



Journal Physical Health Recreation (JPHR)

Volume 5 Nomor 4 ; September 2025

<https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/JPHR>

e-ISSN : 2747- 013X

Motivasi Siswa Terhadap Olahraga Lompat Jauh SMP Budi Mulia Medan

Student Motivation For Distance Jumping Sports At Budi Mulia Junior High School Medan

Josep Martubur Sitorus¹, Julisman Gulo², Yolrind Exaudi Lase³, Elsa Firani Nowima
Mendrofa⁴

{josepstr@gmail.com¹, julismangulo@gmail.com², yolrindlase@gmail.com³,
elsamendrofa@gmail.com⁴}

Sekolah Tinggi Olahraga dan Kesehatan Bina Guna, Jl. Alumunium Raya No.77, Tj. Mulia
Hilir, Kec. Medan Deli, Kota Medan, Sumatera Utara 20241¹, Jl. Alumunium Raya No.77, Tj.
Mulia Hilir, Kec. Medan Deli, Kota Medan, Sumatera Utara 20241², Jl. Alumunium Raya
No.77, Tj. Mulia Hilir, Kec. Medan Deli, Kota Medan, Sumatera Utara 20241³, Jl.
Alumunium Raya No.77, Tj. Mulia Hilir, Kec. Medan Deli, Kota Medan, Sumatera Utara
20241⁴

Abstract. Tujuan dari bentuk penelitian deskriptif ini adalah untuk menjelaskan motivasi yang dimiliki oleh para siswa di Sekolah Menengah Pertama Budi Mulia di Medan untuk mencoba lompat jauh. Tiga ratus siswa laki-laki dari Sekolah Menengah Pertama Budi Mulia Medan yang terlibat dalam atletik dan telah diinstruksikan dalam lompat jauh dimasukkan dalam populasi penelitian ini. Sampel untuk penelitian ini ditentukan dengan menggunakan pendekatan sampling lengkap. Dalam penelitian ini, sampel terdiri dari seluruh populasi penelitian, yang mencakup tiga puluh siswa. Kuesioner digunakan sebagai instrumen penelitian, dan didasarkan pada skala Likert. Terdapat lima jawaban berbeda yang tersedia untuk pertanyaan kuesioner. Metode analisis data yang digunakan adalah persentase. Berdasarkan hasil analisis data, diperoleh hasil sebagai berikut: Dengan skor rata-rata 3,6, sub indikator untuk menentukan apakah siswa memiliki keinginan untuk berpartisipasi dalam olahraga lompat jauh atau tidak, dapat dianggap dapat diandalkan. Skor rata-rata 3,5 menunjukkan bahwa sub indikator perilaku siswa terhadap olahraga lompat jauh tergolong dalam kategori positif. Dengan perolehan skor rata-rata 3,1, maka sub indikator dorongan siswa terhadap olahraga lompat jauh dapat dikatakan dalam kategori baik. Sub indikator kegembiraan siswa untuk lompat jauh memiliki skor rata-rata 3,3, yang menempatkannya dalam kategori sangat baik. Hal ini menunjukkan bahwa skor rata-rata memuaskan. Dengan skor rata-rata 3,3, dapat dikatakan bahwa secara keseluruhan motivasi siswa terhadap lompat jauh secara rata rata baik.

Keywords: Motivasi, Olahraga, Lompat jauh.

1 Pendahuluan

Perubahan telah terjadi dalam berbagai disiplin ilmu, termasuk perubahan dalam bidang olahraga, sebagai konsekuensi dari perluasan dan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi pada periode kontemporer. Perubahan-perubahan ini terjadi sebagai hasil dari teknologi dan ilmu pengetahuan modern. Sebagai konsekuensi dari perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, beberapa penemuan baru telah dibuat oleh para ahli di bidang olahraga. Penemuan-penemuan ini telah diciptakan dalam bentuk peralatan yang sangat canggih yang sangat berguna dan menguntungkan untuk tujuan meningkatkan performa atletik. Selain itu, ada terobosan yang dibuat dalam hal teori yang berkaitan dengan pendekatan.

