

# PENGARUH SENAM KREASI TERHADAP MOTIVASI DAN HASIL BELAJAR SISWA PADA MATA PELAJARAN PJOK DI MIN 10 HULU SUNGAI SELATAN

Zainah Rahmiyati<sup>1</sup>, Barsihanor<sup>2</sup>, Jumiati<sup>3</sup>

<sup>1</sup> PGMI,86232, Studi Islam, Universitas Islam Kalimantan MAB Banjarmasin, NPM 16520016  
<sup>2</sup> PGMI,86232, Studi Islam, Universitas Islam Kalimantan MAB Banjarmasin, NIDN. 1111089001  
<sup>3</sup> PGMI,86232, Studi Islam, Universitas Islam Kalimantan MAB Banjarmasin, NIDN. 1118038804

[zainahrahmiyati@gmail.com](mailto:zainahrahmiyati@gmail.com)  
[barsihanor@uniska-bjm.ac.id](mailto:barsihanor@uniska-bjm.ac.id)  
[Jumiati.jumi88@gmail.com](mailto:Jumiati.jumi88@gmail.com)

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh senam kreasi terhadap motivasi dan hasil belajar siswa pada mata pelajaran PJOK di Min 10 Hulu Sungai Selatan. Pendekatan dalam penelitian adalah kuantitatif dengan jenis quasi eksperimen dan desain *Nonequivalent control group design*. Populasi dalam penelitian ini adalah kelas IV dan V MIN 10 Hulu Sungai Selatan, dengan sampel sebanyak 16 siswa. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan angket, tes, dan dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan adalah uji t dan Anova 2 jalur dengan jenis MANOVA, yang sebelumnya diuji prasyarat yaitu uji normalitas dan homogenitas. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa (1) Hasil Uji t angket motivasi belajar siswa diperoleh nilai  $sig. < 0,05$  yaitu  $0,00 < 0,05$  sehingga  $H_0$  di tolak dan  $H_a$  diterima dengan rata-rata hasil post-test kelas eksperimen sebesar 74,29. (2) Hasil Uji t hasil belajar siswa diperoleh  $sig < 0,05$  yaitu  $0,497 > 0,05$  sehingga  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak dengan rata-rata hasil *post test* kelas eksperimen 75,71. (3) Hasil uji Anova 2 jalur dengan jenis MANOVA angket motivasi dan hasil belajar diperoleh nilai  $sig. > 0,05$  yaitu  $1 > 0,05$  sehingga  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak.

**Kata Kunci:** Senam Kreasi; Motivasi; Hasil Belajar.

---

## ABSTRACT

This research is motivated by the lack of motivation and learning outcomes. For this reason the researcher conducted an experiment using the gymnastics creation to find out the effect gymnastics creation on motivation and learning outcomes of class IV and V student at MIN 10 Hulu Sungai Selatan. The approach used in this study is a quantitative approach with a type of quasy experiment and the design of Nonequivalent control grup design. The population in this study were all fourthgrade students of MIN 10 Hulu Sungai Selatan, with a sample of two classes consisting of 16 students. The sampling technique uses purposive sampling. Data collection tehniqe use questionnaires, test, and documentation. The data analysis technique used was t-test and 2-way ANOVA with MANOVA type, which had previously been tested for prerequisite namely normality and homogeneity test. The result of this study indicate that (1) The result of the motivation questionnaire t test obtained Sig value  $< 0,05$  is  $0,000 < 0,05$  so that  $H_0$  is rejected and  $H_a$  is a accepted, meaning that there is a significant influence of the gymnastics creation exercise on motivation student at the MIN 10 Hulu Sungai Selatan with the average post-scale result of the experimental class 74, 29. (2) The result of t test result of learning outcomes obtained Sig value  $< 0,05$  which is  $0,497 > 0,05$ .so  $H_0$  is accepted and  $H_a$  is rejected, meaning that there is significant influence on the learning outcomes obtained Sig of class IV and V at MIN 10 Hulu Sungai Selatan with average post-scale result of the exspermental class 75,71. (3) Result of 2-way ANOVA test with MANOVA type of motivation and learning outcomes obtained Sig  $< 0,05$  which is  $1 > 0,05$  so

that Ho is accepted and Ha is rejected, meaning that there is significant influence on motivation and learning outcomes on gymnastic creation exercise on motivation and learning outcomes of four grade and five grade students in MIN 10 Hulu Sungai Selatan.

