

## **BAB 2**

### **KERANGKA TEORITIS**

#### **2.1 Kajian Pustaka**

##### **2.1.1 Motivasi**

###### **1. Pengertian Motivasi**

Aspek motivasi memegang peranan dalam kejiwaan seseorang, sebab motivasi merupakan salah satu faktor penentu sebagai pendorong tingkah laku manusia, sehingga dengan adanya motivasi seseorang dapat mendorong dirinya untuk lebih giat berlatih dan mencapai hasil yang maksimal. Dengan adanya motivasi tersebut akan mendorong seseorang untuk berlatih, bekerja keras, dan dapat bertahan lebih lama dalam mengikuti suatu kegiatan atau pembelajaran.

Menurut Hamzah B. Uno (2006) motivasi adalah dorongan untuk menggerakkan seseorang bertindak laku, dorongan ini terdapat pada diri seseorang yang menggerakkan sesuatu yang sesuai dengan dorongan dalam dirinya (hlm.1). Pendapat lain dari Sardiman, A.M (2006) motivasi adalah serangkaian usaha untuk menciptakan kondisi-kondisi tertentu pada seseorang untuk melakukan sesuatu, dan apabila tidak suka, maka akan berusaha untuk meniadakan atau menghilangkan perasaan tidak suka itu, jadi motivasi dirangsang oleh faktor dari luar namun motivasi itu dapat tumbuh di dalam diri seseorang (hlm.73)

Pendapat lain dari Sugihartono, dkk., (2007) mengartikan bahwa motivasi sebagai suatu kondisi yang mempengaruhi perilaku seseorang dan memberikan arah serta ketahanan pada tingkah laku orang tersebut (hlm.20). Sedangkan menurut Mulyasa (2002) motivasi adalah hal yang mendorong seseorang melakukan sesuatu (hlm.120).

Menurut Sardiman (2006, hlm.83), ada tiga fungsi motivasi:

- 1) Mendorong manusia untuk berbuat, jadi sebagai penggerak atau motor yang melepaskan energi. Motivasi dalam hal ini merupakan motor penggerak dari setiap kegiatan yang akan dikerjakan.
- 2) Menentukan arah perbuatan, yakni ke arah tujuan yang hendak dicapai. Dengan demikian yang harus dikerjakan sesuai dengan rumusan tujuannya.

- 3) Menyeleksi perbuatan, yakni menentukan perbuatan-perbuatan apa yang harus dikerjakan yang serasi guna mencapai tujuan, dengan menyisihkan perbuatan-perbuatan yang tidak bermanfaat bagi tujuan tersebut.

Berdasarkan pendapat beberapa ahli di atas dapat disimpulkan bahwa motivasi mengandung makna sebagai kekuatan yang muncul dari dalam diri seseorang untuk melakukan aktivitas tertentu dalam rangka memenuhi kebutuhan. Dengan timbulnya motivasi, maka individu akan mempunyai semangat untuk melaksanakan segala aktivitas dalam mencapai kebutuhannya baik motivasi itu dari diri sendiri maupun dari luar individu. Motivasi sangat penting dan ditempatkan pada posisi pertama dalam asas belajar, motivasi merupakan kekuatan internal yang menyebabkan seseorang melakukan tindakan. Motivasi ini akan menentukan seseorang dalam mengikuti proses pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

Motivasi sangat penting dan ditempatkan pada posisi pertama dalam asas belajar, motivasi merupakan kekuatan internal yang menyebabkan seseorang melakukan tindakan. Motivasi ini akan menentukan seseorang dalam mengikuti proses pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

## 2. Jenis Motivasi

Menurut Hamalik (2005, hlm.112) jenis motivasi ada dua yaitu:

### a. Motivasi Intrinsik

Motivasi intrinsik merupakan motivasi yang ada di dalam proses pembelajaran yang bersumber dari kebutuhan dan tujuan siswa. Motivasi ini sering dikatakan sebagai motivasi murni atau motivasi yang sebenarnya, yang timbul dari dalam diri siswa misalnya keinginan untuk mendapat keterampilan tertentu, memperoleh informasi dan pemahaman, mengembangkan sikap untuk berhasil, menikmati kehidupan secara sadar, memberikan sumbangan kepada kelompok, keinginan untuk diterima oleh orang lain.

Pada dasarnya motivasi memang sudah ada di dalam diri setiap orang sebagai penggerak untuk melakukan sesuatu dengan keinginannya. Sehingga tujuan motivasi adalah untuk menggerakkan atau menggugah seseorang agar timbul keinginan dan kemauannya untuk melakukan sesuatu sehingga dapat memperoleh hasil atau mencapai tujuan tertentu.

Faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi intrinsik yaitu:

1) *Kebutuhan (need)*

Seseorang melakukan aktivitas (kegiatan) karena adanya faktor-faktor kebutuhan baik biologis maupun psikologis.

2) *Harapan (expectancy)*

Seseorang dimotivasi oleh karena keberhasilan dan adanya harapan keberhasilan bersifat pemuasan diri seseorang, keberhasilan dan harga diri meningkat dan menggerakkan seseorang kearah pencapaian tujuan.

3) *Minat*

Minat adalah suatu rasa lebih suka dan rasa keinginan pada suatu hal tanpa ada yang menyuruh.

