

## BAB II

### ACUAN TEORETIK

#### A. Acuan Teori Area dan Fokus yang Diteliti

##### 1. Pengertian Motivasi Belajar

###### a. Pengertian Motivasi

Motivasi berasal dari bahasa Latin “*movere*”, yang berarti menggerakkan<sup>1</sup>. Motivasi merupakan suatu dorongan yang dilakukan seseorang untuk membangkitkan semangat orang lain atau menggerakkan seseorang agar bisa menjadi lebih baik dari sebelumnya.

Motivasi dipandang sebagai suatu proses.<sup>2</sup> Proses ini akan memberikan pengetahuan kepada kita sehingga dapat membantu dalam menjelaskan kelakuan seseorang yang kita amati. Kita menentukan karakter dari proses ini dengan melihat petunjuk-petunjuk dari tingkah lakunya. Dengan memperhatikan petunjuk-petunjuk dari tingkah laku orang tersebut, kita dapat memperkirakan motivasi apa yang tepat untuk merubah kelakuan seseorang tersebut. Proses pemberian motivasi biasanya diberikan oleh yang lebih ahli kepada yang baru belajar.

Menurut Hull dalam Dimiyati dan Mudjiono, dorongan atau motivasi berkembang untuk memenuhi kebutuhan organisme.<sup>3</sup> Kebutuhan suatu

---

<sup>1</sup> Eveline Siregar dan Hartini Nara, *Teori Belajar dan Pembelajaran* (Bogor : Ghalia Indonesia, 2010), h.49.

<sup>2</sup> Oemar Hamalik, *Proses Belajar Mengajar* (Jakarta : PT Bumi Aksara,2014), h.158.

<sup>3</sup> Dimiyati dan Mudjiono, *Belajar dan Pembelajaran* (Jakarta : Rineka Cipta, 2013), h. 82

organisme menyebabkan munculnya suatu dorongan, dorongan tersebut mengaktifkan tingkah laku dan mengembalikan keseimbangan fisiologis organisme.

Mc Donald dalam Oemar Hamalik mengatakan bahwa *Motivation is an energy change within the person characterized by affective arousal and anticipatory goal reaction* (Motivasi adalah suatu perubahan energi yang ada dalam diri seseorang yang ditandai dengan timbulnya perasaan dan reaksi untuk mencapai suatu tujuan)<sup>4</sup>. Seseorang yang memberikan motivasi akan memberikan arahan tentang sebuah tujuan kepada seseorang yang diberikan motivasi agar seseorang tersebut dapat sadar dan berkeinginan kuat untuk bisa mencapai tujuan tersebut. Energi yang didapatkan setelah pemberian motivasi merupakan energi positif. Contohnya seperti seorang kakak yang meminta adiknya untuk rajin belajar dan berjanji akan memberikan hadiah apabila adiknya bisa mendapatkan peringkat 10 besar. Jika hadiah yang dijanjikan oleh kakak merupakan motivasi untuk adik, maka energi positif akan muncul ketika adik tergerak untuk rajin belajar.

Wlodkowski dalam Evelyne Siregar dan Hartini Nara menjelaskan bahwa motivasi merupakan suatu kondisi yang menimbulkan perilaku tertentu pada diri seseorang, dan hal tersebutlah yang memberikan arahan serta ketahanan

---

<sup>4</sup> Oemar Hamalik, *Kurikulum dan Pembelajaran* (Jakarta : PT Bumi Aksara, 2011) h.106.

(*persistence*) pada tingkah laku tersebut<sup>5</sup>. Kondisi tersebut akan memengaruhi tingkah laku seseorang, bisa berdampak dalam jangka waktu yang lama ataupun sebentar. Semua itu tergantung pribadi dari seseorang itu sendiri, karena kepribadian setiap orang berbeda-beda.

Menurut Ames dan Ames dalam Evelyne Siregar dan Hartini Nara menjelaskan motivasi berasal dari pandangan kognitif, menurut pandangan ini, motivasi didefinisikan sebagai perspektif yang dimiliki seseorang mengenai dirinya sendiri dan lingkungannya.<sup>6</sup> Seseorang memotivasi dirinya sendiri dan berpikir positif sehingga menciptakan keinginan yang kuat untuk mencapai tujuannya. Contohnya, seorang mahasiswa yang percaya bahwa ia memiliki kemampuan menyelesaikan skripsi dengan cepat agar dapat segera lulus akan termotivasi untuk menyelesaikan skripsi tersebut.

Motivasi memiliki dua komponen, yaitu komponen dalam (*inner component*) dan komponen luar (*outer component*).<sup>7</sup> Komponen dalam adalah perubahan pada diri seseorang, suatu keadaan dimana orang tersebut memiliki perasaan tidak puas dan mengalami ketegangan psikologis. Komponen luar adalah keinginan dan tujuan yang mengarahkan perbuatan seseorang. Komponen dalam adalah berbagai kebutuhan yang ingin dipuaskan, sedangkan komponen luar adalah tujuan yang hendak dicapai seseorang. Rasa tidak puas yang berada dalam diri seseorang akan

---

<sup>5</sup> Evelyne Siregar dan Hartini Nara, *loc.cit.*

<sup>6</sup> *Ibid.*, h. 50.

<sup>7</sup> Oemar Hamalik, *op. cit.*, h. 107.

membuat dirinya selalu berusaha untuk mencoba dan mencoba terus agar rasa puasnya terpenuhi. Komponen-komponen yang ada akan mengarahkan seseorang agar dapat mencapai tujuannya.