Keywords: *Gymnastics Creation Exercise, Motivation, Learning Outcomes.*

## PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan salah satu kebutuhan yang mendasar untuk dimiliki setiap manusia agar dapat menjadi generasi muda yang berkualitas. Seseorang yang berpendidikan akan dapat membantu kemajuan bangsa dan negara menjadi lebih berkembang. Pendidikan berperan penting dalam pencapaian cita-cita untuk mewujudkan kehidupan yang lebih baik.

Sejak zaman Nabi Muhammad SAW pendidikan adalah kunci kemajuan, sumber-sumber pokok ajaran Islam berupa Al-Qur'an dan Hadits banyak mendorong pemeluknya untuk menciptakan pola hidup yang maju sehingga dengan kesejahteraan yang berhasil diciptakannya, manusia secara individual dan sosial mampu meningkatkan derajat dan martabatnya sehingga sebagai khalifah dimuka bumi dapat diraih berkat usaha pendidikan yang bercorak Islam.<sup>1</sup> Dalam Undang-Undang tentang sistem pendidikan Nasional No.20 tahun 2003 dijelaskan bahwa pendidikan nasional memiliki tujuan untuk mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, mandiri, kreatif, dan menjadi warga Negara yang demokratis dan bertanggung jawab.<sup>2</sup>

Kesehatan merupakan salah satu hak tubuh manusia. Demikian sabda Nabi Muhammad SAW. Karena kesehatan merupakan hak asasi manusia, sesuatu yang sesuai dengan fitrah manusia, maka Islam menegaskan perlunya istiqamah memantapkan dirinya dengan menegakkan agama Islam. Satu-satunya jalan adalah dengan melaksanakan perintahnya dan menjauhi larangannya.

Allah berfirman dalam QS Yunus ayat 57:

Artinya : *“Hai manusia, Sesungguhnya Telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman.”* (QS. Yunus, ayat 57).<sup>3</sup>

Ayat diatas menjelaskan seperti penyakit syahwat yang dapat menghalangi seseorang dari tunduk kepada syara, dan penyakit syubhat yang menodai ilmu yang yakin. Di dalam Al-Qur'an terdapat pelajaran, targhib (dorongan) dan tarhib (peringatan), janji dan ancaman yang diancamkan itu. Di dalam Al-Qur'an juga terdapat bukti dan dalil yang disebutkan Allah dengan cara yang paling baik, dimana semua itu dapat menyingkirkan syubhat dan menjadikan hati seseorang mencapai ke derajat yakin yang sebelum ragu. Ketika hati sembuh dari penyakit-penyakit itu, maka anggota badan yang lain pun menjadi baik.<sup>4</sup>

Menurut WHO sehat adalah keadaan sejahtera dari badan, jiwa, dan sosial yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara sosial dan ekonomis. Dalam hal ini tujuan Islam mengajarkan hidup yang sehat adalah menciptakan individu dan masyarakat yang sehat jasmani, rohani, dan sosial sehingga umat manusia mampu menjadi umat pilihan. Selain itu juga, kosa kata *“sehat wal afiat”* dalam bahasa Indonesia mengacu pada kondisi fisik dan bagian-bagiannya terbebas dari virus penyakit. Sehat wal afiat ini dapat diartikan sebagai kesehatan pada segi fisik, segi mental, maupun sosial. Untuk menjaga kebugaran tubuh diperlukan latihan yang teratur dan sungguh-sungguh, karena dalam tubuh yang sehat terdapat jiwa yang kuat.

Senam adalah salah satu bentuk yang paling populer dalam latihan kebugaran. Sebab senam lebih menyenangkan untuk dilakukan dan dapat dilakukan sendirian atau dengan orang lain.

---

<sup>1</sup> Muhajir, *Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan Dalam Islam (Komponen Materi Tafsir Dan Hadits Pendidikan)*, Serang Laksita Indonesia, 2016, hlm.37.