(Danarjati,2013,hlm.81-82)

Berdasarkan pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa motivasi intrinsik adalah motivasi yang tidak memerlukan rangsangan atau dorongan dari luar individu.

b. *Motivasi Ekstrinsik*

Motivasi ekstrinsik adalah motivasi yang disebabkan oleh faktor-faktor dari luar situasi belajar, seperti: angka, ijazah, tingkatan, hadiah, medali, pertentangan dan persaingan yang bersifat negatif adalah ejekan dan hukuman. Motivasi ekstrinsik tetap diperlukan di sekolah, sebab pembelajaran di sekolah tidak semuanya menarik minat, atau sesuai dengan kebutuhan siswa. Ada kemungkinan siswa belum menyadari pentingnya bahan pelajaran yang disampaikan oleh guru. Dalam keadaan ini siswa bersangkutan perlu dimotivasi. Guru berupaya membangkitkan motivasi belajar siswa sesuai dengan keadaan siswa itu sendiri. Motivasi ekstrinsik timbul sebagai akibat pengaruh dari luar individu, apakah karena ajakan, suruhan, bahkan paksaan dari orang lain. Sehingga dengan demikian anak mau melakukan sesuatu tindakan. Di mana motivasi ini

perlu diberikan kepada anak yang mempunyai motivasi intrinsik yang ada.

Beberapa pendapat lain mengenai motivasi ekstrinsik, diungkapkan Pintner, dkk, (dalam Elida Prayitno, 2003, hlm.13) menyatakan bahwa motivasi ekstrinsik adalah motivasi yang keberadaannya kerana pengaruh rangsangan dari luar. Pendapat senada menurut Mulyasa (2002, hlm.120) bahwa motivasi ekstrinsik adalah motivasi yang berasal dari lingkungan di luar diri seseorang.

Elida Prayitno (2003, hlm.170) berpendapat tentang bagaimana cara untuk menimbulkan motivasi ekstrinsik adalah: (1) memberikan penghargaan dan celaan, (2) persaingan dan kompetensi, (3) pemberitahuan tentang kemajuan, (4) hadiah dan hukuman.

Faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi ekstrinsik yaitu:

1) Dorongan keluarga

Keluarga adalah orang seisi rumah. Keluarga yang mendukung menyebabkan seseorang berkeinginan untuk lebih memanfaatkan keadaan tersebut untuk mendukung minatnya. Yang menjadi tanggungan atau satuan keakraban yang sangat mendasar di masyarakat.

2) Lingkungan

Lingkungan adalah tempat dimana orang tinggal. Lingkungan dapat mempengaruhi seseorang sehingga dapat termotivasi untuk melakukan sesuatu. Selain keluarga, lingkungan juga mempunyai peran yang besar dalam memotivasi seseorang dalam merubah tingkah lakunya.

3) Imbalan

Seorang dapat termotivasi karena adanya imbalan sehingga orang tersebut ingin melakukan sesuatu.

(Danarjati, 2013, hlm.82-83)

Dari pendapat para ahli dapat disimpulkan bahwa motivasi ekstrinsik adalah suatu dorongan yang muncul atau berasal dari luar individu karena adanya suatu pengaruh dari luar. Motivasi ekstrinsik adalah dorongan dari luar individu yang menyebabkan individu berpartisipasi dalam mengikuti pembelajaran Penjasorkes. Dorongan ini berasal dari guru atau pelatih, teman. Motivasi ekstrinsik dalam berolahraga meliputi juga motivasi kompetitif karena motif untuk bersaing memegang peranan yang lebih besar dari pada kepuasan karena berprestasi baik. Dalam hal ini aspek

psikologi dari individu tersebut berpengaruh untuk berbuat atau bertindak dalam usahanya mencapai tujuan, tetapi motivasi ekstrinsik dapat pula menjadi penguat dari luar membangkitkan motivasi intrinsik seseorang.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa motivasi ada, dua yaitu motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Motivasi intrinsik berasal dari dalam diri seseorang, sedangkan motivasi ekstrinsik adalah dorongan yang berasal dari luar. Motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik harus saling mendukung agar tindakan seseorang lebih berarti.

### 3. Peran Motivasi

Motivasi memiliki variasi yang banyak antar individu yang satu dengan yang lain, karena perbedaan kebutuhan dan kepentingan, baik disebabkan oleh tingkat perkembangan umurnya, minat, pekerjaan atau kebutuhan-kebutuhan lainnya. Motivasi yang berkembang di kalangan anak-anak, remaja, dan orang tua diperuntukkan, antara lain sebagai berikut:

- a. Untuk bersenang-senang dan mendapat kegembiraan.
- b. Untuk melampiaskan ketegangan fisik.
- c. Untuk dapat berhubungan baik dengan orang lain.
- d. Untuk kepentingan kebanggaan kelompok.
- e. Untuk memelihara kesehatan badan.
- f. Untuk kepentingan praktis sesuai dengan pekerjaan.