Jenis-jenis motivasi dibagi menjadi dua, yaitu motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik.<sup>8</sup> Motivasi intrinsik disebut juga motivasi murni karena motivasi ini timbul dari dalam diri seseorang tanpa pengaruh dari luar. Motivasi intrinsik timbul pada diri seseorang ketika seseorang ingin mencapai suatu tujuan tanpa mengharapkan hadiah ataupun pujian, motivasi ini ada ketika seseorang menyukai suatu bidang dan ingin unggul pada bidang tersebut. Contohnya adalah ketika ada siswa yang sangat suka menari, ketika ada lomba menari antar sekolah dia sangat giat berlatih karena ingin menampilkan yang terbaik tanpa mengharapkan hadiah ataupun pujian. Ada kepuasan tersendiri bagi dirinya ketika keinginannya tercapai. Motivasi ekstrinsik merupakan motivasi yang dipengaruhi dari berbagai faktor dari luar. Contohnya adalah ketika guru akan memberikan hadiah untuk siswa yang dapat menjawab pertanyaan dari guru, hal itu membuat siswa berlomba-lomba untuk menjawab pertanyaan guru dengan cepat dan tepat.

Ada beberapa fungsi motivasi, yaitu :

(1) Mendorong timbulnya kelakuan atau suatu perbuatan. Tanpa motivasi maka tidak akan timbul sesuatu perbuatan seperti belajar. (2) Motivasi berfungsi sebagai pengarah, artinya mengarahkan perbuatan ke pencapaian tujuan yang diinginkan. (3) Motivasi berfungsi sebagai

---

<sup>8</sup> Oemar Hamalik, *op.cit*, h. 162.

penggerak. Besar kecilnya motivasi akan menentukan cepat atau lambatnya suatu pekerjaan.<sup>9</sup>

Ali Imron dalam Eveline Siregar dan Hartini Nara mengemukakan enam faktor yang mempengaruhi motivasi dalam proses pembelajaran. Faktor-faktor tersebut yaitu : (a) Cita-cita/aspirasi pembelajar (b) Kemampuan pembelajar (c) Kondisi pembelajar (d) Kondisi lingkungan pembelajar (e) Unsur-unsur dinamis belajar/pembelajaran (f) Upaya guru dalam membelajarkan pembelajaran.<sup>10</sup>

Dari berbagai penjelasan motivasi di atas, penulis menyimpulkan bahwa motivasi adalah suatu dorongan yang diberikan dalam suatu proses oleh seseorang/diri sendiri yang berfungsi untuk menggerakkan. Apabila seseorang telah tergerak karena motivasi yang diberikan, maka terjadilah perubahan energi yang ada dalam diri orang tersebut dari negatif menjadi positif, sehingga tergerak untuk mencapai tujuannya. Melalui motivasi, seseorang dapat terarah dalam mencapai tujuannya dan bisa lebih mengenal dirinya sendiri maupun lingkungannya.

## **b. Pengertian Belajar**

Belajar adalah kegiatan yang berproses dan merupakan unsur yang sangat fundamental dalam penyelenggaraan setiap jenis dan jenjang

---

<sup>9</sup> *Ibid.*, h. 161.

<sup>10</sup> Eveline Siregar dan Hartini Nara, *op.cit*, h.53.

pendidikan.<sup>11</sup> Proses tersebut dilakukan seseorang mulai dari ia lahir sampai meninggal (seumur hidup). Salah satu hal yang menandakan seseorang telah belajar sesuatu adalah ketika adanya perubahan tingkah laku dari yang awalnya tidak tahu menjadi tahu.

Belajar adalah perubahan tingkah laku yang terjadi secara relatif permanen dan secara potensial terjadi sebagai hasil dari praktik atau penguatan (*reinforced practice*) yang dilandasi tujuan untuk mencapai sebuah tujuan tertentu<sup>12</sup>. Perubahan tingkah laku tersebut dikatakan relatif permanen apabila kita telah belajar sesuatu maka hal itu akan melekat dalam ingatan kita dan beberapa hal yang kita pelajari dapat kita implementasikan dalam kehidupan sehari-hari.

Perubahan tingkah laku tersebut menyangkut perubahan yang bersifat pengetahuan (kognitif), keterampilan (psikomotor), maupun yang menyangkut nilai dan sikap (afektif).<sup>13</sup> Seorang individu melakukan interaksi dengan individu lain dan menghasilkan suatu perubahan yang bersifat relatif konstan. Dengan adanya interaksi, setiap orang belajar suatu hal mulai dari hal kecil sampai yang rumit sekalipun.

W.H. Burton dalam Evelyne Siregar dan Hartini Nara mengemukakan bahwa belajar adalah proses perubahan tingkah laku pada diri individu karena adanya interaksi antara individu dengan individu dan individu dengan

---

<sup>11</sup> Bisri Mustofa, *Psikologi Pendidikan* (Yogyakarta : Parama Ilmu, 2015), h.127.

<sup>12</sup> Hamzah B. Uno, *Teori Motivasi & Pengukurannya* (Jakarta : PT Bumi Aksara, 2010), h.23.

<sup>13</sup> Eveline Siregar dan Hartini Nara, *op. cit*, h.3.

lingkungannya<sup>14</sup>. Dengan adanya interaksi, seseorang dapat belajar dan memahami lingkungannya. Hal tersebut memberikan sebuah pembelajaran berharga bagi seseorang.

Skinner dalam Dimiyati dan Mudjiono berpandangan bahwa belajar adalah suatu perilaku dan sangat berpengaruh terhadap respons seseorang<sup>15</sup>. Ketika seseorang belajar, maka responsnya akan menjadi lebih baik, sedangkan apabila ia tidak belajar maka responsnya menurun.