Ada beberapa alasan yang berbeda mengapa seseorang dapat bergabung dalam kegiatan olahraga itu sendiri, dan alasan-alasan ini terkait dengan alasan mengapa seseorang berpartisipasi dalam olahraga. Menurut pernyataan yang dibuat oleh Sajoto pada tahun 1992, “kegiatan olahraga meliputi beberapa aspek, yaitu olahraga untuk rekreasi, olahraga untuk pendidikan, dan terutama olahraga untuk prestasi.”

Kesimpulan bahwa keterlibatan olahraga dalam masyarakat akan memberikan pengaruh yang baik terhadap keberhasilan orang-orang yang berpartisipasi di dalamnya adalah sesuatu yang dapat dicapai dengan mempertimbangkan tujuan-tujuan yang telah dibahas di atas. Berpartisipasi dalam olahraga atau pendidikan jasmani juga dapat membantu seseorang mencapai tingkat pencapaian pribadi yang terbaik, yang merupakan tujuan lain dari kegiatan-kegiatan ini. Memiliki keunggulan dibandingkan individu lain merupakan prasyarat untuk melakukan apa saja, yang pada gilirannya akan meningkatkan martabat individu yang melakukan kejahatan, serta martabat daerah dan bangsanya.

Di SMP Budi Mulia Medan, pertumbuhan dan perkembangan pendidikan jasmani belum sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan. Hal ini terjadi baik dari segi tujuan maupun pertumbuhannya. Di sisi lain, pelaksanaan program olahraga atau pendidikan jasmani di setiap sekolah dasar akan menginspirasi siswa untuk menantang diri mereka sendiri untuk mencapai tingkat keberhasilan yang lebih tinggi daripada yang pernah mereka capai di masa lalu.

Peran instruktur, minat dan keterampilan siswa, dukungan masyarakat, dan motivasi siswa itu sendiri, semuanya sangat mendukung profesionalisme guru pendidikan jasmani. Dalam hal menghasilkan tingkat prestasi setinggi mungkin, semua faktor ini sangat penting. Untuk tujuan pelaksanaan pelatihan, hal ini merupakan tambahan dari aspek fasilitas pendukung yang komprehensif. Selain dapat berhubungan dengan murid-murid mereka pada tingkat yang lebih pribadi, guru pendidikan jasmani juga dituntut untuk memberikan pelatihan. Ini adalah persyaratan yang harus dipenuhi. Meningkatkan tingkat motivasi di antara para siswa dalam bidang pendidikan jasmani adalah tujuan yang dapat dicapai melalui penggunaan strategi ini.

Banyak siswa yang mengikuti kompetisi lompat jauh di SMP Budi Mulia Medan, menurut pengamatan penulis, masih belum memiliki semangat yang seharusnya. Meskipun baru melakukan satu kali lompatan, mereka sudah meminta untuk istirahat dari olahraga tersebut. Sejumlah siswa menghindari lompat jauh karena khawatir kotor dan mencederai diri sendiri. Akibatnya, instruktur biasanya mendorong siswa-siswa ini untuk mencobanya karena mereka khawatir akan terluka. Agar siswa dapat berhasil dalam proses memperoleh pendidikan jasmani, sangat penting bagi mereka untuk mengalami peningkatan dalam tingkat motivasi mereka. Siswa akan lebih mungkin untuk gigih dalam berlatih, berhati-hati dalam pendekatan mereka, dan antusias dengan latihan mereka jika mereka memiliki dorongan yang tinggi sebagai siswa. Hal ini dapat membantu pencapaian prestasi yang lebih baik juga, sebagai hasil dari fakta bahwa siswa memiliki tingkat motivasi yang sangat tinggi. Dalam hal subjek psikologi memotivasi, para guru dapat melakukan hal ini. Salah satu variabel yang paling bermanfaat dalam mengejar kesuksesan adalah antusiasme seseorang untuk berkembang, selain bakat dan kondisi fisiknya. Ini adalah kebenaran yang sudah diketahui secara umum.

Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mencari tahu sejauh mana siswa-siswi di SMP Budi Mulia Medan terdorong untuk berpartisipasi dalam lompat jauh. Secara khusus, peneliti tertarik untuk menemukan seberapa besar keterlibatan siswa dalam lompat jauh. Dalam bentuk karya ilmiah, pengetahuan ini akan tersedia bagi para pembaca.

2 Metode

Investigasi terhadap masalah siswa di Sekolah Menengah Pertama Budi Mulia di Medan yang tidak termotivasi untuk belajar adalah tujuan dari penelitian ini. Berdasarkan hal ini, penelitian ini dapat diklasifikasikan sebagai penelitian deskriptif. Sebuah penelitian yang tidak bertujuan untuk menguji hipotesis tertentu, melainkan hanya menyatakan apa adanya sebuah variabel, dapat dikategorikan sebagai penelitian deskriptif, sesuai dengan definisi yang diberikan oleh Suharsimi (1999). Penelitian ini, sebagai hasilnya, menawarkan penjelasan tentang apa yang memotivasi orang.

Pendekatan yang terdiri dari melakukan wawancara dengan responden yang mampu memberikan jawaban atas masalah motivasi yang dimaksud, pada awalnya dilakukan untuk memperoleh gambaran yang jelas mengenai masalah motivasi yang dihadapi siswa SMP sejak awal.

Setelah metodologi atau studi pendahuluan, tahap selanjutnya adalah menyebarkan kuesioner kepada setiap responden. Tahap ini mengikuti metodologi. Pada awalnya, setiap jawaban dari kuesioner dievaluasi secara individual, dan kemudian, untuk membuat laporan penelitian lebih mudah dipahami, jawaban-jawaban tersebut dikelompokkan berdasarkan jenis jawaban yang diberikan. Setelah pengumpulan kuesioner dan kompilasi data selesai, data kemudian diproses melalui penggunaan analisis statistik deskriptif. Analisis statistik ini menggunakan teknik seperti tabulasi frekuensi atau teknik persentase, sesuai dengan Yusuf (1997) dan rumus statistik yang disajikan di bawah ini:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P = Jumlah Persentase Jawaban

F = Frekuensi

N = Jumlah Responde

3 Hasil

1. Analisis Deskriptif

Dalam analisis ini semua jawaban dari angket yang telah diberikan kepada responden. Kemudian disusun per-item soal menurut indikator dari kelompok variabel yang ada dan dibagi, lalu diolah dalam bentuk persentase. Indikator tersebut antara lain yaitu :
Keinginan

Untuk melihat lebih rinci tentang motivasi siswa terhadap olah raga lompat jauh berdasarkan indikator keinginan. Berdasarkan dari butir-butir angket dilihat dari indikator keinginan tersebut yaitu dari butir soal 1 sampai butir soal 6 yang disebarkan kepada 30 responden dalam penelitian ini.

Setelah dianalisis melalui distribusi frekuensi dari 30 responden yang menjawab sangat setuju 5 orang (16,7%) setuju 10 Orang (33,3%), ragu-ragu 10 orang (33,3%), tidak setuju 5 orang (16,7%), dan sangat tidak setuju tidak ada (0%). Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 1 dan histogram berikut.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Indikator Keinginan

Kualifikasi Angket	Skor (X)	F	f%	Fcb	Fcb%	Fx
SS	5	5	16,7	30	100	25
S	4	10	33,3	25	83,3	40
RR	3	10	33,3	15	50	30
TS	2	5	16,7	5	16,7	10
STS	1	0	0	0	0	0
Jumlah		30				105

Keterangan :

f : Frekuensi

f% : Persentase frekuensi

f cb : Frekuensi kumulatif dari bawah

f cb% : Persentase frekuensi kumulatif dari bawah

f x : Frekuensi kali x

Selanjutnya sesuai pada tabel 2 bila dianalisa skor indikator keinginan siswa motivasi terhadap olah raga lompat jauh yang dimiliki oleh siswa skor terendah 1 dan skor tertinggi 5 dengan rata-rata 3,6 hal ini termasuk baik. Bila kita sesuaikan dengan klasifikasi angket ini yang dibagi menjadi 5 (lima) rata-rata skor angket 4,1 - 5,0 baik sekali, 3,1 - 4,0 baik, 2,1 - 3,0 sedang, 1,1 - 2,0 kurang, dan kurang dari 1,1 kurang sekali.

b. Tingkah Laku.