(Sudibyo Setyobroto, 2002, hlm.19)

Motivasi tersebut dapat saja berkembang sehingga individu yang mula-mula tidak berminat akhirnya meningkat motivasinya untuk berprestasi. Dalam hal ini sudah tentu peran guru sangat penting, bagaimana guru melakukan usaha- usaha untuk dapat menumbuhkan motivasi supaya anak didiknya melakukan aktivitas dengan baik dan bersemangat. Memberikan motivasi kepada siswa berarti menggerakkan siswa untuk melakukan sesuatu atau ingin sesuatu, pada tahap awalnya akan menyebabkan subjek merasa ada kebutuhan dan ingin melakukan sesuatu.

#### 4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Motivasi Belajar

Ada beberapa hal yang mempengaruhi motivasi belajar seseorang. Menurut Slameto (2003, hlm.54-60) faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi belajar yaitu:

##### a. Faktor Intrinsik

##### 1) Kesehatan

Sehat berarti dalam keadaan baik segenap badan serta tidak terdapatnya penyakit. Kesehatan seseorang akan berpengaruh terhadap belajarnya, proses belajar seseorang akan terganggu, selain itu juga akan cepat merasa lelah, kurang bersemangat, mudah pusing, mengantuk, kurang darah ataupun ada gangguan kelainan fungsi alat indera dan tubuhnya. Agar seseorang dapat belajar dengan baik haruslah mengusahakan kesehatan badannya agar tetap terjamin dengan cara selalu mengindahkan ketentuan-ketentuan tentang bekerja, belajar, istirahat, tidur makan, olahraga, rekreasi, dan ibadah.

Menurut Banu Setyo Adi (Dalam jurnal PPSD FIP UNY, 2020) kesehatan juga bisa didapat pada pendidikan kesehatan yang diberikan berupa bimbingan kepada seseorang anak didik tentang kesehatan yang meliputi seluruh aspek pribadi(fisik, mental, sosial) agar dapat tumbuh dan berkembang secara harmonis. Pada saat ini pendidikan kesehatan disekolah dijadikan satu dengan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Selain meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan kepada anak juga diharapkan pendidikan kesehatan untuk berpola hidup sehat.

##### 2) Perhatian

Perhatian adalah keaktifan jiwa yang dipertinggi, jiwa itupun semata-mata tertuju kepada suatu objek (benda/hal) atau sekumpulan objek. Untuk dapat menjamin hasil yang baik, maka siswa harus mempunyai perhatian terhadap bahan yang dipelajarinya, jika bahan pelajaran tidak menjadi perhatian siswa, maka timbulah kebosanan, sehingga siswa tidak lagi suka belajar. Agar siswa dapat belajar dengan baik, usahakanlah bahan pelajaran itu sesuai dengan hobi atau

bakatnya.

### 3) Minat

Minat adalah kecenderungan yang tetap untuk memperhatikan dan mengenang beberapa kegiatan. Kegiatan yang diminati seseorang, diperhatikan terus-menerus yang disertai dengan rasa senang. Jadi berbeda dengan perhatian, karena perhatian sifatnya sementara (tidak dalam waktu yang lama) dan belum tentu diikuti dengan perasaan senang, sedangkan minat selalu diikuti dengan perasaan senang dan dari situ diperoleh kepuasan. Jika terdapat siswa yang kurang berminat terhadap belajar, dapat diusahakan agar mempunyai minat yang lebih tinggi dengan cara menjelaskan hal-hal yang menarik dan berguna bagi kehidupan serta hal-hal yang berhubungan dengan cita-cita.

### 4) Bakat

Bakat menurut Hilgard adalah: *"the city to learn"*. Dengan kata lain bakat adalah kemampuan untuk belajar. Kemampuan itu baru terealisasi menjadi kecakapan yang nyata sesudah belajar atau berlatih. Orang yang berbakat mengetik, misalnya akan lebih cepat dapat mengetik dengan lancar dibandingkan dengan orang lain yang kurang/tidak berbakat di bidangnya. Dari uraian di atas dijelaskan bahwa bakat itu mempengaruhi belajar. Jika pelajaran yang dipelajari sesuai dengan bakatnya, maka hasil belajarnya lebih baik karena ia senang belajar pastilah selanjutnya ia lebih giat lagi dalam belajarnya.

## b. Faktor Ekstrinsik

### 1) Metode mengajar

Metode mengajar adalah suatu cara/jalan yang harus dilalui dalam mengajar. Metode mengajar guru yang kurang baik akan mempengaruhi belajar siswa yang tidak baik. Metode mengajar yang kurang baik itu dapat terjadi misalnya karena guru kurang persiapan dan kurang menguasai bahan pelajaran sehingga guru menyajikannya tidak jelas dan sikap guru terhadap siswa atau mata pelajaran itu sendiri tidak baik, sehingga siswa kurang senang terhadap pelajaran bahkan gurunya. Akibatnya siswa malas

untuk belajar. Guru biasa mengajar dengan metode ceramah saja sehingga siswa menjadi bosan, mengantuk, pasif dan hanya mencatat apa yang dijelaskan.

Guru yang progresif berani mencoba metode- metode yang baru, yang dapat membantu meningkatkan kegiatan belajar mengajar, dan meningkatkan motivasi siswa untuk belajar. Agar siswa dapat belajar dengan baik, maka metode mengajar harus diusahakan menarik, efisien dan efektif.