Piaget dalam Dimiyati dan Mudjiono berpendapat bahwa pengetahuan dibentuk oleh individu itu sendiri<sup>16</sup>. Ketika individu melakukan interaksi secara terus-menerus dengan lingkungannya, lingkungan tersebut pasti akan mengalami perubahan. Hal itu mengakibatkan semakin berkembangnya fungsi intelek seseorang.

Belajar adalah sebuah proses yang kompleks yang di dalamnya terkandung beberapa aspek. Aspek-aspek tersebut adalah sebagai berikut :

(a) Bertambahnya jumlah pengetahuan ; (b) Adanya kemampuan mengingat dan memproduksi ; (c) Ada penerapan pengetahuan ; (d) Menyimpulkan makna ; (e) Menafsirkan dan mengaitkannya dengan realitas, dan (f) Adanya perubahan sebagai pribadi.<sup>17</sup>

Dari penjelasan tentang belajar yang telah dikemukakan di atas, maka penulis menyimpulkan bahwa belajar merupakan suatu kegiatan berproses di dalam pendidikan yang dapat mengakibatkan perubahan tingkah laku

---

<sup>14</sup> *Ibid.*, h.4.

<sup>15</sup> Dimiyati dan Mudjiono, *op.cit*, h. 9.

<sup>16</sup> *Ibid.*, h.13.

<sup>17</sup> Eveline Siregar dan Hartini Nara, *loc.cit*.

seseorang dari segi kognitif, afektif, maupun psikomotor. Belajar dapat mempengaruhi respons seseorang ketika dia berinteraksi dengan individu lain maupun dengan lingkungannya. Ada beberapa aspek dalam belajar, yaitu bertambahnya jumlah pengetahuan, adanya kemampuan mengingat dan memproduksi, ada penerapan pengetahuan, menyimpulkan makna, menafsirkan dan mengaitkannya dengan realitas, dan adanya perubahan sebagai pribadi.

### **c. Pengertian Motivasi Belajar**

Motivasi Belajar adalah dorongan internal dan eksternal pada diri seseorang yang sedang belajar agar terciptanya perubahan tingkah laku<sup>18</sup>. Ketika seseorang diberikan motivasi saat belajar, dia akan menjadi lebih semangat dan lebih giat dalam mencapai tujuannya, hal itu dapat mempengaruhi tingkat keberhasilan seseorang tersebut.

Menurut Endang Sri Astuti dalam skripsi Vreedy Frans Dinar, motivasi belajar adalah sesuatu yang mendorong, menggerakkan, dan mengarahkan siswa dalam belajar<sup>19</sup>. Pemberian motivasi yang kuat saat proses pembelajaran akan menggerakkan seseorang agar mau belajar. Motivasi belajar memberikan arahan kepada seseorang dalam belajar, hal tersebut dapat mengakibatkan perubahan energi dalam mencapai tujuan

---

<sup>18</sup> Hamzah B. Uno, *loc.cit.*

<sup>19</sup> Vreedy Frans Dinar, "Hubungan Antara Motivasi Belajar Intrinsik dan Ekstrinsik Siswa dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas X Kompetensi Keahlian Teknik Audio Video SMK Ma'arif", skripsi (Yogyakarta : FT UNY, 2012), h. 10  
<http://eprints.uny.ac.id/8469/3/bab%20%20-08502244024.pdf> (diunduh pada 22 Februari 2017, 22 : 25)

pembelajaran. Semakin kuat motivasi yang diberikan oleh pengajar kepada pembelajar, maka semakin banyak energi positif yang didapatkan. Ketika seseorang telah melakukan proses pembelajaran dengan baik, dia akan mengalami perubahan tingkah laku di bidang kognitif, afektif, maupun psikomotor.

W.S Winkel berpendapat bahwa motivasi belajar adalah keseluruhan daya penggerak di dalam diri siswa untuk menimbulkan kegiatan belajar dan memberikan arahan pada kegiatan belajar itu, maka tujuan yang dikehendaki siswa dapat tercapai<sup>20</sup>. Tujuan belajar akan tercapai ketika di dalam diri siswa ditanamkan motivasi yang bisa menggerakkan mereka untuk belajar.

Sardiman mengatakan bahwa motivasi belajar adalah keseluruhan daya penggerak di dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar, yang menjamin kelangsungan dari kegiatan belajar dan memberi arahan pada saat kegiatan belajar berlangsung, sehingga tujuan yang dikehendaki oleh subjek belajar itu dapat tercapai<sup>21</sup>.

Ada dua peran penting motivasi dalam belajar, yang pertama motivasi merupakan daya penggerak psikis dalam diri siswa yang menyebabkan kegiatan belajar, menjamin kelangsungan belajar berjalan dengan baik agar tujuan yang di cita-citakan dapat tercapai, dan yang kedua motivasi memiliki peran yang sangat penting dalam memberikan semangat dan perasaan

---

<sup>20</sup> Anon, <http://www.definisi-pengertian.com/2016/01/definisi-pengertian-motivasi-belajar.html> (diunduh pada tanggal 22 Februari 2017, 22 : 45), h.1

<sup>21</sup> *Ibid.*, h.1

senang ketika belajar.<sup>22</sup> Motivasi berperan penting terutama dalam bidang pendidikan. Dorongan dari motivasi dalam proses pembelajaran membuat seseorang tergerak dan merasa senang saat belajar.

