

MINAT SISWI TERHADAP PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN SMK NEGERI 6 PADANG

Riski Trio Putra¹, Yanuar Kiram², Suci Nanda Sari³, Eval Edmizal³

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengukur tingkat minat siswi kelas X jurusan Kecantikan di SMK Negeri 6 Padang terhadap pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) sebagai salah satu faktor penunjang keberhasilan pembelajaran. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif. Populasi penelitian berjumlah 1.481 siswa, dengan sampel sebanyak 72 siswi yang ditentukan melalui teknik purposive sampling. Instrumen penelitian berupa angket skala Likert yang terdiri dari 38 pernyataan, sedangkan analisis data menggunakan teknik deskriptif dalam bentuk persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa minat siswi tergolong dalam kategori baik dengan persentase keseluruhan sebesar 80,37%. Rata-rata setiap indikator yaitu perhatian 78,42% (baik), perasaan senang 82,56% (sangat baik), aktivitas 79,94% (baik), peranan guru 81,81% (sangat baik), sarana dan prasarana 77,60% (baik), serta keluarga 81,86% (sangat baik). Disarankan peningkatan fasilitas dan pengembangan metode pembelajaran untuk mengoptimalkan minat siswi.

Kata Kunci: Minat, Pembelajaran, PJOK

Abstract: This study aims to measure the level of interest among 10th-grade female students majoring in Beauty at SMK Negeri 6 Padang in Physical Education, Sports, and Health (PJOK) as one of the factors supporting learning success. This study employs a quantitative approach using a descriptive method. The study population consisted of 1,481 students, with a sample of 72 female students selected through purposive sampling. The research instrument was a Likert-scale questionnaire consisting of 38 statements, while data analysis used descriptive techniques in the form of percentages. The results of the study indicate that the students' interest falls into the "good" category with an overall percentage of 80.37%. The average for each indicator was as follows: attention 78.42% (good), enjoyment 82.56% (very good), activity 79.94% (good), teacher's role 81.81% (very good), facilities and infrastructure 77.60% (good), and family 81.86% (very good). It is recommended that facilities be improved and teaching methods developed to optimize the students' interest.

Keywords: Interest, Learning, Physical Education

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan bagian integral dari sistem pendidikan yang berperan dalam mengembangkan kesehatan, kebugaran jasmani, kemampuan berpikir kritis, serta keseimbangan emosional peserta didik secara harmonis (Nurfauziah et al., 2025). Menurut Sari et al., (2024), Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan

^{1,2,3,4} Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang, Indonesia

Kesehatan (PJOK) merupakan proses pembelajaran yang memanfaatkan aktivitas gerak sebagai sarana utama untuk mencapai tujuan pendidikan, di mana gerak berfungsi sebagai instrumen penting yang tidak terpisahkan dari berbagai aktivitas kehidupan manusia, termasuk dalam kegiatan olahraga (Kiram, 2019). Secara fungsional, PJOK bertujuan meningkatkan kebugaran jasmani dan kesehatan melalui penanaman sikap positif serta pengembangan keterampilan gerak, sehingga berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup dan terwujudnya generasi Indonesia yang sehat (Yusdianto & Hartati, 2015). Selain itu, pembelajaran PJOK tidak hanya berfokus pada penguasaan keterampilan motorik, tetapi juga dirancang agar aktif, menyenangkan, dan bermakna melalui berbagai kegiatan seperti permainan, latihan kebugaran, dan olahraga yang disesuaikan dengan kemampuan peserta didik, sehingga mampu menumbuhkan minat dan mendorong partisipasi aktif, khususnya pada siswi, dalam aktivitas jasmani (Purwanto et al., 2024).