## 2) Alat pelajaran

Alat pelajaran erat hubungannya dengan cara belajar siswa, karena alat pelajaran yang dipakai oleh guru pada waktu mengajar dipakai oleh siswa untuk menerima bahan yang diajarkan. Alat pelajaran yang lengkap dan tepat akan memperlancar penerimaan ilmu yang diberikan kepada siswa. Jika siswa mudah menerima pelajaran dan menguasainya, maka belajarnya akan menjadi lebih giat dan maju.

## 3) Kondisi Lingkungan

Kondisi lingkungan merupakan unsur-unsur yang datang dari luar diri siswa. Lingkungan siswa, sebagaimana juga lingkungan individu pada umumnya, ada tiga, yaitu lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat. Guru harus berusaha mengelola kelas, menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, menampilkan diri secara menarik, dalam rangka membantu siswa termotivasi dalam belajar. Lingkungan fisik sekolah, sarana dan prasarana, perlu ditata dan dikelola, supaya menyenangkan dan membuat siswa betah belajar. Kecuali kebutuhan siswa terhadap sarana dan prasarana, kebutuhan emosional psikologis juga perlu mendapat perhatian. Kebutuhan rasa aman misalnya, sangat mempengaruhi motivasi belajar siswa. Kebutuhan berprestasi, dihargai, diakui, merupakan contoh-contoh kebutuhan psikologis yang harus terpenuhi, agar motivasi belajar timbul dan dapat dipertahankan.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi belajar yaitu faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik.



Faktor intrinsik adalah kesehatan, perhatian, minat dan bakat, sedangkan yang termasuk dalam faktor ekstrinsik adalah metode mengajar, alat pelajaran, dan kondisi lingkungan. Oleh karena itu bagi para guru Penjasorkes hendaknya memperhatikan faktor- faktor ini sehingga proses pembelajaran dapat berjalan dengan baik dan tujuan pembelajaran dapat tercapai.

### **2.1.2 Konsep Pembelajaran Daring Penjasorkes**

#### **1. Pengertian Pembelajaran Daring**

Pembelajaran daring merupakan salah satu cara menanggulangi masalah pendidikan tentang penyelenggaraan pembelajaran. Definisi pembelajaran Daring adalah metode belajar yang menggunakan model interaktif berbasis Internet dan *Learning Manajemen System (LMS)*. Seperti menggunakan Zoom, Geogle Meet, Geogle Drive, dan sebagainya. Kegiatan daring diantaranya Webinar, kelas online, seluruh kegiatan dilakukan menggunakan jaringan internet dan komputer (Hasibuan, Simarmata, dan Sudirman, 2019).

Menurut Isman (2016, hlm.587) pembelajaran daring merupakan pemanfaatan jaringan internet dalam proses pembelajaran. Daring dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) berarti dalam jaringan, terhubung melalui jejaring komputer, internet. Jadi pembelajaran daring merupakan sebuah upaya membelajarkan siswa yang dilakukan tanpa tatap muka dengan melalui jaringan/internet yang telah tersedia.

Diberlakukannya pembelajaran daring oleh pemerintah ini mengharuskan seluruh kegiatan belajar mengajar dilakukan dari rumah. Pelaksanaan pembelajaran daring dilakukan sebagai salah satu upaya untuk tetap mewujudkan tujuan pendidikan di Indonesia di tengah pandemi covid19, serta upaya pencegahan penyebaran virus covid-19. Pandemi Covid-19 ini membuat sistem pembelajaran di sekolah dipaksa berubah secara drastis dari pertemuan tatap muka menjadi pembelajaran

secara online. Pelaksanaan pembelajaran ini berlangsung dari jenjang sekolah dasar hingga perguruan tinggi.

Berdasarkan Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan dalam masa darurat penyebaran virus, Mendikbud menghimbau agar semua lembaga pendidikan tidak melakukan proses belajar mengajar secara langsung atau tatap muka, melainkan harus dilakukan secara tidak langsung atau jarak jauh.

Pembelajaran merupakan aktivitas yang paling utama dalam kegiatan belajar mengajar. Pembelajaran pada hakikatnya adalah proses interaksi antara siswa dengan lingkungannya sehingga terjadi perubahan perilaku ke arah yang lebih baik. (Mulyasa, 2002, hlm.24). Dalam pembelajaran, tugas guru yang paling utama adalah mengkondisikan lingkungan agar menunjang terjadinya perubahan perilaku bagi siswa. Dengan demikian, pembelajaran merupakan suatu proses membuat siswa belajar melalui interaksi siswa dengan lingkungannya sehingga terjadi perubahan perilaku bagi siswa. Sudjana (Dalam Sugihartono, 2007, hlm.80) menyatakan bahwa pembelajaran merupakan setiap upaya yang dilakukan dengan sengaja oleh pendidik yang dapat menyebabkan peserta didik melakukan kegiatan belajar.