<sup>2</sup> Himpunan Lengkap Undang-undang Republik Indonesia, *Tentang Sistem Pendidikan Nasional (SISDIKNAS) dan Standar Nasional Pendidikan*, (Yogyakarta: Laksana, 2019), hlm.36.

<sup>3</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'an Tajwid dan Terjemah*, (Bandung: Diponegoro, 2012), hlm. 215.

<sup>4</sup> Tim Sahabat Kandungan, *“Tafsir Juz'Amma*, Toko dan Penerbit Kandungan, hlm. 192.

Latihan senam tidak hanya membantu tubuh merasa lebih baik, tetapi juga membantu tidur lebih nyaman, menghilangkan stress dan memberikan rasa menyenangkan selama melakukan latihan.<sup>5</sup>

Senam adalah salah satu jalan terbaik untuk mengurangi berat badan, mengembangkan kesehatan otot, dan meningkatkan kualitas hidup.<sup>6</sup> Bentuk-bentuk latihan senam seperti *low impact, hi/lo, interval, step, dan slide*, memberikan banyak keuntungan fisik. Selama melakukan senam tubuh secara alami akan mengeluarkan hormon-hormon penghambat penyakit. Hal ini memberikan persamaan senam dengan kegembiraan "*runner's high*". Tubuh akan menjadi terbiasa dengan perasaan menyenangkan yang pada akhirnya akan membantu mempertahankan sebuah program latihan yang konsisten. Dengan latihan senam yang menyenangkan, khususnya kegembiraan karena banyak ragam pada latihan, dapat dirasakan pasnya baju yang dipakai, bagaimana tenangnya dalam menghadapi situasi-situasi di berbagai tempat dan dirumah, dan bagaimana sehatnya seluruh tubuh yang dirasakan yang dapat meningkatkan kualitas hidup secara dramatis dan mempertahankannya jika menghendaki tetap sehat seterusnya.<sup>7</sup>

Senam kreasi merupakan gerakan yang dilakukan untuk menyalurkan rasa seni atau rasa keindahan yang dilakukan dengan diiringi irama musik atau latihan bebas yang dilakukan secara berirama.<sup>8</sup> Senam kreasi adalah salah satu variasi senam yang diterapkan di MIN 10 Hulu Sungai Selatan. Senam kreasi sebagai senam rutin yang diselenggarakan setiap hari jum'at pagi. Senam ini biasanya di iringi oleh lagu yang di aransmen ulang dan memiliki gerakan-gerakan yang dibakukan. Seiring berjalannya waktu agar tidak terjadi kejenuhan maka senam kreasi terus mengalami pembaharuan baik dari musik penggiring maupun gerakannya. Gerakan-gerakan dibuat lebih bervariasi, musik penggiring juga dibuat lebih menarik.

Motivasi adalah suatu usaha untuk meningkatkan kegiatan dalam mencapai suatu tujuan tertentu, termasuk dalam kegiatan belajar. Secara lebih khusus motivasi belajar yang dimaksudkan tentu segala sesuatu yang ditujukan untuk mendorong atau memberikan semangat kepada seseorang yang melakukan kegiatan belajar agar lebih giat lagi dalam belajarnya untuk memperoleh prestasi yang lebih baik lagi. Motivasi dapat timbul dari luar maupun dalam diri individu itu sendiri. Motivasi yang berasal dari luar diri individu diberikan oleh motivator seperti orangtuanya, guru, konselor, ustadzh/ustadzah, orang dekat atau teman dekat, dan lain-lain. Sedangkan motivasi yang timbul dalam diri seseorang, dapat disebabkan seseorang mempunyai keinginan untuk menggapai sesuatu (cita-cita) dan lain sebagainya.<sup>9</sup>

Menurut Morgan, motivasi merupakan tenaga pendorong atau penarik yang menyebabkan adanya tingkah laku kearah suatu tujuan tertentu. Maslow, mengemukakan bahwa motivasi merupakan tenaga pendorong dari dalam yang menyebabkan manusia berbuat sesuatu atau berusaha untuk memenuhi kebutuhannya.<sup>10</sup>

Dalam proses pembelajaran, motivasi sangat diperlukan siswa sebagai subjek yang melakukan proses belajar. Tanpa adanya motivasi seseorang tidak akan bisa melakukan tindakan untuk belajar, karena keinginannya untuk belajar tidak akan muncul tanpa adanya motivasi yang kuat. Motivasi belajar merupakan kekuatan, daya pendorong atau alat pembangun kesediaan dan keinginan yang kuat dalam diri siswa untuk belajar secara aktif, kreatif, inovatif, dan menyenangkan dalam rangka perubahan perilaku baik aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik.