Dari penjelasan tentang motivasi belajar yang telah dikemukakan di atas, maka penulis menyimpulkan bahwa motivasi belajar adalah sebuah dorongan dari dalam diri seseorang (intrinsik) dan dari luar/ pengaruh orang lain (ekstrinsik) yang terjadi pada seseorang yang sedang belajar. Motivasi belajar terjadi pada saat proses pembelajaran berlangsung dan bersifat menggerakkan serta mengarahkan seseorang agar lebih semangat dalam melakukan pembelajaran untuk dapat mencapai tujuannya. Hal tersebut menyebabkan suatu perubahan tingkah laku yang lebih baik dari sebelumnya.

## **B. Acuan Teori Rancangan-rancangan Alternatif atau Desain-desain Alternatif Intervensi Tindakan yang Dipilih**

### **1. Pengertian Permainan Bola Besar**

#### **a. Pengertian Permainan**

Bigo, Kohnstam, dan Palland dalam Sukintaka mengatakan bahwa :  
(a) permainan akan mendasari kerjasama, taat kepada peraturan permainan, serta pembinaan watak jujur dalam bermain. (b) dalam permainan anak akan mengetahui kekuatannya, menguasai alat bermain, dan mengetahui sifat alat.<sup>23</sup>

Melalui permainan, siswa terlatih untuk bekerja sama dengan teman satu tim-nya dan siswa harus mematuhi setiap aturan permainan yang telah

---

<sup>22</sup> Eveline Siregar dan Hartini Nara, *op. cit.*, h. 51.

<sup>23</sup> Sukintaka, *Teori Bermain* (Bandung : FPOK UPI, 2015), h. 6

ditetapkan. Apabila siswa melanggar peraturan akan dikenakan hukuman. Permainan juga melatih kejujuran dan sportivitas anak. Anak akan memahami alat permainan dan menguasainya seiring berjalannya waktu.

Kimpraswil (dalam As'adi Muhammad, 2009: 26) mengatakan bahwa permainan merupakan suatu usaha olah diri (olah pikiran dan olah fisik) yang sangat bermanfaat bagi peningkatan dan pengembangan motivasi, kinerja, dan prestasi seseorang dalam melaksanakan tugasnya.<sup>24</sup> Melalui permainan, seseorang dapat lebih bersemangat melakukan tugasnya karena motivasinya bertambah dan kegiatannya menjadi jauh lebih menyenangkan.

Joan Freeman dan Utami Munandar (dalam Andang Ismail, 2009: 27) mendefinisikan permainan sebagai suatu aktivitas yang membantu anak dalam mencapai perkembangan yang utuh, baik fisik, intelektual, sosial, moral, dan emosional.<sup>25</sup> Melalui permainan, anak akan berkembang menjadi lebih baik dari sebelumnya. Permainan baik untuk perkembangan fisik anak karena dengan bermain anak akan bergerak dan melakukan aktivitas lainnya yang membuat fisiknya semakin baik, intelektualnya akan berkembang karena permainan membutuhkan strategi yang baik agar bisa dimenangkan, hal tersebut membuat anak berpikir, permainan membuat anak bersosialisasi dengan orang lain terutama teman dalam tim-nya, moral anak akan semakin baik dan emosi anak akan terlatih.

---

<sup>24</sup> Anon, <https://www.scribd.com/doc/172744204/Pengertian-Permainan-Menurut-Beberapa-Ahli>, (diunduh pada tanggal 12 April 2017, 00 : 10), h. 1

<sup>25</sup> *Ibid.*, h. 1

Bucher dalam Sukintaka berpendapat bahwa permainan merupakan salah satu komponen pokok pada tiap program pendidikan jasmani, oleh sebab itu guru pendidikan jasmani harus mengenal lebih dalam mengenai permainan<sup>26</sup>. Dalam pendidikan jasmani terdapat berbagai materi. Materi tersebut dapat di pelajari dengan menggunakan sebuah permainan yang menyenangkan. Guru harus dapat mengenal berbagai permainan dan bisa juga memodifikasinya supaya terlihat menarik bagi siswa. Hal itu dilakukan supaya anak tidak mudah bosan saat melaksanakan proses pembelajaran.

Cowell dan Hozeltn dalam Sukintaka mengatakan bahwa untuk membawa anak kepada cita-cita pendidikan, maka diperlukan sebuah usaha peningkatan keadaan jasmani, sosial, mental, dan moral anak yang optimal, hal itu dibantu dengan permainan.<sup>27</sup> Melalui permainan, potensi anak dapat berkembang, keadaan jasmani anak juga menjadi lebih baik karena pada saat melakukan permainan anak menjadi aktif dalam bergerak.

Drijarkara dalam Sukintaka mengutarakan bahwa dorongan untuk bermain pasti ada pada setiap manusia, namun pada anak-anak dorongan tersebut jauh lebih besar.<sup>28</sup> Anak-anak sangat menyukai permainan karena dengan memainkan sebuah permainan mereka dapat merasa senang, bersosialisasi dengan teman-temannya dan tidak merasa jenuh. Permainan cocok di gunakan dalam dunia pendidikan, khususnya pada proses

---

<sup>26</sup> Sukintaka, *loc. cit.*

<sup>27</sup> *Ibid.*, h. 6.

<sup>28</sup> *Ibid.*, h. 6.

pembelajaran. Permainan dapat mencairkan suasana yang tegang menjadi rileks, sehingga siswa dapat lebih mudah dalam menerima pembelajaran yang disampaikan.