Untuk melihat lebih rinci tentang motivasi siswa terhadap olah raga lompat jauh berdasarkan indikator tingkah laku. Berdasarkan dari butir-butir angket dilihat dari indikator tingkah laku tersebut yaitu butir soal 7 sampai butir soal 18 yang disebarkan kepada 30 responden dalam penelitian ini.

Setelah dianalisis melalui distribusi frekuensi yang menjawab dari 30 responden yang menjawab sangat setuju 5 orang (16%), setuju 8 orang (26,7%), ragu-ragu 10 orang (33,3%), tidak setuju 5 orang (16,7%), dan sangat tidak setuju ada 2 orang yang memilih (6,6%). Untuk lebih jelasnya dapat dilihat tabel 3 dan histogram berikut ini.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Indikator Tingkah Laku

Kualifikasi Angket	Skor (X)	F	f%	Fcb	Fcb%	fx
SS	5	5	16,7	30	100	25
S	4	8	26,7	25	83,3	32
RR	3	10	33,3	17	56,3	30
TS	2	5	16,7	7	23,3	10
STS	1	0	6,6	2	6,6	2
Jumlah		30				99

Keterangan :

f : Frekuensi

f% : Persentase frekuensi

f cb : Frekuensi kumulatif dari bawah

f cb% : Persentase frekuensi kumulatif dari bawah

f x : Frekuensi kali x

Selanjutnya sesuai pada tabel 2 bila dianalisa skor indikator tingkah laku siswa terhadap motivasi olah raga lompat jauh yang dimiliki oleh siswa skor terendah 1 dan skor tertinggi 5 dengan rata-rata 3,5 hal ini termasuk baik. Bila kita sesuaikan dengan klasifikasi angket ini yang dibagi menjadi 5 (lima) rata-rata skor angket 4,1 - 5,0 baik sekali, 3,1 - 4,0 baik, 2,1 - 3,0 sedang, 1,1 - 2,0 kurang, dan kurang dari 1,1 kurang sekali.

c. Dorongan

Untuk melihat lebih rinci tentang motivasi siswa terhadap olah raga lompat jauh berdasarkan indikator dorongan. Berdasarkan dari butir-butir angket dilihat dari indikator dorongan tersebut yaitu butir soal 13 sampai butir soal 18 yang disebarkan kepada 30 responden dalam penelitian ini. Setelah dianalisis melalui distribusi frekuensi yang menjawab dari 30 responden yang menjawab sangat setuju 5 orang (16,7%), setuju 8 orang (26,7%), ragu-ragu 8 orang (26,7%), dan tidak setuju 5 orang (16,7%), dan sangat tidak setuju ada 4 orang (13,3%). Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 3 dibawah ini.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Indikator Dorongan

Kualifikasi Angket	Skor (X)	F	f%	Fcb	Fcb%	fx
SS	5	5	16,7	30	100	25
S	4	8	26,7	25	83,3	32
RR	3	8	26,7	17	55,6	24
TS	2	5	16,7	9	29,9	10

STS	1	4	13,3	4	13,3	4
Jumlah		30				95

Keterangan :

f : Frekuensi

f% : Persentase frekuensi

f cb : Frekuensi kumulatif dari bawah

f cb% : Persentase frekuensi kumulatif dari bawah

f x : Frekuensi kali x

Selanjutnya sesuai pada tabel 4 bila dianalisa skor indikator dorongan siswa terhadap motivasi olah raga lompat jauh yang dimiliki oleh siswa skor terendah 1 dan skor tertinggi 5 dengan rata-rata 3,1 hal ini termasuk baik. Bila kita sesuaikan dengan klasifikasi angket ini yang dibagi menjadi 5 (lima) rata-rata skor angket 4,1 - 5,0 baik sekali, 3,1 - 4,0 baik, 2,1 - 3,0 sedang, 1,1 - 2,0 kurang, dan kurang dari 1,1 kurang sekali.