Diungkapkan oleh Henry Rahyubi (2014, hlm.234) bahwa dalam pembelajaran mempunyai beberapa komponen-komponen yang penting, yaitu tujuan pembelajaran, kurikulum, guru, siswa, metode, materi, media, dan evaluasi. Masing-masing dijelaskan sebagai berikut:

#### a. Tujuan Pembelajaran

Tujuan setiap aktivitas pembelajaran adalah agar terjadi proses belajar dalam diri siswa. Tujuan pembelajaran adalah target atau hal-hal yang harus dicapai dalam proses pembelajaran. Tujuan pembelajaran biasanya berkaitan dengan dimensi kognitif, afektif, dan psikomotorik. Tujuan pembelajaran bisa tercapai jika pembelajar atau peserta didik mampu menguasai dimensi kognitif dan afektif dengan baik, serta

cekatan dan terampil dalam aspek psikomotornya.

b. Kurikulum

Secara etimologis, kurikulum (*curriculum*) berasal dari bahasa Yunani "*curir*" yang artinya "pelari" dan "*curere*" yang berarti "tempat berpacu". Yaitu suatu jarak yang harus ditempuh oleh pelari dari garis start sampai garis finis. Secara terminologis, kurikulum mengandung arti sejumlah pengetahuan atau mata pelajaran yang harus ditempuh atau diselesaikan siswa guna mencapai suatu tingkatan atau ijazah. Kurikulum sebagai rancangan pendidikan mempunyai kedudukan yang sangat strategis dalam seluruh aspek kegiatan pendidikan. Mengingat pentingnya peranan kurikulum di dalam pendidikan dan dalam perkembangan kehidupan manusia, maka dalam penyusunan kurikulum tidak bisa dilakukan tanpa menggunakan landasan yang kokoh dan kuat.

c. Guru

Guru atau pendidik yaitu seorang yang mengajar suatu ilmu. Dalam bahasa Indonesia, guru umumnya merujuk pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, memfasilitasi, menilai, dan mengevaluasi peserta didik. Peranan seorang guru tidak hanya terbatas sebagai pengajar (penyampai ilmu pengetahuan), tetapi juga sebagai pembimbing, pengembang, dan pengelola kegiatan pembelajaran yang dapat memfasilitasi kegiatan belajar siswa dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

d. Siswa

Siswa atau peserta didik adalah seseorang yang mengikuti suatu program pendidikan di sekolah atau lembaga pendidikan di bawah bimbingan seorang atau beberapa guru, pelatih, dan instruktur.

e. Metode

Metode pembelajaran adalah suatu model dan cara yang dapat dilakukan untuk menggelar aktivitas belajar mengajar agar berjalan

dengan baik. Metode pembelajaran, khususnya dalam pembelajaran motorik ada beberapa metode yang sering diterapkan yaitu metode ceramah, metode tanya jawab, metode diskusi, metode demonstrasi, metode karyawisata, metode eksperimen, metode bermain peran/simulasi, dan metode eksplorasi.

f. Materi

Materi merupakan salah satu faktor penentu keterlibatan siswa. Jika materi pelajaran yang diberikan menarik, kemungkinan besar keterlibatan siswa akan tinggi. Sebaliknya, jika materi yang diberikan tidak menarik, keterlibatan siswa akan rendah atau bahkan tidak siswa akan menarik diri dari proses pembelajaran motorik.

g. Alat Pembelajaran (media)

Media pada hakikatnya merupakan salah satu komponen sistem pembelajaran. Sebagai komponen, media hendaknya merupakan bagian integral dan harus sesuai dengan proses pembelajaran secara menyeluruh.

h. Evaluasi

Evaluasi adalah kegiatan mengumpulkan data seluas-luasnya, sedalam- dalamnya yang bersangkutan dengan kapabilitas siswa, guna mengetahui sebab akibat dan hasil belajar siswa yang dapat mendorong dan mengembangkan kemampuan belajar. Evaluasi yang efektif harus mempunyai dasar yang kuat dan tujuan yang jelas. Dasar evaluasi yang dimaksud adalah filsafat, psikologi, komunikasi, kurikulum, manajemen, sosiologi, antropologi, dan lain sebagainya.

Berdasarkan pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran adalah usaha sadar dari guru untuk membuat siswa belajar, yaitu terjadinya perubahan tingkah laku pada diri siswa yang belajar, di mana perubahan itu dengan didapatkannya kemampuan baru yang berlaku dalam waktu yang relatif lama dan karena adanya usaha.

## 2. Penerapan Pembelajaran Daring

Kemajuan teknologi informasi dan komunikasi saat ini membawa berbagai perubahan dalam kehidupan manusia yang berdampak pada aktivitas kegiatan segala sektor termasuk pada sektor pendidikan, di antaranya pada kegiatan proses belajar mengajar. Hal ini tentu menuntut peranan IT dalam menunjang pendidikan diharapkan lebih meningkatkan kualitas layanan pembelajaran.

Pada saat kegiatan belajar mengajar guru mempersiapkan seperti laptop, headset, handphone serta perangkat lunak yaitu jaringan yang bagus serta aplikasi yang akan digunakan pada saat pembelajaran seperti google classroom, whatsapp, zoom meeting, form, google drive, serta materi yang sudah disiapkan dalam bentuk softfile seperti pdf, ppt, doc, video ataupun yang lainnya. Adapun yang harus disiapkan oleh siswa yaitu laptop, handphone, aplikasi yang akan digunakan, serta jaringan yang bagus.