Permainan memiliki berbagai manfaat bagi anak, seperti mengembangkan aspek fisik, aspek motorik kasar dan motorik halus, aspek sosial, aspek emosi/kepribadian, aspek kognitif, dan juga keterampilan.<sup>29</sup> Begitu banyak dampak positif yang akan didapatkan oleh anak ketika memainkan suatu permainan. Untuk itu, guru berperan penting dalam membimbing anak supaya tidak salah dalam melangkah. Permainan akan membuat anak senang berinteraksi dengan teman-temannya.

Dari berbagai penjelasan permainan yang telah disebutkan di atas, penulis menyimpulkan bahwa permainan merupakan suatu aktivitas yang dilakukan anak untuk mendapatkan kesenangan, menciptakan kerja sama, sportivitas, mematuhi aturan, serta membuat siswa mengenal dan menguasai alat permainan.

#### **b. Pengertian Bola Besar**

*Ball is a spherical or almost spherical body, any of various rounded movable objects used in sports and games* (bola merupakan suatu benda yang keseluruhan tubuhnya berbentuk bulat, dapat digerakkan dan biasanya

---

<sup>29</sup> M. Syarif Sumantri, *Berolahraga Sambil Bermain di Kelas Awal Sekolah Dasar* (Jakarta : CV. Alungadan, 2016), h. 8.

digunakan dalam olahraga dan permainan).<sup>30</sup> Bola merupakan sebuah benda bulat yang memiliki berbagai ukuran, ada yang besar dan ada yang kecil. Bola dapat digerakkan dan dipakai untuk berbagai permainan ataupun olahraga. Bola bisa dilempar, ditangkap, ditendang, dipantulkan, dipukul tergantung dari bahan pembuat bola tersebut.

Bola disebut dengan suatu benda bulat yang memiliki satu sisi yang dalam ilmu geometri bola dikategorikan sebagai bangun ruang tiga dimensi yang memiliki jari-jari sama panjang dengan satu titik pusat yang sama.<sup>31</sup> Dalam ilmu geometri bola dikategorikan sebagai bangun ruang dan memiliki satu sisi.

Bola terdiri dari dua jenis yaitu bola besar dan bola kecil. Bola kecil adalah sebuah benda yang berbentuk bulat dan berukuran kecil dan dipakai sebagai alat olahraga atau permainan. Jenis bola kecil yaitu bola kasti, bola tenis, bola pingpong dan bola badminton.

Bola besar adalah sebuah benda yang berbentuk bulat dan berukuran besar yang dipakai sebagai alat olahraga atau permainan.<sup>32</sup> Ada berbagai jenis bola besar, yaitu bola basket, bola voli, dan bola sepak.

Dari berbagai penjelasan yang telah disebutkan di atas, penulis menyimpulkan bahwa bola terdiri dari dua jenis yaitu bola kecil dan bola

---

<sup>30</sup> Houghton Mifflin Company, *The Grolier International Dictionary* (Amerika : Manufactured in the United States of Amerika, 1984)

<sup>31</sup> Mandala Raditya, *Pemanfaatan Media Bola Besar dalam Meningkatkan Hasil Belajar Renang Gaya Bebas pada Siswa Kelas V SDN Keagungan 05 Pagi Jakarta Barat*, skripsi (Jakarta : FIK UNJ, 2012), h. 31

<sup>32</sup> Anon, <https://id.wikipedia.org/wiki/Bola> (di unduh pada 6 Maret 2017, 10 : 00)

besar. Bola besar merupakan sebuah benda yang berbentuk bulat yang memiliki satu sisi dan berukuran besar. Bola besar dapat digerakkan dengan berbagai cara seperti dilempar, ditangkap, ditendang, dipantulkan, dipukul tergantung dari bahan pembuat bola tersebut.

### **c. Permainan Bola Besar**

Permainan menggunakan bola besar adalah suatu aktivitas fisik yang dirancang secara sistematis yang menggunakan media sebuah bola berukuran besar yang bertujuan untuk memberikan kesenangan, menciptakan kerja sama, sportivitas, mematuhi aturan, serta membuat siswa mengenal dan menguasai alat permainan.

Banyak permainan bola besar yang dapat dimainkan, seperti basket, voli, ataupun sepak bola. Dalam penelitian ini, peneliti memilih bola basket untuk dimainkan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani di kelas VB SDN Ciracas 10 Jakarta Timur.

Basket adalah olahraga bola berkelompok yang terdiri atas dua tim. Masing-masing tim beranggotakan lima orang dan saling bertanding mencetak poin dengan cara memasukan bola ke dalam keranjang lawan.<sup>33</sup> Semakin banyak suatu tim memasukkan bola ke keranjang lawannya, maka kesempatan untuk memenangkan permainan akan lebih besar.

---

<sup>33</sup> Ani Indra, *Mengenal Sepak Bola, Bola Voli, dan Bola Basket* (Bandung : Ad-Print Mitra Pustaka, 2010), h. 48.

Bola yang digunakan dalam permainan basket terbuat dari bahan yang sintetis dengan berat 576-650 gram untuk putra dan 510-576 gram untuk putri.<sup>34</sup> Bola untuk putra dengan putri di bedakan beratnya. Hal itu dilakukan agar pemain putri dapat lebih mudah memainkannya.

Pada penelitian ini, peneliti melakukan sebuah tindakan dalam pelaksanaan proses pembelajaran yaitu memodifikasi permainan bola basket. Peneliti memodifikasi cara bermain dalam permainan yang menggunakan bola basket dan membuat aturan yang berbeda dengan permainan bola basket yang biasa dimainkan.

Contoh permainan menggunakan bola besar yang sudah di modifikasi adalah lempar sasaran, bola punggung estafet, galaxin dengan bola, kucing dan tikus.