Kondisi umum jasmani tubuh siswa dapat mempengaruhi semangat belajar dan intensitas siswa dalam mengikuti pelajaran. Kondisi organ tubuh yang lemah dapat menurunkan kualitas kognitif sehingga materi yang dipelajarinya kurang atau tidak berbekas. Untuk mempertahankan jasmani agar tetap sehat siswa sangat dianjurkan mengkonsumsi makanan dan minuman yang

---

<sup>5</sup> Lynne Brick, *Bugar dengan Senam Aerobik...* hlm.7.

<sup>6</sup> Lynne Brick, *Bugar dengan Senam Aerobik...* hlm. 3.

<sup>7</sup> Lynne Brick, *Bugar dengan Senam Aerobik...* hlm.160.

<sup>8</sup> Margiani Wismayanti, *Pengaruh Hasil Latihan Senam Kebugaran Jasmani 2012 dan Senam Aerobic Terhadap Peningkatan Kebugaran Jasmani Siswa Putri Kelas VII Smp Negri 2 Purbalingga Tahun Ajaran 2013/2014*, Skripsi, hlm.2.

<sup>9</sup> Purwa Atmaja Prawita, *Psikologi Pendidikan dalam Perspektif Baru*, (Yogyakarta, Ar-Ruzz Media:2016), hlm.320.

<sup>10</sup> E. Mulyasa, *Praktik Penelitian Tindakan*, (Bandung: 2013), hlm.158.

bergizi. Selain itu, siswa dianjurkan memilih pola istirahat dan olahraga yang terjadwal secara tepat dan berkesinambungan.

Berdasarkan observasi peneliti menemukan gejala umum terkait motivasi belajar siswa diantaranya adalah siswa kurang memperhatikan materi pelajaran yang dijelaskan oleh guru dalam kegiatan belajar mengajar, hal ini terlihat dari siswa yang masih main-main saat belajar, siswa kurang bersemangat mengikuti pelajaran yang diberikan guru, siswa kurang bisa mengerjakan tugas yang diberikan guru, siswa kurang bisa menjawab pertanyaan yang diberikan guru. Hasil ulangan siswa kelas IV dan V semester I pada mata pelajaran PJOK diketahui nilai rata-rata 44.66 dan 42.00. Sedangkan ketuntasan belajar siswa berdasarkan Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yang ditetapkan adalah 70. Hal ini berarti bahwa siswa masih tidak mencapai hasil belajar yang diinginkan sehingga perlu adanya perbaikan dalam pembelajaran PJOK.

Penelitian ini dimaksudkan untuk melihat pengaruh senam kreasi terhadap motivasi dan hasil belajar siswa khususnya di MIN 10 Hulu Sungai Selatan. Tidak berbeda dengan sekolah lain sekolah MIN 10 Hulu Sungai Selatan (setingkat Sekolah Dasar) merupakan sekolah negeri yang berada dalam naungan kementerian agama, juga merupakan turut serta dalam menjalankan fungsi pendidikan bagi warga Negara. Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh Senam Kreasi terhadap Motivasi Dan Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran PJOK Di MIN 10 Hulu Sungai Selatan."

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen. Penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrument penelitian, analisis data bersifat statistik dengan tujuan untuk menggambarkan dan menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Metode eksperimen merupakan penelitian untuk mengetahui pengaruh variabel independent treatment terhadap variabel dependen (hasil) dalam kondisi yang terkontrol.

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen semu (*Quasi Eksperimental Design*). Desain ini mempunyai kelompok kontrol tetapi tidak sepenuhnya berfungsi mengontrol variabel-variabel luar yang mempengaruhi pelaksanaan eksperimen. Quasi Eksperimental Design digunakan karena pada kenyataannya sulit mendapatkan kelompok kontrol yang digunakan dalam penelitian, kelompok yang dipilih sebagai kelompok eksperimen dan kontrol tidak dipilih secara random.