## 3. Kelebihan Dan Kekurangan Pembelajaran Daring

Menurut Suhery, Trimardi Jaya Putra, dan Jasmalinda (Dalam jurnal inovasi penelitian, 2020)

Kelebihan Pembelajaran Daring:

- a. Dapat diakses dengan mudah
- b. Wawasan yang luas
- c. Siswa bisa belajar mandiri
- d. Bisa lebih mengenal ilmu teknologi

Kekurangan Pembelajaran Daring:

- a. Keterbatasan akses internet
- b. Kurangnya interaksi dengan pengajar
- c. Pemahaman terhadap materi
- d. Minimnya pengawasan belajar
- e. Keterbatasan alat elektronik

#### 4. Tantangan dalam Pembelajaran Daring

Tantangan dari adanya pembelajaran daring salah satunya adalah keahlian dalam penggunaan teknologi dari pihak pendidik maupun peserta didik. Dabbagh (dalam Hasanah, dkk., 2020, hlm.3) menyebutkan bahwa ciri-ciri peserta didik dalam aktivitas belajar daring atau secara online yaitu :

- a. Semangat belajar: semangat pelajar pada saat proses pembelajaran kuat atau tinggi guna pembelajaran mandiri. Ketika pembelajaran daring kriteria ketuntasan pemahaman materi dalam pembelajaran ditentukan oleh pelajar itu sendiri. Pengetahuan akan ditemukan sendiri serta mahasiswa harus mandiri. Sehingga kemandirian belajar tiap mahasiswa menjadikan perbedaan keberhasilan belajar yang berbeda-beda.
- b. Literacy terhadap teknologi : selain kemandirian terhadap kegiatan belajar, tingkat pemahaman pelajar terhadap pemakaian teknologi. Ketika pembelajaran online/daring merupakan salah satu keberhasilan dari dilakukannya pembelajaran daring. Sebelum pembelajaran daring/online siswa harus melakukan penguasaan terhadap teknologi yang akan digunakan. Alat yang biasa digunakan sebagai sarana pembelajaran online/ daring ialah komputer, smartphone, maupun laptop. Perkembangan teknologi di era 4.0 ini menciptakan banyak aplikasi atau fitur-fitur yang digunakan sebagai sarana pembelajaran daring/online.
- c. Kemampuan berkomunikasi interpersonal : Dalam ciri-ciri ini pelajar harus menguasai kemampuan berkomunikasi dan kemampuan interpersonal sebagai salah satu syarat untuk keberhasilan dalam pembelajaran daring. Kemampuan interpersonal dibutuhkan guna menjalin hubungan serta interaksi antar pelajar lainnya. Sebagai makhluk sosial tetap membutuhkan interaksi dengan orang lain meskipun pembelajaran online dilaksanakan secara mandiri. Maka dari itu kemampuan

interpersonal dan kemampuan dalam komunikasi harus tetap dilatih dalam kehidupan bermasyarakat.

- d. Berkolaborasi : memahami dan memakai pembelajaran interaksi dan kolaborasi. Pelajar harus mampu berinteraksi antar pelajar lainnya ataupun dengan dosen pada sebuah forum yang telah disediakan, karena dalam pembelajaran daring yang melaksanakan adalah pelajar itu sendiri. Interaksi tersebut diperlukan terutama ketika pelajar mengalami kesulitan dalam memahami materi. Selain hal tersebut, interaksi juga perlu dijaga guna untuk melatih jiwa sosial mereka. Supaya jiwa individualisme dan anti sosial tidak terbentuk didalam diri pelajar. Dengan adanya pembelajaran daring juga pelajar mampu memahami pembelajaran dengan kolaborasi. Pelajar juga akan dilatih supaya mampu berkolaborasi baik dengan lingkungan sekitar atau dengan bermacam sistem yang mendukung pembelajaran daring.
- e. Keterampilan untuk belajar mandiri: salah satu karakteristik pembelajaran daring adalah kemampuan dalam belajar mandiri. Belajar yang dilakukan secara mandiri sangat diperlukan dalam pembelajaran daring. Karena ketika proses pembelajaran, Pelajar akan mencari, menemukan sampai dengan menyimpulkan sendiri yang telah ia pelajari. “Pembelajaran mandiri merupakan proses dimana siswa dilibatkan secara langsung dalam mengidentifikasi apa yang perlu untuk dipelajari menjadi pemegang kendali dalam proses pembelajaran” (Kirkman dalam Hasanah,2020). Ketika belajar secara mandiri, dibutuhkan motivasi sebagai penunjang keberhasilan proses pembelajaran secara daring.