d. Semangat

Untuk melihat lebih rinci tentang motivasi siswa terhadap olah raga lompat jauh berdasarkan indikator, semangat. Berdasarkan dari butir-butir angket dilihat dari indikator semangat tersebut yaitu butir soal 19 sampai soal 26 yang disebarkan kepada 30 responden menjawab sangat setuju 8 orang (26,7%), setuju 5 orang (16,7%), ragu-ragu 8 orang (26,7%), tidak setuju 5 orang (16,7%), dan sangat tidak setuju ada 4 orang (13,3%). Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 5 dibawah ini.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Indikator Semangat

Kualifikasi Angket	Skor (X)	F	f%	Fcb	Fcb%	fx
SS	5	8	26,7	30	100	40
S	4	5	16,7	22	73,3	20
RR	3	8	26,7	17	56,7	24
TS	2	5	16,7	9	30	10
STS	1	4	13,3	4	13,3	4
Jumlah		30				98

Keterangan :

f : Frekuensi

f% : Persentase frekuensi

f cb : Frekuensi kumulatif dari bawah

f cb% : Persentase frekuensi kumulatif dari bawah

f x : Frekuensi kali x

Selanjutnya sesuai pada Tabel 4 bila dianalisa skor indikator semangat siswa terhadap motivasi olah raga lompat jauh yang dimiliki oleh siswa skor terendah 1 dan skor tertinggi 5

dengan rata-rata 3,3 hal termasuk baik. Bila kita sesuaikan dengan klasifikasi angket ini yang dibagi menjadi 5 (lima) rata-rata skor angket 4,1 - 5,0 baik sekali, 3,1 - 4,0 baik, 2,1 - 3,0 sedang, 1,1 - 2,0 kurang, dan kurang dari 1,1 kurang sekali.

e. Motivasi Secara Keseluruhan.

Untuk melihat lebih rinci tentang motivasi siswa terhadap olah raga lompat jauh berdasarkan secara keseluruhan. Berdasarkan dari butir-butir angket dilihat dari indikator keinginan, tingkah laku, dorongan, dan semangat tersebut yaitu butir soal dimulai dari butir soal 1 sampai butir soal 26 yang disebarakan kepada 30 responden dalam penelitian ini. Setelah dianalisis melalui distribusi frekuensi yang menjawab dari 30 responden yang menjawab sangat setuju 6 orang (20%), setuju 8 orang (26,7%), ragu-ragu 8 orang (26,7%), dan tidak setuju 5 orang (16,7%), dan sangat tidak setuju ada 3 orang (10%). Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 5 berikut ini.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Variabel Motivasi Keseluruhan

Kualifikasi Angket	Skor (X)	F	F%	Fcb	Fcb%	fx
SS	5	6	20	30	100	30
S	4	8	26,7	24	80	32
RR	3	8	26,7	16	43,3	24
TS	2	5	16,7	8	26,6	10
STS	1	3	10	3	10	3
Jumlah		30				97

Selanjutnya sesuai pada tabel 5 bila dianalisa skor motivasi siswa terhadap motivasi olah raga lompat jauh yang dimiliki oleh siswa skor terendah 1 dan skor tertinggi 5 dengan rata-rata 3,3 hal ini termasuk baik. Bila kita sesuaikan dengan klasifikasi angket ini yang dibagi menjadi 5 (lima) rata-rata skor angket 4,1 - 5,0 baik sekali, 3,1 - 4,0 baik, 2,1 - 3,0 sedang, 1,1 - 2,0 kurang, dan kurang dari 1,1 kurang sekali.

4 Diskusi

Di antara cabang olahraga yang dipertandingkan di setiap kompetisi nasional adalah atletik. Kompetisi-kompetisi ini selalu menampilkan perlombaan di mana medali ditentukan berdasarkan hasil kompetisi antara masing-masing kelompok regional. Demikian juga dengan perlombaan di daerah seperti PORPROV yang selalu dipertandingkan oleh KONI Sumatera Utara dengan KONI daerah, atletik selalu masuk dalam perhitungan, begitu juga dengan cabang olahraga lompat jauh yang termasuk dalam ajang yang sangat bergengsi bagi setiap atlet yang berlaga di cabang olahraga atletik. Selain itu, di ranah atletik dan olahraga sekolah, lompat jauh secara konsisten menjadi subjek kompetisi, baik itu melalui event usia dini maupun Olimpiade olahraga sekolah. Di sekolah menengah pertama, khususnya SMP Budi Mulia di Medan, olahraga tidak hanya menjadi bagian dari kurikulum pendidikan jasmani siswa sekolah menengah pertama, tetapi juga sering menjadi bagian dari kegiatan ekstrakurikuler siswa sekolah menengah pertama itu sendiri.

