Perbandingan Tingkat Konsentrasi dan Motivasi Siswa antara Jam ke 1 dan 2 dengan Jam ke 4 dan 5 dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Gaguk Purwanto*, Bambang Ferianto

S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya

*gagukpurwanto14@gmail.com

Abstrak

PJOK merupakan salah satu mata pelajaran yang ada dalam kurikulum satuan Pendidikan mulai dari SD, SMP, SMA dengan fokus pembelajaran melalui aktifitas gerak. Konsentrasi dan motivasi merupakan komponen penting dalam pembelajaran POK yang dapat menunjang kegiatan pembelajaran Tujuan penelitian ini untuk mengetahui perbedaan dan mengetahui seberapa besar perbandingan tingkat konsentrasi dan motivasi siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Subjek penelitian ini menggunakan 264 siswa sebagai populasi dan jumlah sampel yang diambil sebanyak 66 siswa. Jenis penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian non eksperimen dengan pendekatan kuantitatif. Pengambilan data dilakukan dengan memberikan tes konsentrasi dengan *gride concentration test* dan angket motivasi belajar siswa. pengolahan data menggunakan manual dan SPSS for windows release 21.0. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan terhadap tingkat konsentrasi antara siswa jam ke 1 dan 2 dengan siswa jam ke 4 dan 5 dalam pembelajaran PJOK. Pada tingkat motivasi belajar siswa diketahui mempunyai nilai $t_{hitung} \geq t_{tabel}$ sebesar $2,419 \geq 1,668$ dengan $Sig = 0,018 \leq \alpha = 0,05$ yang sesuai dengan kriteria pengujian. Hal ini berarti menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga ada perbedaan motivasi siswa antara jam ke 1 dan 2 dengan jam ke 4 dan 5 dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan pada siswa kelas VII di SMP Negeri 5 Sidoarjo. Motivasi siswa jam ke 1 dan 2 memiliki rata-rata sebesar 171,96 dan siswa jam ke 4 dan 5 memiliki rata-rata motivasi sebesar 162,87.

Kata kunci: Tingkat Konsentrasi dan Motivasi Belajar, Jam Pembelajaran.

Abstract

Sport and Health Education is the one of existing subjects in Education Unit curriculum in elementary, junior high school, and high school which focused on motion activity. Concentration and motivation are important components in Sport and Health Education learning that can support learning activities. The aim of this research was to knowing the information about student's comparison and concentration in Sport and Health Education learning. The subjects of this research was using 264 students as a population 66 students for sample. The type of research is non experimental with quantitative approach. The data were collected by giving concentration test with grid concentration test and student motivation questionnaire, and using SPSS for windows release 21.0 to analyze the data. The results of the research showed that there was no differences between first and second schedule learning with students at fourth and fifth schedule learning. At the student's motivation level there are several different factors between first and second schedule learning with students at fourth and fifth schedule learning. In the same variant assumed the acquisition of t value equal to 2,419 and significance level $p = 0,018$. The results show that $p < 0,05$, meaning there was a difference of them.

Keywords: Level Concentration and Motivation to learn, Hours of learning.

PENDAHULUAN

Menurut Hartono, dkk (2013: 2) pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Tujuan yang ingin dicapai bersifat menyeluruh. Sesuai dengan ketentuan Undang-Undang Nomor 20 tahun 2003, tentang sistem pendidikan nasional pasal 40 ayat 2a yang berbunyi "Pendidikan dan tenaga kependidikan berkewajiban menciptakan suasana pendidikan yang bermakna, menyenangkan, kreatif, dinamis dan dialogis". Namun pada kenyataan di lapangan, suasana tersebut sulit

terwujud karena terdapat berbagai faktor yang kurang mendukung pada saat proses pembelajaran PJOK, contohnya seperti waktu jam pembelajaran PJOK yang dilaksanakan di siang hari dan dilakukan di lapangan *outdoor*. Hal tersebut dapat mengganggu konsentrasi dan motivasi siswa dalam pembelajaran PJOK dikarenakan kondisi cuaca yang kurang mendukung atau panas. Menurut Mylsidayu (2014: 112) konsentrasi adalah kemampuan individu untuk mempertahankan fokus terhadap kegiatan-kegiatan yang ada di dalam suatu lingkungan. Menurut Komarudin (2015: 134) konsentrasi adalah kemampuan memusatkan perhatian pada tugas, dengan

