan	Kelas				
		1	2	3	4	5
1	Kemampuan gerak dasar					
2	Kemampuan gerak dasar					
3	Kemampuan gerak dasar					
4	Kemampuan gerak dasar					
5	Kemampuan gerak dasar					
6	Kemampuan gerak dasar					
7	Kemampuan gerak dasar					
8	Kemampuan gerak dasar					
9	Kemampuan gerak dasar					
10	Kemampuan gerak dasar					
11	Kemampuan gerak dasar					
12	Kemampuan gerak dasar					

No	Bahan	Kelas				
		1	2	3	4	5
1	Kemampuan gerak dasar					
2	Kemampuan gerak dasar					
3	Kemampuan gerak dasar					
4	Kemampuan gerak dasar					
5	Kemampuan gerak dasar					
6	Kemampuan gerak dasar					
7	Kemampuan gerak dasar					
8	Kemampuan gerak dasar					
9	Kemampuan gerak dasar					
10	Kemampuan gerak dasar					
11	Kemampuan gerak dasar					
12	Kemampuan gerak dasar					

No	Bahan	Kelas				
		1	2	3	4	5
1	Kemampuan gerak dasar					
2	Kemampuan gerak dasar					
3	Kemampuan gerak dasar					
4	Kemampuan gerak dasar					
5	Kemampuan gerak dasar					
6	Kemampuan gerak dasar					
7	Kemampuan gerak dasar					
8	Kemampuan gerak dasar					
9	Kemampuan gerak dasar					
10	Kemampuan gerak dasar					
11	Kemampuan gerak dasar					
12	Kemampuan gerak dasar					

No	Bahan	Kelas				
		1	2	3	4	5
1	Kemampuan gerak dasar					
2	Kemampuan gerak dasar					
3	Kemampuan gerak dasar					
4	Kemampuan gerak dasar					
5	Kemampuan gerak dasar					
6	Kemampuan gerak dasar					
7	Kemampuan gerak dasar					
8	Kemampuan gerak dasar					
9	Kemampuan gerak dasar					
10	Kemampuan gerak dasar					
11	Kemampuan gerak dasar					
12	Kemampuan gerak dasar					

No	Bahan	Kelas				
		1	2	3	4	5
1	Kemampuan gerak dasar					
2	Kemampuan gerak dasar					
3	Kemampuan gerak dasar					
4	Kemampuan gerak dasar					
5	Kemampuan gerak dasar					
6	Kemampuan gerak dasar					
7	Kemampuan gerak dasar					
8	Kemampuan gerak dasar					
9	Kemampuan gerak dasar					
10	Kemampuan gerak dasar					
11	Kemampuan gerak dasar					
12	Kemampuan gerak dasar					