Pelajaran lompat jauh adalah suatu kegiatan pembelajaran yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan, dan perilaku hidup aktif, serta sikap sportif melalui media pendidikan jasmani. Pelajaran ini diajarkan di setiap kelas sekolah menengah pertama. Pertumbuhan dan perkembangan siswa di semua domain kognitif, emosional, dan psikomotorik difasilitasi oleh lingkungan belajar, yang telah diatur dengan cermat untuk mencapai tujuan ini: Siswa akan memiliki pemahaman yang lebih baik tentang mengapa manusia bergerak serta bagaimana cara bergerak dengan cara yang mencegah cedera, memaksimalkan efisiensi, dan memaksimalkan efektivitas. Selain itu, pengalaman ini dilakukan secara terencana dan berkesinambungan untuk menciptakan sikap positif terhadap diri sendiri sebagai pelaku olahraga dan untuk mengenali manfaat latihan fisik untuk meningkatkan kualitas hidup seseorang sehingga dapat membentuk jiwa yang positif. Hal ini dilakukan untuk meningkatkan kualitas hidup seseorang secara keseluruhan.

Skor rata-rata untuk indikasi motivasi siswa untuk berpartisipasi dalam atletik, khususnya lompat jauh, adalah 3,6, yang dapat diklasifikasikan sebagai baik, sesuai dengan temuan analisis studi yang dilakukan pada lompat jauh. Karena alasan inilah, para pendidik harus didorong untuk mengajar murid-murid mereka dengan cara yang lebih efektif. Ketika melihat indikator perilaku, hasilnya adalah rata-rata 3,5, yang menunjukkan bahwa ini adalah tingkat kinerja yang memuaskan. Oleh karena itu, sangat penting bagi seorang guru untuk memiliki pemahaman yang mendalam tentang murid-muridnya, terutama yang berkaitan dengan perilaku murid-muridnya. Mengubah perilaku siswa sedemikian rupa sehingga menjadi lebih baik sesuai dengan yang diharapkan adalah salah satu hal yang paling penting yang dapat dilakukan terkait dengan tujuan pendidikan.

Berdasarkan indikator dorongan dalam diri individu siswa itu sendiri untuk dapat mengikuti pembelajaran olahraga khususnya lompat jauh, hasil analisis data penelitian secara rata-rata dengan nilai = 3,1 dapat dinyatakan masuk dalam kategori baik. Sebagai konsekuensi dari hal tersebut, maka data hasil penelitian dapat dikatakan berada pada kategori baik. Untuk memiliki pemahaman yang lebih baik tentang bagaimana seorang siswa dapat belajar secara efektif, penting bagi seorang guru untuk memperhatikan kebutuhan khusus setiap siswa ketika mereka mengalami pembelajaran. dengan melihat tingkat motivasi yang ada di dalam diri siswa itu sendiri, pertanyaannya adalah apakah motivasi itu cukup tinggi atau tidak. Berkenaan dengan siswa mereka, hal ini harus menjadi perhatian para pengajar. Guru dapat mendidik murid-muridnya dengan baik dalam pembelajaran atletik jika mereka memiliki semangat belajar yang tinggi dalam diri anak-anak tersebut. Indikator kegembiraan dalam belajar lompat jauh juga diselidiki dalam penelitian ini, yang dilakukan pada seorang siswa. Temuan dari analisis data yang telah dilakukan menunjukkan bahwa skor rata-rata adalah 3,3, yang menempatkannya dalam kategori baik. Hal ini dapat diamati dengan melihat hasilnya. Tingkat antusiasme siswa sering menjadi faktor yang signifikan dalam menentukan hasil yang mereka capai ketika pembelajaran dipertimbangkan. Hasil yang diperoleh akan tinggi jika tingkat antusiasme siswa tinggi, begitu juga sebaliknya. Kita harus terus menjaga semangat kita jika ingin sukses, seperti yang akan dikatakan oleh pelatih atau instruktur kepada kita. Hal ini juga sesuai dengan apa yang mereka katakan.