tidak terpengaruh oleh stimulus yang bersifat eksternal maupun internal. Menurut Sagala (2011: 100) motivasi dapat difahami sebagai suatu variabel penyalang yang digunakan untuk menimbulkan faktor-faktor tertentu di dalam organisme. Menurut Hanafiah dan Suhana (2012: 26) motivasi belajar merupakan kekuatan (*power motivation*), daya pendorong (*driving force*). Berdasarkan pengalaman selama menjalani Program Pengelolaan Pembelajaran (PPP) di SMP Negeri 5 Sidoarjo pada tanggal 17 Juli sampai 2 September 2017, peneliti menemukan perbedaan perilaku belajar siswa selama mengikuti pembelajaran PJOK. Pada jam pembelajaran ke 4 dan 5 siswa sebelum pembelajaran dimulai, siswa selalu mengeluh dengan kondisi cuaca yang panas. Hal ini dikarenakan pembelajaran PJOK jam ke 4 dan 5 dilaksanakan pada siang hari di saat matahari mulai terasa menyengat. Sedangkan pelaksanaan pembelajaran PJOK jam ke 1 dan 2 dilaksanakan di pagi hari disaat kondisi cuaca yang masih segar. Dalam pembelajaran PJOK jam ke 1 dan 2 siswa terlihat begitu antusias, siswa melakukan apa yang diinstruksikan oleh guru dan siswa terlihat aktif dalam mengikuti pembelajaran PJOK. Waktu yang digunakan dalam pembelajaran PJOK di SMP Negeri 5 Sidoarjo adalah jam ke 1 dan 2 hingga jam pembelajaran ke 4 dan 5. Berdasarkan uraian dari latar belakang di atas maka, peneliti mengadakan penelitian dengan judul "Perbandingan Tingkat Konsentrasi dan Motivasi Siswa antara Jam ke 1 dan 2 dengan Jam ke 4 dan 5 dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Pada Siswa Kelas VII SMPN 5 Sidoarjo".

METODE

Jenis penelitian ini adalah jenis penelitian non eksperimen dengan menggunakan pendekatan kuantitatif.

Desain penelitian ini tergolong dalam kategori komparatif, yaitu suatu penelitian yang membandingkan satu kelompok sampel dengan kelompok sampel lainnya berdasarkan variabel atau ukuran-ukuran tertentu (Maksum, 2012:104).

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 5 Sidoarjo yang beralamat di jalan Untung Suropati No. 24 Sidoarjo. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII di SMP Negeri 5 Sidoarjo dengan besar populasi 254 Kelas.

Sampel yang digunakan adalah *purposive Sampling* dan *cluster random sampling*. Instrumen penelitian ini menggunakan 2 item tes yaitu:

1. Tes konsentrasi
2. Angket Motivasi Siswa

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari penelitian disajikan menggunakan analisis statistik deskriptif sebagai berikut:

1. Data Konsentrasi Siswa

Tabel 1. Deskripsi Data Tes Konsentrasi Siswa

Deskripsi	Jam ke 1 dan 2	Jam ke 4 dan 5	Beda
Jumlah sampel	33	33	0
Rata-rata	5.1515	6.4545	1.303
Standar deviasi	3.30833	2.84045	0.46788
Varian	10.945	8.068	2.877
Nilai Maksimum	14.00	13.00	1
Nilai Minimum	.00	.00	0

Berdasarkan tabel 1 hasil tes konsentrasi siswa kelas VII jam pembelajaran ke 1 dan 2 menghasilkan jumlah rata-rata sebesar 5.1515, standar deviasi sebesar 3.30833, dengan varian 10.945, serta nilai tertinggi 14.00 dan nilai terendah .00. Sedangkan hasil tes konsentrasi siswa kelas VII jam pembelajaran ke 4 dan 5 menghasilkan jumlah rata-rata sebesar 6.4545, standar deviasi sebesar 2.84045, dengan varian 8.068, serta nilai tertinggi 13.00 dan nilai terendah 00.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas Tes Konsentrasi Siswa

Deskripsi	Jam ke 1 dan 2	Jam ke 4 dan 5
N	33	33
Mean	5.1515	6.4545
P-value	.155	.950
Keterangan	(p) > a = 0,05	(p) > a = 0,05
Status	Normal	Normal

Dari tabel 2 dapat dijelaskan bahwa nilai signifikansi dari tingkat konsentrasi siswa dalam pembelajaran PJOK diperoleh nilai signifikansi *P-Value* lebih besar dari nilai alpha (5%), sehingga diputuskan H0 diterima yang berarti data yang diperoleh memiliki distribusi normal.