### **Populasi dan sampel penelitian**

Populasi adalah seluruh objek yang diteliti dengan bermacam-macam karakteristiknya. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV dan V MIN 10 Hulu Sungai Selatan dengan sampel sebanyak 16 orang. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan *purposive sampling*.

### **Teknik pengumpulan data**

Teknik pengumpulan data menggunakan angket, tes, dan dokumentasi. Angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebanyak 15 soal dengan tiga alternatif atau pilihan jawaban. Soal tes pilihan ganda dalam penelitian ini adalah sebanyak 9 soal dengan alternatif atau pilihan jawaban. Dokumentasi dalam penelitian ini digunakan untuk mengambil data biografi sekolah MIN 10 Hulu Sungai Selatan, seperti profil sekolah, keadaan siswa, data siswa, dan lainnya, hal ini dimaksudkan untuk memperoleh data yang berhubungan dengan penelitian ini.

### **Instrument penelitian**

Instrumen dalam penelitian ini adalah tes dan non tes. Instrumen tes berupa soal evaluasi pembelajaran PJOK tentang senam kreasi. Tes yang digunakan dalam penelitian ini berupa post-test yang diberikan sesudah siswa melakukan senam kreasi. Instrumen non tes berupa angket untuk mengetahui pengaruh senam kreasi terhadap motivasi dan hasil belajar siswa. Angket objektif dalam penelitian ini berbentuk pertanyaan tentang senam kreasi dan motivasi belajar siswa pada

mata pelajaran PJOK. Angket ini bersifat tertutup , karena jawaban sudah disediakan sehingga responden bisa memilih.

### Teknik analisis data

Teknik analisis data adalah proses penyederhana data kedalam bentuk yang lebih mudah untuk dibaca agar data yang terkumpul dapat dianalisis dan kemudian diambil kesimpulan. Data post test terlebih dahulu dianalisis dan selanjutnya ditabulasikan, tujuannya untuk mengetahui data rata-rata siswa standar deviasi, dan variasi yang dijadikan sampel. Teknik analisis data yang digunakan adalah Uji t dan Anova 2 jalur dengan jenis MANOVA, yang sebelumnya di uji prasyarat yaitu uji normalitas dan homogenitas.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada kelas kontrol peneliti akan menggunakan senam SKJ, sedangkan pada kelas eksperimen peneliti akan menggunakan senam kreasi. Untuk mendapatkan data penelitian, peneliti memberikan angket motivasi belajar siswa dan soal tes pilihan ganda berjumlah 9 soal yang diberikan kepada seluruh siswa dikelas eksperimen dan kelas kontrol pada awal dan akhir pertemuan.

#### 1. Pengaruh Senam Kreasi Terhadap Motivasi Belajar Siswa Pada mata Pelajaran PJOK Di Min 10 Hulu Sungai Selatan

Hasil analisis uji-t menggunakan *SPSS versi 26 for windows* perhitungan nilai angket diperoleh nilai *sig.(2-tailed)* sebesar 0,00. Nilai *Sig.(2-tailed)* < 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan pada motivasi belajar siswa antara yang menggunakan senam kreasi dengan senam SKJ.

**Tabel 1.Output Uji Independen Sampel t-test Motivasi Belajar Siswa Independen Sample Test**

		Levene's Test For Equality of Variances								
		F	Sig	t	df	Sig (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Hasil Angket Motivasi Belajar siswa	Equal variances Assumed	1.912	.192	-6.594	12	.000	-17.714	2.687	-23.568	-11.861
	Equal variances not assumed			-6.595	6.908	.000	-17.714	2.687	-24.084	-11.344

Dari perhitungan uji *SPSS versi 26 for windows* di atas, dapat di lihat bahwa nilai *sig.(2-tailed)* adalah 0,000. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan, hipotesis diterima apabila jika nilai *sig (2-tailed)*, < 0,05. Karena nilai signifikansi adalah 0,000 yang berarti lebih kecil dari 0,05 atau (0,000 < 0.05) maka  $H_a$  diterima yang berarti terdapat pengaruh senam kreasi terhadap motivasi belajar siswa pada mata pelajaran PJok di MIN 10 Hulu Sungai Selatan dan dapat disimpulkan bahwa senam kreasi efektif digunakan untuk meningkatkan motivasi belajar siswa.