Ketertarikan peserta didik dalam pembelajaran PJOK dapat ditingkatkan melalui penerapan metode yang variatif, didukung suasana belajar yang menyenangkan, serta kegiatan yang relevan dengan kebutuhan dan minat peserta didik (Lynch & McLoughlin, 2017). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa peserta didik, khususnya siswi, cenderung lebih tertarik pada aktivitas PJOK yang berorientasi pada kebugaran dan kesehatan. Oleh karena itu, pembelajaran yang mampu menciptakan rasa nyaman, aman, dan menyenangkan berpotensi meningkatkan minat peserta didik terhadap mata pelajaran ini (Zheng et al., 2026). Pada dasarnya, tujuan utama PJOK adalah meningkatkan dan mempertahankan kebugaran jasmani peserta didik agar mampu menjalankan aktivitas sehari-hari tanpa kelelahan berlebihan serta mendukung kesiapan belajar di sekolah (Tsalisafriana, 2024; Huang, 2024). Melalui pembelajaran yang terstruktur dan berkelanjutan, peserta didik diharapkan mencapai tingkat kebugaran jasmani yang optimal, memiliki kesadaran akan pentingnya aktivitas fisik, serta mampu menerapkan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Dalam mewujudkan proses pembelajaran yang efektif, tidak hanya diperlukan penyampaian materi, tetapi juga komunikasi yang baik antara guru dan peserta didik. Menurut Yusdianto & Hartati (2015), pelaksanaan pembelajaran PJOK menuntut adanya interaksi yang optimal melalui komunikasi timbal balik guna mencapai tujuan pembelajaran. Namun, dalam praktiknya, berbagai kendala masih sering ditemui di lapangan yang dapat memengaruhi keberhasilan proses pembelajaran. Salah satu kendala tersebut adalah penggunaan metode pembelajaran yang kurang bervariasi dan cenderung berulang, sehingga menimbulkan kebosanan pada peserta didik. Kondisi ini dapat menurunkan minat untuk berpartisipasi dalam aktivitas fisik di sekolah dan berdampak pada tidak tercapainya tujuan pembelajaran secara maksimal. Padahal, minat belajar memiliki peran penting dalam meningkatkan prestasi peserta didik dalam pembelajaran PJOK (Nugraha et al., 2021).

Minat menurut Iliza & Hanif (2025), merupakan kecenderungan atau keinginan yang kuat terhadap suatu objek yang muncul dari dalam diri tanpa adanya paksaan. Minat mencerminkan rasa senang atau ketertarikan seseorang terhadap suatu aktivitas dan menjadi pendorong dalam mencapai tujuan tertentu. Dalam konteks PJOK, minat belajar muncul dari ketertarikan peserta didik terhadap aktivitas olahraga sehingga mendukung kelancaran proses pembelajaran (Liu et al., 2025). Rendahnya minat belajar akan berdampak pada rendahnya prestasi, sedangkan minat yang tinggi cenderung menghasilkan prestasi yang lebih baik, baik dalam PJOK maupun mata pelajaran lainnya (Redondo-Florez et al., 2022). Lebih lanjut, minat belajar peserta didik dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal Syakur & Nurhayati, (2023).

Dalam mewujudkan pembelajaran PJOK yang efektif, tidak hanya diperlukan penyampaian materi, tetapi juga komunikasi yang baik antara guru dan peserta didik melalui interaksi timbal balik untuk mencapai tujuan pembelajaran (Yusdianto & Hartati, 2015). Namun, dalam praktiknya masih terdapat berbagai kendala, seperti penggunaan metode

pembelajaran yang kurang bervariasi dan cenderung berulang sehingga menimbulkan kebosanan serta menurunkan minat peserta didik untuk berpartisipasi dalam aktivitas fisik, padahal kondisi fisik merupakan aspek penting yang perlu dikembangkan melalui pembelajaran PJOK guna menunjang kesehatan dan kebugaran peserta didik (Edmizal et al., 2020). Selain itu, minat belajar memiliki peran penting dalam meningkatkan prestasi dalam pembelajaran PJOK (Nugraha et al., 2021). Minat sendiri merupakan kecenderungan atau ketertarikan yang muncul dari dalam diri tanpa paksaan dan mendorong seseorang untuk mencapai tujuan tertentu (Rusdi, 2014). Dalam konteks ini, minat belajar yang tinggi akan berkontribusi pada peningkatan prestasi, sedangkan minat yang rendah cenderung menghasilkan prestasi yang rendah; minat tersebut dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal (Syakur & Nurhayati, 2023).

Berdasarkan pengalaman dan hasil observasi selama pelaksanaan PLK di SMK Negeri 6 Padang, proses pembelajaran PJOK pada kelas X Kecantikan belum berjalan optimal sesuai harapan. Pelaksanaan pembelajaran sering terkendala oleh jadwal yang bersamaan antar kelas sehingga ruang gerak peserta didik menjadi terbatas dan menurunkan motivasi untuk berpartisipasi. Meskipun sebagian peserta didik menunjukkan antusiasme saat keluar dari kelas, minat terhadap materi pembelajaran di lapangan cenderung rendah, terutama pada materi yang tidak sesuai dengan preferensi mereka, seperti selain bulutangkis. Selain itu, berbagai alasan seperti kondisi fisik (misalnya menstruasi), cuaca panas, serta kecenderungan untuk berteduh dan mengobrol selama pembelajaran turut menghambat keterlibatan aktif peserta didik. Permasalahan lain meliputi keterlambatan ke lapangan dengan alasan tidak membawa pakaian olahraga, keterbatasan sarana dan prasarana seperti jumlah raket yang terbatas, serta kondisi lapangan yang kurang memadai karena masih berupa tanah dan tidak dapat digunakan saat hujan. Berdasarkan permasalahan tersebut, dilakukan penelitian untuk menganalisis minat siswi kelas X Kecantikan terhadap pembelajaran PJOK di SMK Negeri 6 Padang dengan judul “Minat Siswi terhadap Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di SMK Negeri 6 Padang.”