Lempar sasaran adalah permainan yang dimainkan oleh 2 tim yang saling berlawanan, dua tim tersebut saling berhadapan dan membentuk formasi sebaik-baiknya dengan cara berpencar. Mereka bermain dengan cara saling mengenai lawannya dengan bola yang di lemparkan. Lawan boleh berpindah posisi untuk menghindari bola. Apabila bola mengenai lawan maka mendapatkan point 1.

Bola punggung estafet merupakan permainan yang dilakukan dengan cara membawa bola diantara punggung dan berjalan sambil menari sampai

---

<sup>34</sup> Sutrisno dan Yuni Marlani, *Pemain Basket Berprestasi* (Jakarta : PT Musi Perkasa Utama, 2009), h. 3.

batas yang telah ditentukan, bola tidak boleh sampai terjatuh dan tidak boleh disentuh dengan tangan ketika sedang berjalan.

Galaxin dengan bola merupakan permainan daerah yang di modifikasi. Struktur permainan sama seperti permainan galaxin biasa namun ditambah dengan alat yaitu bola besar. Bola dibawa oleh pemain, kemudian didribble. Bola boleh dioper ke teman satu tim-nya dengan cara dilemparkan. Bola harus dibawa sampai ke tujuan akhir dan tidak boleh sampai direbut oleh lawan .

Kucing dan tikus dalam penelitian ini dimodifikasi cara bermainnya yaitu dengan menggunakan alat sebuah bola besar. Pemain yang menjadi tikus membentuk lingkaran dan melemparkan bola ke arah tikus lainnya. Pemain yang menjadi kucing berada di dalam lingkaran dan harus berusaha mendapatkan bola kemudian mengenai salah satu tikus untuk menggantikan posisinya.

## **2. Pengertian Pendidikan Jasmani**

Pendidikan Jasmani adalah suatu proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik dan kesehatan untuk menghasilkan sebuah perubahan dalam diri individu tersebut baik secara fisik, mental, hingga emosional.<sup>35</sup>

Pendidikan Jasmani memberikan kita kesehatan jasmani dan juga rohani. Manusia melakukan aktivitas yang ringan hingga berat setiap harinya.

---

<sup>35</sup> Husdarta, *Manajemen Pendidikan Jasmani* (Bandung : Alfabeta, 2011), h. 3.

Apabila kita tidak pernah melakukan olahraga sama sekali, tubuh kita akan mudah lelah dan mudah terserang penyakit. Olahraga memiliki peran penting bagi tubuh kita, salah satunya adalah menjaga kondisi tubuh agar tetap sehat.

Pendidikan Jasmani merupakan salah satu mata pelajaran yang ada di suatu lembaga pendidikan seperti SD, SMP, dan juga SMA. Meskipun Pendidikan Jasmani hanya dilakukan sebentar dan waktunya satu kali dalam seminggu, tetapi hal itu sangatlah penting dan juga bermanfaat bagi diri kita. Pendidikan jasmani membuat kita bergerak dan biasanya dilakukan di luar ruangan. Banyak kegiatan menyenangkan yang kita lakukan saat proses pembelajaran Pendidikan Jasmani, salah satunya adalah memainkan sebuah permainan.

Pendidikan Jasmani jika rutin dilakukan akan menghasilkan dampak yang positif bagi diri kita. Akan terjadi perubahan fisik menjadi terlihat lebih bugar, perubahan mental agar semakin kuat, dan juga perubahan emosional yang melatih kita untuk bersabar ketika kita mencoba berbagai cabang olahraga yang baru pertama kali kita mainkan dan membutuhkan penyesuaian untuk memainkannya.

Bucher dalam Sukintaka berpendapat bahwa Pendidikan Jasmani merupakan bagian dari proses pendidikan umum yang memiliki tujuan mengembangkan jasmani, mental, emosi, dan sosial anak menjadi jauh lebih

baik dari sebelumnya dengan aktivitas jasmani sebagai wahananya<sup>36</sup>. Dalam pendidikan, Pendidikan Jasmani merupakan salah satu pembelajaran yang wajib ada di sekolah. Tujuannya adalah untuk merubah pribadi setiap orang menjadi lebih baik dari sebelumnya dan juga mengembangkan potensi-potensi yang ada dalam diri individu tersebut. Banyak pelajaran positif yang dapat di ambil dari kegiatan pendidikan jasmani, karena ada beberapa hal yang membedakan pendidikan jasmani dengan mata pelajaran yang lain. Salah satunya dengan aktivitas gerak yang dilakukan saat pembelajaran Pendidikan Jasmani.

Gabbard, Lenblanc, dan Lowy dalam Sukintaka mengatakan bahwa pertumbuhan, perkembangan, dan belajar lewat aktivitas jasmani akan mempengaruhi tiga ranah yaitu kognitif, afektif, dan psikomotor<sup>37</sup>. Tiga ranah yang telah disebutkan sangat penting bagi setiap individu. Ranah kognitif atau biasa disebut dengan kemampuan berpikir (bertanya, kreatif, dan menghubungkan) akan berkembang ketika mengatur strategi saat melakukan permainan dalam Pendidikan Jasmani. Ranah psikomotor atau gerak dapat terlatih menjadi lincah dan tangkas, kondisi tubuh pun akan menjadi bugar apabila sering digerakkan anggota tubuhnya. Tubuh akan berkeringat dan peredaran darah menjadi lancar. Hal itu sangatlah baik untuk kesehatan. Ranah afektif atau sikap akan terlihat ketika kita memainkan permainan,

---

<sup>36</sup> Sukintaka, *Teori Bermain* (Bandung : FPOK UPI, 2015), h.10.