**2. Pengaruh senam Kreasi terhadap Hasil Belajar siswa Pada Mata Pelajaran PJOK Di MIN 10 Hulu Sungai selatan**

Hasil analisis hasil belajar siswa menggunakan uji-t dengan bantuan program *SPSS versi 26 for windows* pada nilai *post-skala* kelas eksperimen dengan *post-skala* kelas kontrol adalah sebagai berikut.

**Tabel 2. Output Uji Independen Sampel t-test Hasil Belajar Siswa**  
Independen sample Test

		Levene's Test For Equality of Variances		95% Confidence Interval of the Difference						
		F	Sig.	t	df	Sig (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
Hasil Belajar siswa	Equal variances Assumed	.651	.436	-.701	12	.497	-4.286	6.117	-17.613	9.042
	Equal variances not assumed			-.701	11.365	.498	-4.286	6.117	-17.696	9.125

Dari perhitungan uji *SPSS versi 26 for windows* di atas, dapat di lihat bahwa nilai sig.(2-tailed) adalah 0,497. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan, hipotesis diterima apabila jika nilai sig (2-tailed), < 0,05. Karena nilai signifikasi adalah 0,497 yang berarti lebih besar dari 0,05 atau (0,497 > 0,05) maka  $H_0$  ditolak yang berarti tidak terdapat pengaruh senam kreasi terhadap hasil belajar siswa pada mata pelajaran PJOK di MIN 10 Hulu Sungai Selatan dan dapat disimpulkan bahwa senam kreasi tidak efektif digunakan untuk meningkatkan hasil belajar siswa.

**3. Pengaruh Senam Kreasi Terhadap Motivasi Dan Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran PJOK Di MIN 10 Hulu Sungai Selatan**

**Tabel 3. Hasil Multivariate Test**  
Multivariate Tests<sup>a</sup>

Effect		Value	F	Hypothesis df	Error df	Sig.
Intercept	Pillai's Trace	.999	4693.333 <sup>b</sup>	2.000	5.000	.000
	Wilks' Lambda	.001	4693.333 <sup>b</sup>	2.000	5.000	.000
	Hotelling's Trace	1877.333	4693.333 <sup>b</sup>	2.000	5.000	.000
	Roy's Largest Root	1877.333	4693.333 <sup>b</sup>	2.000	5.000	.000
Kelas	Pillai's Trace	.000	. <sup>b</sup>	.000	.000	.
	Wilks' Lambda	1.000	. <sup>b</sup>	.000	5.500	.
	Hotelling's Trace	.000	. <sup>b</sup>	.000	2.000	.
	Roy's Largest Root	.000	.000 <sup>b</sup>	2.000	4.000	1.000

a. Design: Intercept + Kelas

b. Exact statistic

c. Computed using alpha = ,05

Pada tabel 33. dapat dilihat hasil analisis multivariate yang menunjukkan bahwa harga F kelas untuk *Pillae's Trace*, *Wilk's Lambda*, *Hotelling's Trace*, dan *Roy's Largest Root* semuanya signifikan  $F > 0,05$  atau 1 lebih besar dari 0,05 yang artinya harga F untuk Pillae Traice, Wilk Lambda, Hotelling's Trace, dan Roy's largest Root semuanya signifikansi. Sehingga dapat  $H_a$  ditolak dan  $H_0$  diterima, artinya tidak ada pengaruh senam kreasi terhadap motivasi dan hasil belajar siswa pada mata pelajaran PJOK di MIN 10 Hulu Sungai Selatan.