##### 5. Faktor Tercapai dan Tidaknya Pembelajaran Daring

Menurut Roman Andrianto Pangondian, Paulus Insap Santosa, Eko Nugroho. 2019. (Dalam Jurnal Seminar Nasional Teknologi Komputer dan Sains ) Faktor tercapainya pembelajaran daring yaitu Teknologi secara

khusus pengaturan jaringan harus memungkinkan untuk terjadinya pertukaran sinkronisasi dan asinkronisasi; siswa harus memiliki akses yang mudah (misalnya melalui akses jarak jauh); dan jaringan seharusnya membutuhkan waktu minimal untuk pertukaran dokumen. Selanjutnya yaitu karakteristik pengajar, pengajar memainkan peran sentral dalam efektivitas pembelajaran secara daring, bukan sebuah teknologi yang penting tetapi penerapan instruksional teknologi dari pengajar yang menentukan efek pada pembelajaran, siswa yang hadir dalam kelas dengan instruktur yang memiliki sifat positif terhadap pendistribusian suatu pembelajaran dan memahami akan sebuah teknologi akan cenderung menghasilkan suatu pembelajaran yang lebih positif. Dan yang terakhir yaitu Karakteristik siswa, siswa yang tidak memiliki keterampilan dasar dan disiplin diri yang tinggi dapat melakukan pembelajaran yang lebih baik dengan metode yang disampaikan secara konvensional, sedangkan siswa yang cerdas serta memiliki disiplin serta kepercayaan diri yang tinggi akan mampu untuk melakukan pembelajaran dengan metode daring.

Dapat disimpulkan bahwa teknologi, karakteristik pengajar dan karakteristik siswa sangat berpengaruh dalam tercapai dan tidak tercapainya pelaksanaan pembelajaran secara daring, teknologi sangat berperan besar dalam pelaksanaan ini termasuk jaringan yang harus bagus dan stabil serta alat elektronik yang garus memadai. Lalu karakteristik pengajar dan siswa disini pun dalam kondisi seperti ini dituntut harus bisa lebih baik lagi dalam menguasai bidang teknologi, pengajar harus bisa lebih paham dalam pembuatan materi secara online serta pembagian materi dalam bentuk softfile seperti power point, dokumen, video, zoom meeting dan lain sebagainya, dalam pemberian materi pun harus bervariasi supaya siswa tidak mudah bosan. Kemampuan daya tangkap siswa dalam menerima materi pun sangat berbeda-beda, ada yang sekali memperhatikan langsung mengerti dan ada pula yang harus berulang kali baru paham.



## 6. Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Salah satu mata pelajaran yang diajarkan di sekolah yaitu Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Menurut Agus S. Suryobroto (2004, hlm.16), pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup aktif, dan sikap sportif melalui kegiatan jasmani.

Menurut Achmad Paturusi (2012: 4-5), pendidikan jasmani merupakan suatu kegiatan mendidik anak dengan proses pendidikan melalui aktivitas pendidikan jasmani dan olahraga untuk membantu anak agar tumbuh dan berkembang secara wajar sesuai dengan tujuan pendidikan nasional. Pengertian di atas mempunyai arti bahwa pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang bertujuan untuk meningkatkan dan mengembangkan manusia melalui aktivitas jasmani yang dipilih.

Menurut BSNP (2006: 158-159), bahwa Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan bertujuan agar peserta didik memiliki kemampuan sebagai berikut:

- a. mengembangkan keterampilan pengolahan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga,
- b. meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik,
- c. meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar,
- d. meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan,
- e. mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri, dan demokratis,
- f. mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan 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 sikap yang positif.

Dari pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah suatu wadah untuk

mendidik anak atau siswa melalui aktivitas jasmani agar dapat tumbuh dan berkembang secara baik dan mempunyai kepribadian yang baik pula.

#### 7. Tujuan dan Ruang Lingkup Penjasorkes

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan mempunyai tujuan yang sifatnya menyeluruh. Dalam hal ini, Rusli Lutan (2000, hlm.1) menjabarkan bahwa pendidikan jasmani memberikan kesempatan kepada siswa untuk:

- a. Mengembangkan pengetahuan dan keterampilannya yang berkaitan dengan aktivitas jasmani, perkembangan estetika, dan sosial.
- b. Mengembangkan kepercayaan diri dan kemampuan untuk menguasai keterampilan gerak dasar.
- c. Memperoleh dan mempertahankan derajat kebugaran jasmani yang optimal.
- d. Mengembangkan nilai-nilai pribadi.
- e. Mengembangkan keterampilan sosial.
- f. Menikmati kesenangan dan keriangannya melalui kegiatan jasmani, termasuk berolahraga.

Aktivitas jasmani yang dilakukan merupakan alat yang digunakan agar dapat mencapai tujuan pendidikan yang diinginkan. Diharapkan juga akan berkembang nilai-nilai sosial yang ada dalam diri peserta didik. Selain itu peserta didik akan terbina secara mental, sehingga mampu untuk menghadapi persoalan di masyarakat.

Badan Standar Nasional Pendidikan (2006, hlm.2) menyebutkan bahwa ruang lingkup mata pelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan meliputi aspek-aspek sebagai berikut:

- a. Permainan dan olahraga meliputi: olahraga tradisional, permainan, eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor non-lokomotor, dan manipulatif, atletik, kasti, *rounders*, *kippers*, sepak bola, bola basket, bola voli, tenis meja, tenis lapangan, bulu tangkis, dan beladiri, serta aktivitas lainnya.
- b. Aktivitas pengembangan meliputi mekanika sikap tubuh, komponen kebugaran jasmani, dan bentuk postur tubuh serta aktivitas lainnya.
- c. Aktivitas senam meliputi ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa

- alat, ketangkasan dengan alat, dan senam lantai, serta aktivitas lainnya.
- d. Aktivitas ritmik meliputi gerak bebas, senam pagi, SKJ, dan senam aerobik serta aktivitas lainnya.
  - e. Aktivitas air meliputi permainan di air, keselamatan air, keterampilan bergerak di air, dan renang serta aktivitas lainnya.
  - f. Pendidikan luar kelas, meliputi piknik/karyawisata, pengenalan lingkungan, berkemah, menjelajah, dan mendaki gunung.