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif. Penelitian ini tidak memberikan perlakuan khusus, melainkan bertujuan untuk menggambarkan secara objektif tingkat minat siswi terhadap pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) (Sofwatillah et al., 2024; Barlian, 2016). Data dikumpulkan melalui angket dan dianalisis untuk mengetahui kategori tingkat minat siswi.

Penelitian dilaksanakan di SMK Negeri 6 Padang pada semester genap tahun ajaran 2026/2027. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X, XI, dan XII yang berjumlah 1.481 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling, dimana menurut Denay (2019) purposive sampling yaitu dengan memilih siswi kelas X jurusan kecantikan sebagai sampel penelitian, sehingga diperoleh sebanyak 72 responden.

Variabel dalam penelitian ini adalah minat siswi terhadap pembelajaran PJOK. Minat tersebut diukur melalui beberapa indikator, yaitu perhatian, perasaan senang, aktivitas, peranan guru, sarana dan prasarana, serta keluarga. Keenam indikator tersebut merupakan komponen utama dalam mengukur tingkat minat siswi dalam mengikuti pembelajaran PJOK.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran angket (kuesioner) tertutup yang disusun menggunakan skala Likert. Angket terdiri dari 38 butir pernyataan dengan empat alternatif jawaban, yaitu Selalu (SL), Sering (SR), Kadang-kadang (KK), dan Tidak Pernah (TP). Pengisian angket dilakukan secara langsung oleh responden pada saat penelitian berlangsung.

Data yang diperoleh dianalisis menggunakan analisis deskriptif kuantitatif. Analisis dilakukan dengan menghitung persentase dari skor yang diperoleh, kemudian

mengelompokkan hasil ke dalam kategori penilaian yaitu sangat baik, baik, cukup, kurang, dan sangat kurang. Selanjutnya, data disajikan dalam bentuk tabel dan persentase untuk memberikan gambaran tingkat minat siswi secara menyeluruh.

HASIL

Hasil Minat Siswi

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini berupa hasil pengukuran tingkat minat siswi kelas X jurusan Kecantikan dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di SMK Negeri 6 Padang. Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran angket yang terdiri atas 38 butir pernyataan kepada 72 responden. Hasil analisis menunjukkan total skor sebesar 8808 dengan nilai rata-rata (mean) 122,33 dan standar deviasi 15,81. Skor tertinggi yang diperoleh adalah 148, sedangkan skor terendah sebesar 66. Secara keseluruhan, tingkat minat siswi mencapai persentase rata-rata sebesar 80,37% yang termasuk dalam kategori baik.

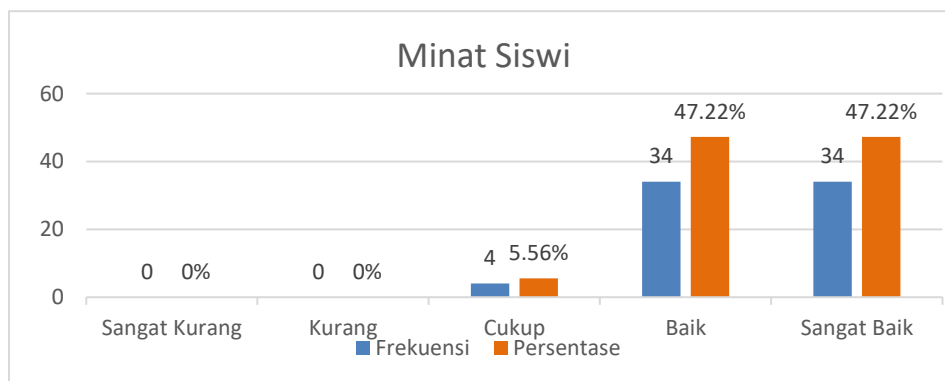
A. Perhatian

Hasil analisis pada indikator perhatian menunjukkan bahwa rata-rata minat siswi kelas X jurusan Kecantikan di SMK Negeri 6 Padang sebesar 78,42 dengan kategori baik. Rincian data disajikan pada tabel berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Perhatian