## **PENUTUP**

### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang pengaruh senam kreasi terhadap motivasi dan hasil belajar siswa pada mata pelajaran PJOK di MIN 10 Hulu Sungai Selatan adalah sebagai berikut:

1. Terdapat pengaruh senam kreasi terhadap motivasi belajar siswa pada mata pelajaran PJOK di MIN 10 Hulu Sungai Selatan. Berdasarkan pengujian hipotesis yang menggunakan independent sample t-test diperoleh data post skala kelas kontrol dan kelas eksperimen mendapatkan nilai signifikansi (2-tailed) adalah 0,00 sedangkan sig.0,05. Jadi ( $0,00 < 0,005$ ) maka  $H_a$  diterima yang berarti terdapat pengaruh senam kreasi terhadap senam kreasi dan dapat disimpulkan bahwa senam kreasi efektif digunakan untuk meningkatkan motivasi belajar siswa.
2. Tidak terdapat pengaruh senam kreasi terhadap hasil belajar siswa pada mata pelajaran PJOK di MIN 10 Hulu Sungai Selatan. Berdasarkan pengujian hipotesis yang menggunakan uji independent sample t-test diperoleh data hasil post-test kelas kontrol dan kelas eksperimen mendapatkan nilai sig.(2-tailed) adalah 0,497 sedangkan sig 0,05. Jadi ( $0,497 > 0,005$ ) maka  $H_a$  ditolak yang artinya tidak terdapat pengaruh senam kreasi terhadap hasil belajar siswa pada mata pelajaran PJOK di MIN 10 Hulu Sungai Selatan dan dapat disimpulkan bahwa senam kreasi tidak efektif digunakan untuk meningkatkan hasil belajar siswa.
3. Tidak terdapat pengaruh senam kreasi terhadap motivasi dan hasil belajar siswa pada mata pelajaran PJOK di MIN 10 Hulu Sungai Selatan. Hal ini berdasarkan penyajian dan analisis data menggunakan uji Anova 2 jalur dengan jenis Uji MANOVA, dapat dilihat bahwa sig.(2-tailed) adalah  $0,00 < 0,05$ . Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa tidak ada pengaruh senam kreasi terhadap motivasi dan hasil belajar siswa .

### **B. Saran**

Adapun saran yang ingin peneliti sampaikan sesuai hasil penelitian di atas adalah:

1. Karena senam kreasi berpengaruh terhadap motivasi belajar siswa, setelah mengikuti senam kreasi siswa lebih termotivasi mengikuti pelajaran pada mata pelajaran PJOK, diharapkan guru untuk selalu menambah pengetahuan yang berhubungan dengan music dan gerakan yang disenangi siswa selama senam kreasi berlangsung sehingga dalam proses pembelajaran siswa menjadi aktif dan inovatif.
2. Untuk guru mata pelajaran PJOK disarankan untuk menggunakan senam kreasi sebagai salah satu alternatif senam yang dapat digunakan untuk membantu meningkatkan motivasi belajar siswa.

## **REFERENSI**

- Arikunto, Suharsimi. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, ( Jakarta: Rineka Cipta.
- AU, Zalyana. ( 2014). *Psikologi Pembelajaran*, Pekanbaru: Mutiara Pesisir Sumatra.
- Brick, Lynne Brick. (2002) *.Buger Dengan Senam Aerobik*, Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- B. Uno, Hamzah, ( 2013). *Teori Motivasi dan Pengukurannya*, Jakarta: Bumi Askara.
- Chotimah Chusnul dan Muhammad Fathorrahman. (2018), *Paradigma Baru Sistem Pembelajaran*, Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.