Kesehatan, meliputi penanaman budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari, khususnya yang terkait dengan perawatan tubuh agar tetap sehat, merawat lingkungan yang sehat, memilih makanan dan minuman yang sehat, mencegah dan merawat cedera, mengatur waktu istirahat yang tepat dan berperan aktif dalam kegiatan P3K dan UKS. Aspek kesehatan merupakan aspek tersendiri, dan secara implisit masuk ke dalam semua aspek.

## **2.2 Hasil Penelitian Yang Relevan**

Dari hasil penelitian Asih. (2015). Motivasi Belajar Siswa Di SMPN 15 Yogyakarta. Penelitian ini dilaksanakan dengan pendekatan deskriptif kualitatif. Informan yang terlibat dalam penelitian ini adalah 2 guru dan 4 siswa di SMP Negeri 15 Yogyakarta. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah teknik observasi, wawancara, dan studi dokumentasi. Keabsahan data dilakukan dengan metode triangulasi. Teknik analisis yang diterapkan mengacu pada analisis induktif data model interaktif Miles dan Huberman, yang meliputi pengumpulan, reduksi, penyajian data, dan menarik kesimpulan atau verifikasi.

Dari hasil penelitian Fathika Salsabila. Analisis Motivasi Belajar IPA Peserta Didik Pada Pembelajaran *E-Learning Class* Di Smpit Nidaul Hikmah Salatiga Selama Pandemi *Covid-19*. Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu sumber data primer atau data utama. Prosedur pengumpulan data dilakukan dengan cara observasi, wawancara dan dokumentasi. Analisis data dalam penelitian ini diolah melalui tiga tahapan, yaitu reduksi data, penyajian data serta

penarikan kesimpulan dan verifikasi. Peneliti melakukan penelitian dengan subjek penelitiannya adalah 4 orang peserta didik SMPIT Nidaul Hikmah Salatiga, 3 diantaranya peserta didik kelas VII dan satu peserta didik kelas VIII, guna memperoleh data yang dibutuhkan dalam penelitian.

### **2.3 Kerangka Konseptual**

Proses pembelajaran yang efektif merupakan salah satu faktor keberhasilan dalam memajukan pendidikan suatu bangsa. Oleh karena itu proses pembelajaran diselenggarakan secara interaktif, menyenangkan, menantang, inspiratif, memotivasi peserta didik untuk berpartisipasi aktif, serta memberikan ruang yang cukup bagi prakarsa kreativitas, dan kemandirian sesuai dengan bakat, minat, kemampuan, dan perkembangan fisik serta psikologis peserta didik. Guru, metode pembelajaran, sarana dan prasarana merupakan salah satu faktor penentu keberhasilan dalam proses pembelajaran. Motivasi dan minat siswa dalam mengikuti proses pembelajaran sangat dipengaruhi oleh beberapa hal tersebut.

Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan proses pendidikan melalui aktivitas jasmani dan sekaligus merupakan proses pendidikan untuk meningkatkan kemampuan jasmani. Dari pengertian tersebut jelas bahwa di dalam Penjasorkes terdapat olah gerak tubuh, bergerak, riang, gembira, dan yang paling penting adalah untuk meningkatkan kebugaran jasmani. Dalam hal ini siswa sebagai pelaku proses pembelajaran Penjasorkes, sehingga dalam melakukan proses pembelajaran tersebut dipengaruhi oleh motivasi yang ada di dalam dirinya sendiri.

Motivasi merupakan faktor yang menentukan seseorang dalam memilih kegiatan, sehingga besar sekali pengaruhnya terhadap pencapaian tujuan yang ingin dicapainya. Ditinjau dari asalnya motivasi dari dalam diri individu (intrinsik) dan motivasi dari luar individu (ekstrinsik) sangat bergantung pada individu. Masing-masing individu berbeda dalam memilih satu kegiatan atau satu aktivitas, tetapi apabila memilih satu kegiatan yang sama pada hakikatnya akan memiliki motivasi yang berbeda. Motivasi siswa kelas IX dalam mengikuti

pembelajaran Penjasorkes di SMP Negeri 1 Singaparna dalam penelitian ini akan diungkapkan melalui penelitian kualitatif deskriptif.

#### **2.4 Pertanyaan Penelitian**

1. Kesehatan

Apakah kesehatan mempengaruhi motivasi belajar siswa?

2. Perhatian

Apakah siswa selalu memperhatikan guru pada saat proses pembelajaran berlangsung?

3. Minat

Bagaimana minat siswa dalam mengikuti pembelajaran PENJASORKES?

4. Bakat

Apakah bakat mempengaruhi motivasi belajar siswa?

5. Metode mengajar

Bagaimana guru menggunakan metode belajar pada saat pembelajaran berlangsung?

6. Alat bantu pelajaran

Apa saja alat bantu pelajaran yang diberikan kepada siswa?

7. Kondisi lingkungan

Apakah kondisi lingkungan mempengaruhi motivasi belajar siswa?