<sup>37</sup> *Ibid.*, h.10.

seperti kerja sama, kejujuran, tanggung jawab, dan sikap lainnya. Pendidikan Jasmani memberikan kesenangan tersendiri bagi setiap orang yang melakukannya.

Cholik Mutohir dalam Ega Trisna Rahayu mengatakan bahwa Pendidikan Jasmani merupakan suatu proses sistematis yang berupa berbagai kegiatan yang dapat mendorong, mengembangkan, dan membina potensi-potensi jasmaniah dan rohaniah seseorang dalam bentuk permainan<sup>38</sup>. Dorongan yang diberikan saat proses pembelajaran Pendidikan Jasmani akan menggerakkan setiap individu agar melakukan aktivitas yang membina potensi-potensi yang ada dalam dirinya seperti jasmani dan rohaninya. Apabila sudah terdorong dengan kuat, hal itu dapat mengembangkan potensi-potensi dalam diri individu tersebut. Proses yang dilakukan tidak hanya satu atau dua kali melainkan harus rutin supaya dampaknya bisa terlihat jelas.

Nixon and Cozens dalam Ega Trisna Rahayu mengatakan bahwa Pendidikan Jasmani di definisikan sebagai fase dari seluruh proses pendidikan yang berhubungan dengan aktivitas dan respons otot dan berkaitan dengan perubahan yang terjadi dengan individu dari respons tersebut.<sup>39</sup> Pendidikan Jasmani mempengaruhi respons seseorang, aktivitas yang dilakukan saat pembelajaran pendidikan jasmani berhubungan dengan respons otot tubuhnya.

---

<sup>38</sup> Ega Trisna Rahayu, *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani* (Bandung : Alfabeta, 2013), h. 2.

<sup>39</sup> *Ibid.*, h.2.

Ada beberapa tujuan Pendidikan Jasmani, yaitu : (a) Meletakkan landasan karakter yang kuat melalui internalisasi nilai dalam pendidikan jasmani. (b) Membangun landasan kepribadian yang kuat, sikap cinta damai, sikap sosial dan toleransi dalam konteks kemajemukan budaya, etnis dan agama. (c) Menumbuhkan kemampuan berpikir kritis melalui tugas-tugas pembelajaran pendidikan jasmani (d) Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerja sama, percaya diri, dan demokratis melalui aktivitas jasmani.<sup>40</sup>

Dari berbagai penjelasan mengenai Pendidikan Jasmani, penulis menyimpulkan bahwa pendidikan jasmani adalah salah satu mata pelajaran yang di ajarkan di sekolah yang bermanfaat bagi kesehatan jasmani dan rohani. Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pendidikan yang melibatkan aktivitas fisik dan kesehatan yang bertujuan untuk mengembangkan ranah kognitif, afektif dan psikomotorik seseorang. Pendidikan jasmani memberikan dampak positif. Melalui pendidikan jasmani, seseorang dapat mengembangkan fisik, mental dan emosionalnya menjadi lebih baik dari sebelumnya.

### **3. Karakteristik Siswa Kelas V Sekolah Dasar**

Piaget membagi perkembangan menjadi 4 tahapan, yaitu : tahap sensimotor (0-2 tahun), tahap praoperation (2-7 tahun), tahap concrete operation (7-11 tahun), tahap formal operation (11-16 tahun).<sup>41</sup> Disetiap perkembangan, aspek kognitif, afektif, dan psikomotor seseorang akan

---

<sup>40</sup> Samsudin, *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan* (Jakarta : Litera,2008), h.3.

<sup>41</sup> Makmun Khairani, *Psikologi Perkembangan* (Yogyakarta : Aswaja Pressindo, 2013). h. 100.

mengalami perkembangan. Karakteristik setiap anak juga akan mengalami perubahan. Pada siswa kelas V (10-11 tahun), anak berada pada tahap concrete operation. Pada tahapan ini, anak sudah mengenal konsep tetapi masih membutuhkan sesuatu yang konkret sebagai contoh agar dapat memahaminya.

Anak-anak pada usia ini sangat senang saat melakukan kegiatan di luar ruangan. Mereka masih sangat senang bermain bersama teman-temannya. Anak begitu aktif dalam bergerak dan melakukan sesuatu. Anak sangat senang saat melakukan sesuatu hal yang baru. Apabila seorang guru melakukan pembelajaran pendidikan jasmani dengan menggunakan permainan, anak tidak akan merasa jenuh dengan pembelajaran pendidikan jasmani karena kegiatan tersebut menyenangkan bagi anak. Banyak permainan yang bisa dimainkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, salah satunya adalah permainan yang menggunakan bola besar sebagai alatnya. Permainan tersebut adalah basket, voli, dan sepak bola.

Banyak manfaat yang didapatkan anak ketika memainkan permainan bola besar, seperti saat bermain basket, anak bisa belajar memantulkan bola, melempar tangkap dan bisa melompat saat memasukkan bola basket ke dalam ring lawan.

Pada tahapan concrete operation ini, guru harus memberikan contoh cara menggunakan bola besar dan cara memainkan permainan dengan

benar terlebih dulu sebelum permainan dimulai. Hal itu dilakukan agar anak benar-benar memahami cara permainan yang akan dimainkan.