Tabel 3. Hasil Perhitungan Uji-T independen

Variabel	T _{hitung}	T _{tabel}	Keterangan
Konsentrasi siswa jam ke 1 dan 2 dengan siswa jam ke 4 dan 5	1,717	1,668	Tidak ada perbedaan

Menurut Widiyanto (2012 Kriteria Pengujian uji t sebagai berikut :

- 1) H₀ ditolak dan H_a diterima, jika t_{hitung} ≥ t_{tabel} dengan Sig ≤ α = 0,05
- 2) H₀ diterima dan H_a ditolak, jika t_{hitung} ≤ t_{tabel} dengan Sig ≥ α = 0,05

Berdasarkan pada table 3 menunjukkan bahwa hasil uji t konsentrasi siswa jam ke 1 dan 2 dengan

siswa jam ke 4 dan 5 mempunyai nilai t_{hitung} sebesar $1,717 \geq t_{tabel} 1,668$ dengan $Sig = 0,091 \leq \alpha = 0,05$ yang sesuai dengan kriteria pengujian. Hal ini berarti menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga tidak ada perbedaan konsentrasi siswa antara jam ke 1 dan 2 dengan jam ke 4 dan 5 dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan pada siswa kelas VII di SMP Negeri 5 Sidoarjo.

2. Data Motivasi Siswa

Tabel 4. Deskripsi Data Angket Motivasi Belajar Siswa

Deskripsi	Jam ke 1 dan 2	Jam ke 4 dan 5	Beda
Jumlah sampel	33	33	0
Rata-rata	171.9697	162.8788	9.0909
Standar Deviasi	16.37354	14.06404	2.3095
Varian	268.093	197.797	70.296
Nilai Maksimum	203.00	193.00	10
Nilai Minimum	142.00	123.00	19

Berdasarkan tabel 4 hasil pengisian angket motivasi belajar siswa kelas VII jam pembelajaran ke 1 dan 2 menghasilkan jumlah rata-rata sebesar 171.9697, standar deviasi sebesar 16.37354, dengan varian 268.093, serta nilai tertinggi 203.00 dan nilai terendah 142.00 sedangkan hasil pengisian angket motivasi belajar siswa kelas VII jam pembelajaran ke 4 dan 5 menghasilkan jumlah rata-rata sebesar 162.8788, standar deviasi sebesar 14.06404, dengan varian 197.797, serta nilai tertinggi 123.00 dan nilai terendah 14.06404.

Dari penjelasan hasil perhitungan di atas dapat disimpulkan, bahwa nilai motivasi siswa jam ke 1 dan 2 lebih baik dari jam ke 4 dan 5 dikarenakan ada berbagai macam faktor.

Tabel 5. Tabel Pengujian Normalitas Motivasi Siswa

Deskripsi	Jam ke 1 dan 2	Jam ke 4 dan 5
N	33	33
Mean	171.9697	162.8788
P-value	.631	.468
Keterangan	$(p) > \alpha = 0,05$	$(p) > \alpha = 0,05$
Status	Normal	Normal

Dari tabel 5 dapat dijelaskan bahwa nilai signifikansi dari tingkat konsentrasi siswa dalam pembelajaran PJOK diperoleh nilai signifikansi P-Value lebih besar dari nilai alpha (5%), sehingga diputuskan H_0 diterima yang berarti data yang

diperoleh memiliki distribusi normal. Sehingga data penelitian tersebut layak digunakan untuk penelitian selanjutnya.