Memperhatikan temuan penelitian ini, jika ditinjau dari sudut pandang analisis penelitian secara keseluruhan, maka jika dievaluasi secara rata-rata dari hasil analisis data variabel motivasi siswa terhadap lari jarak pendek dengan skor 3,3 dapat dikatakan masuk dalam kategori baik. Jika seorang guru pendidikan jasmani ingin dapat lebih meningkatkan motivasi murid-muridnya ke arah yang lebih positif, hal ini merupakan sesuatu yang mutlak dilakukan. "Orang yang memiliki ketahanan untuk bekerja dengan lebih antusias dan sepenuh hati" adalah kriteria yang dianggap oleh Asnawir (1986) sebagai indikator terpenting apakah seseorang

memiliki motivasi yang kuat dan kemampuan untuk berprestasi atau tidak. Agar anak-anak memiliki motivasi sukses yang tinggi, maka motivasi ini perlu ditumbuhkan dalam diri mereka. Jika seorang siswa telah memiliki tingkat motivasi yang lebih besar, maka ia akan berusaha untuk terlibat secara aktif dan berpartisipasi dalam setiap kegiatan pembelajaran atletik, khususnya partisipasi dalam lompat jauh..

5 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis di atas, dapat disimpulkan sebagai berikut: Sub indikator keinginan siswa terhadap olah raga lompat jauh dapat dikatakan baik, dengan skor rata-ratanya = 3,6. Sub indikator tingkah laku siswa terhadap olah raga lompat jauh dapat dikategorikan baik, dengan skor rata-ratanya = 3,5. Sub indikator dorongan siswa terhadap olah raga lompat jauh dapat dikatakan dalam kategori baik, dengan skor rata-ratanya = 3,1. Sub indikator semangat siswa terhadap olah raga lompat jauh dapat dikatakan dalam kategori baik, dengan skor rata-ratanya = 3,3. Motivasi siswa secara keseluruhan terhadap olah raga lompat jauh secara rata-rata dapat dikatakan baik, dengan skor rata-ratanya =3,3.

Daftar Pustaka

- Arikunto Suharsimi. (1999). *Metode Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asnawir. (1986). *Motivasi Belajar*. Jakarta: Depdikbud
- Basuki. (1992). *Dasar-Dasar Belajar Mengajar Atletik*. Jakarta : Depdikbud.
- Budiningsih. (2004). *Pembelajaran Moral*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Depdikbud. (1998). *Belajar Mengajar Atletik*. Jakarta: Depdikbud.
- Ebel, R. L. (1992). *Essential of Education Measurement*. New York : Prentice Hall.
- Fudyartanta. (2005). *Psikologi Kepribadian*. Yogyakarta : Zenit Publisher.
- Hadi Strisna (1987). *Metode Statistik Pendidikan*. Bandung : Tarsito.
- Jess, Jarver. (2004). *Belajar dan Berlatih Atletik*. Bandung : Pioner Jaya.
- Moh. Sajoto. (1992). *Pembinaan Olah raga Prestasi*. Jakarta: Depdikbud
- Muri Yusuf. (199T). *Penelitian Pendidikan*. Padang : FIP IKIP.
- Sarwono. (1994). *Psikologi Remaja*. Jakarta: Raja Grafindo.
- Setiadarma. (2000). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Singer. (1989). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Singgih Gunarsah. (1989). *Psikologi Dalam Olah raga*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sutrisno, Hadi. (1990). *Statistik Pendidikan*. Yogyakarta. UGM Press.
- Syahrastani. (1999). *Psikologi Olah raga*. Padang : FPOK IKIP.
- Syarifuddin (1991). *Olah raga Lompat Jauh*. Jakarta: Depdikbud.