### **C. Bahasan Hasil yang Relevan**

Berdasarkan dari beberapa penelitian yang telah dilakukan oleh beberapa orang di lapangan, terdapat hasil bahasan yang relevan dengan kajian penelitian ini. Penelitian tersebut dilakukan oleh Karmilah yang berjudul “Meningkatkan Motivasi Belajar pada Pendidikan Jasmani melalui Pendekatan Bermain Siswa Kelas VI SDN Jayasakti 05 Muaragembong Bekasi”<sup>42</sup>. Penelitian ini dilakukan kepada siswa kelas VI SDN Jayasakti 05 Muaragembong Bekasi. Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian tindakan kelas yang dilakukan sebanyak 2 siklus. Pada siklus I hasil angket motivasi belajar mendapat presentase 68% dan pada siklus II mengalami peningkatan sebanyak 10% menjadi 78%. Selanjutnya, pada siklus I hasil data pemantau tindakan guru mendapat presentase 62,8% dan pada siklus II mengalami peningkatan sebanyak 28,6% menjadi 91,4%. Dengan demikian, pendekatan bermain dapat meningkatkan motivasi belajar siswa.

Hasil bahasan yang relevan yang kedua adalah penelitian yang dilakukan oleh Prajoko Ariwibowo yang berjudul “Upaya Meningkatkan Kemampuan Lempar Bola Besar dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Melalui Pendekatan Bermain di Kelas V SDN Pertukangan Selatan 03 Pagi Jakarta

---

<sup>42</sup> Karmilah, “*Meningkatkan Motivasi Belajar pada Pendidikan Jasmani melalui Pendekatan Bermain Siswa Kelas VI SDN Jayasakti 05 Muaragembong Bekasi*”, skripsi (Jakarta : FIP UNJ, 2013), h. 77.

Selatan”<sup>43</sup>. Penelitian ini dilakukan kepada siswa kelas V SDN Pertukangan Selatan 03 Pagi Jakarta Selatan. Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian tindakan kelas yang dilakukan sebanyak 2 siklus. Pada siklus I hasil analisis data kemampuan melempar bola besar siswa dengan teknik lemparan dada dan lemparan atas mendapat presentase 68,5% dan pada siklus II mengalami peningkatan sebanyak 20% menjadi 88,5%. Selanjutnya, pada siklus I hasil analisis data instrumen pemantau tindakan guru dan siswa melalui pendekatan bermain mendapat presentase 75% dan pada siklus II mengalami peningkatan sebanyak 25% menjadi 100%. Dengan demikian, pendekatan bermain dapat meningkatkan kemampuan lempar bola besar.

Hasil bahasan relevan yang ketiga adalah penelitian yang dilakukan oleh Wafiqul Haq Maulana Fadhilah yang berjudul “Meningkatkan Gerak Dasar Melempar Bola Besar dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani melalui Pendekatan Saintifik.” Penelitian ini dilakukan kepada siswa kelas IV SDS Budi Wanita Setiabudi Jakarta Selatan. Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian tindakan kelas yang dilakukan sebanyak 2 siklus. Pada siklus I hasil analisis data kemampuan gerak dasar melempar bola besar siswa dengan teknik lemparan dada dan lemparan atas mendapat presentase 77% dan pada siklus II mengalami peningkatan sebanyak 18% menjadi 95%. Selanjutnya, pada siklus I hasil analisis data instrumen pemantau tindakan

---

<sup>43</sup> Prajoko Ariwibowo, “*Upaya Meningkatkan Kemampuan Lempar Bola Besar dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Melalui Pendekatan Bermain di Kelas V SDN Petukangan Selatan 03 Pagi Jakarta Selatan*”, skripsi (Jakarta : FIP UNJ, 2012), h. 68.

guru dan siswa melalui pembelajaran saintifik mendapat presentase 75% dan pada siklus II mengalami peningkatan sebanyak 20% menjadi 95%. Dengan demikian, pembelajaran saintifik dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar melempar bola besar.

Dari berbagai penjelasan mengenai ketiga bahasan hasil penelitian yang relevan, maka penulis menyimpulkan bahwa pada penelitian Karmilah terdapat peningkatan motivasi sebanyak 10% dari 68% menjadi 78% dan penelitian Prajoko Ariwibowo mengalami peningkatan sebanyak 25% pada hasil analisis data instrument pemantau tindakan guru dan siswa melalui pendekatan bermain yaitu dari 75% menjadi 100% dan penelitian Wafiqul Haq Maulana Fadhilah mengalami peningkatan sebanyak 18% pada gerak dasar melempar bola besar dari 77% menjadi 95%.

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah disebutkan di atas, penelitian yang dilakukan menghasilkan peningkatan motivasi belajar melalui pendekatan bermain lempar bola besar pada pendidikan jasmani dan penelitian tersebut relevan dengan penelitian saya yaitu tentang meningkatkan motivasi belajar melalui permainan menggunakan bola besar dalam pendidikan jasmani di kelas V SD Ciracas 10 Jakarta Timur.

#### **D. Pengembangan Konseptual Perencanaan Tindakan**

Berdasarkan kerangka teoritis, dapat dikatakan bahwa motivasi belajar siswa kelas V dalam pembelajaran pendidikan jasmani perlu ditingkatkan. Hal tersebut dikarenakan peningkatan motivasi belajar melalui permainan

menggunakan bola besar sangat bermanfaat bagi siswa. Melalui permainan lempar sasaran, bola punggung estafet, galaxin dengan bola, dan kucing dan tikus, siswa dapat lebih bersemangat dalam melakukan pembelajaran pendidikan jasmani. Hal itu disebabkan karena saat melakukan permainan terdapat unsur-unsur yang menyenangkan, kerjasama, sportivitas, mematuhi peraturan, dan siswa dapat mengenal alat permainan dengan baik, selain itu siswa juga aktif bergerak.