Tabel 6. Hasil Perhitungan Uji-T independen

Variabel	T_{hitung}	T_{tabel}	Keterangan
Motivasi siswa jam ke 1 dan 2 dengan siswa jam ke 4 dan 5	2.419	1,668	Ada perbedaan

Berdasarkan pada tabel 6 menunjukkan bahwa hasil uji t hasil motivasi siswa jam ke 1 dan 2 dengan jam ke 4 dan 5. mempunyai nilai t_{hitung} sebesar $2.419 \geq t_{tabel} 1,668$ dengan $Sig = 0,018 \leq \alpha = 0,05$ yang sesuai dengan kriteria pengujian. Hal ini berarti menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga ada perbedaan motivasi siswa antara jam ke 1 dan 2 dengan jam ke 4 dan 5 dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan pada siswa kelas VII SMP Negeri 5 Sidoarjo.

Tabel 7. Deskriptif Group Statistik Motivasi Siswa

Nilai Motivasi	Kelompok	N	Mean
Nilai Motivasi	Siswa jam ke 1 dan 2	33	171.9697
	Siswa jam ke 4 dan 5	33	162.8788

Jika dilihat dari tabel 7 diperoleh nilai mean pada siswa jam ke 1 dan 2 sebesar 171.9697 dan siswa jam ke 4 dan 5 sebesar 162.8788. Nilai tersebut berarti rata-rata tingkat motivasi siswa jam ke 1 dan 2 sebesar 171.9697 dan rata-rata tingkat motivasi siswa jam ke 4 dan 5 sebesar 162.8788. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa tingkat motivasi belajar siswa jam ke 1 dan 2 lebih tinggi dari pada siswa jam ke 4 dan 5.

PENUTUP

Simpulan

Sebagaimana telah dijelaskan pada bab IV secara umum, peneliti telah menjawab rumusan masalah yang telah diajukan, demikian pula hipotesis merupakan arah kegiatan penelitian ini telah diuji maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Tidak ada perbedaan tingkat konsentrasi antara siswa jam ke 1 dan 2 dengan siswa jam ke 4 dan 5 dalam pembelajaran PJOK.
2. Ada perbedaan tingkat motivasi antara siswa jam ke 1 dan 2 dengan siswa jam ke 4 dan 5 dalam pembelajaran PJOK.
3. Dari perhitungan data konsentrasi siswa jam ke 1 dan 2 dengan jam ke 4 dan 5 tidak ditemukan perbedaan
4. Tingkat motivasi yang dimiliki siswa jam ke 1 dan 2 dalam pembelajaran PJOK memiliki rata-rata yaitu sebesar 171.96 sedangkan siswa jam ke 4 dan

5 memiliki rata-rata motivasi sebesar 162.87. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tingkat motivasi siswa jam ke 1 dan 2 lebih tinggi dibandingkan tingkat motivasi siswa jam ke 4 dan 5.

Saran

Berdasarkan keseluruhan dari hasil dan pembahasan pada penelitian ini, maka ada beberapa saran yang diharapkan dapat memberi manfaat dari hasil penelitian ini. Adapun saran tersebut sebagai berikut :

1. Guru harus selalu memperhatikan karakteristik tiap siswanya agar dapat mengembangkan model pembelajaran yang tepat, serta memelihara motivasi siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Agar dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran, siswa memiliki motivasi yang lebih baik.
2. Penelitian ini dapat dikembangkan dan menambah jumlah sampel agar hasilnya dapat digeneralisasikan lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

Hanafiah, Nanang dan Suhana, Cucu. 2012. *Konsep Strategi Pembelajaran*. Bandung: PT Refika Aditama.

Hartono, dkk. 2013. *Pendidikan Jasmani : sebuah pengantar*. Surabaya: UNESA Unevrstity Press

Komarudin. 2015. *Psikologi Olahraga*. Bandung : Remaja Rosdakarya.

Maksum, Ali. 2012. *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.

Mylsidayu, Apta. 2014, *Psikologi Olahraga*. Jakarta : Bumi Aksara.

Sagala, Syaiful. 2011. *Konsep dan Makna Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta.

Undang – undang Republik indonesia Nomer 20 Tahun 2003. *Tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Restindo Mediatama: Jakarta

Widiyanto, Mikha Agus, 2013. *Statistika Terapan*. Jakarta: Elex Media Komputindo.