- Clegg, Brian. (2006). *Instant Motivation*, Erlangga.
- Departemen Agama RI. (2012). *Al-Qur'an Tajwid dan Terjemah*, Bandung: Diponegoro.
- Dimiyati dan Mudijono. (2011). *Belajar dan Pembelajaran*, Jakarta: Rineka Cipta.
- \_\_\_\_\_ (2013). *Belajar dan Pembelajaran*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Djamaraha, Syaiful Bahri. (2011). *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Fadel dan Rizal Harun. *Ensiklopedia Mini olahraga*, (2016) Jakarta: Rexa Pustaka
- Fitri, Daniaty. ( 2019). *Pengaruh Keterampilan Guru Membuka dan Menutup Pelajaran terhadap Motivasi Belajar Siswa pada Mata Pelajaran Ekonomi Bisnis Di Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah 2 Pekanbaru*, Skripsi, Universitas Islam Negri Sultan Syarif Kasim Riau Pekanbaru.
- Hakim, Thursan. ( 2011). *Belajar Secara Efektif*, Jakarta: Puspa Swara.
- Hamlik, Oemar . (2010). *Proses Belajar Mengajar*, Jakarta: Bumi Aksara.
- Hartono. (2011). *Statistik untuk Penelitian*, Pekanbaru: Pustaka Pelajar.
- Haryanto dan Moh. Nor El Ibrahim. (2012). *Olahraga Mengenalkan Teknik Senam Dasar*, Jakarta: PT Balai Pustaka.
- Himpunan Lengkap Undang-undang Republik Indonesia, *Tentang Sistem Pendidikan Nasional(SISDIKNAS) dan Standar Nasional Pendidikan*,Yogyakarta: Laksana.
- Iskandar. ( 2012). *Psikologi Pendidikan Sebuah Orientasi Baru*, Jakarta: Referensi.
- Jamarah, Syaifullah. (2010). *Strategi Pembelajaran*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Muhajir, (2016) . *Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan Dalam Islam (Komponen Materi Tafsir Dan Hadits Pendidikan)*, Serang Laksita Indonesia.
- Mulyasa,E. (2013). *Praktik Penelitian Tindakan*, Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Oktariyana. (2018). *Pembelajaran Gerak Senam Irama Berbasis Multimedia*, Lampung: Gre Publishing.
- Pratiwi, Julyannisa. (2019). *Pengaruh Penggunaan Media Pembelajaran Visual Terhadap Hasil Belajar Siswa pada Mata Pelajaran Ekonomi Di Sekolah Menengah Atas Persatuan Guru Republik Indonesia Pekanbaru*, Skripsi, Universitas Islam Negri Syarif Kasim Riau.
- Prawita, Purwa Atmaja, *Psikologi Pendidikan dalam Perspektif Baru*, Yogyakarta:Ar-Ruzz Media.
- Ratna, Sari Dewi. (2019).*Efektifitas Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Two Stay Two Stray (TS-Ts) Terhadap Keterampilan Berkomunikasi Dan Hasil Belajar Siswa Kelas IV Pada Pelajaran Tematik Di SDIT Robbani Banjarbaru*, Universitas Islam Kalimantan (UNISKA) Muhammad Arsyad Al Banjari Banjarmasin.
- Riduwan. ( 2010). *Metode dan Teknik Menyusun Proposal Penelitian*, Bandung: Alfabeta.
- Saefullah. (2012). *Psikologi Perkembangan dan Pendidikan*, Bandung: Pustaka Setia.



- Slameto. (2013). *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Sudijono, Anas. (2014). *Pengantar Statistik Pendidikan*, Jakarta: Rajawali Pers.
- \_\_\_\_\_ (2010), *Pengantar Evaluasi Pendidikan*, Jakarta: Rajawali Pers.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi, R&D dan Penelitian Pendidikan*, Bandung: Alfabeta.
- Sugihartono, dkk. (2013). *Psikologi Pendidikan*, Yogyakarta: Uny Press.
- Suprijono, Agus. (2012). *Cooperative Learning*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Suwarjo, dkk. (2009). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta: Erlangga.
- Suyanto dan Asep Jihad, *Menjadi Guru Profesional*, Jakarta: Erlangga.
- Syah, Muhibbin. (2015). *Psikolog Belajar*, Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Syarifudin, Aip. *Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, Jakarta: Baru.
- Tim Sahabat Kandangan, "*Tafsir Juz'Amma*", Toko dan Penerbit kandangan
- Triswanto, Sugeng D. (2010). *Trik Menulis Skripsi & Menghadapi Presentasi Bebas Stres*, Yogyakarta: Tugu Publisher.
- Muhammad, (2020). Wawancara dengan Guru Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan, 14 Februari 2020, MIN 10 Hulu Sungai Selatan.
- Widyanti, Cici. (2005). *Deskriptif analitik Pengelolaan Sanggar Senam Aerobik Di Kota Semarang*, Skripsi, Universitas Negeri Semarang.
- Wismayanti, Margiani. (2014). *Pengaruh Hasil Latihan Senam Kebugaran Jasmani 2012 dan Senam Aerobic Terhadap Peningkatan Kebugaran Jasmani Siswa Putri Kelas VII Smp Negeri 2 Purbalingga Tahun Ajaran 2013/2014*, Skripsi.
- Yamin, Martinus. (2010). *Strategi Pembelajaran Berbasis Kompetensi*, Jakarta: Press