NO	KELAS INTERVAL	KATEGORI	FREKUENSI	PERSENTASE
1	0 - 20	SK	0	0%
2	21 - 40	K	0	0%
3	41 - 60	C	4	5.56%
4	61 - 80	B	34	47.22%
5	81 - 100	SB	34	47.22%
Total			72	100%

Berdasarkan tabel tersebut, pada indikator perhatian sebagian besar siswi kelas X di SMK Negeri 6 Padang berada pada kategori sangat baik sebanyak 34 dari 72 responden, sedangkan kategori sangat kurang tidak ditemukan. Distribusi persentase dapat dilihat pada gambar berikut.



Gambar 1. Histogram Distribusi Perhatian

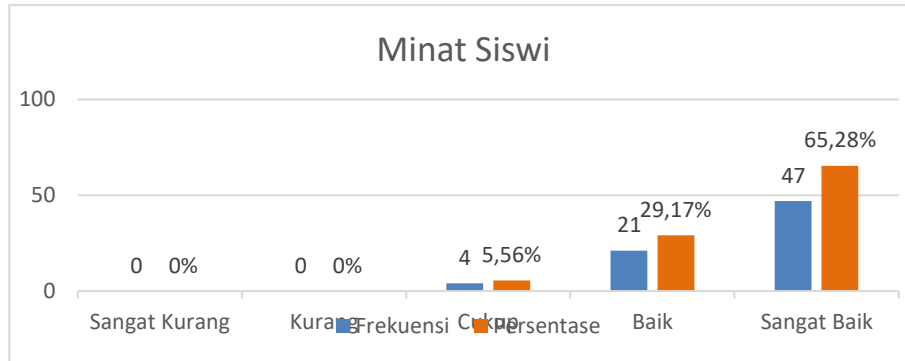
B. Perasaan Senang

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Perasaan Senang

NO	KELAS INTERVAL	KATEGORI	FREKUENSI	PERSENTASE
1	0 - 20	SK	0	0%
2	21 - 40	K	0	0%
3	41 - 60	C	4	5,56%
4	61 - 80	B	21	29,17%
5	81 - 100	SB	47	65,28%

Total	72	100%
-------	----	------

Berdasarkan tabel tersebut, pada indikator perasaan senang sebagian besar siswi kelas X di SMK Negeri 6 Padang berada pada kategori sangat baik sebanyak 47 dari 72 responden, sedangkan kategori sangat kurang tidak ditemukan. Distribusi persentase disajikan pada gambar berikut:



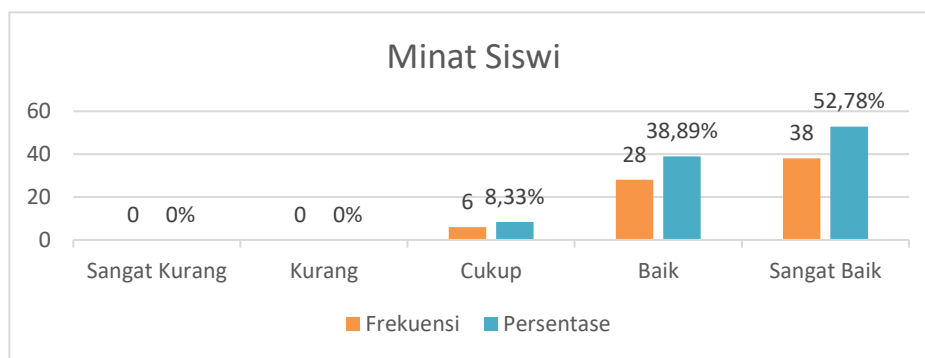
Gambar 2. Histogram Distribusi Perasaan Senang

C. Aktivitas

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Aktivitas

NO	KELAS INTERVAL	KATEGORI	FREKUENSI	PERSENTASE
1	0 - 20	SK	0	0%
2	21 - 40	K	0	0%
3	41 - 60	C	6	8,33%
4	61 - 80	B	28	38,89%
5	81 - 100	SB	38	52,78%
Total			72	100%

Berdasarkan tabel tersebut, pada indikator aktivitas sebagian besar siswi kelas X di SMK Negeri 6 Padang berada pada kategori sangat baik sebanyak 38 dari 72 responden, sedangkan kategori sangat kurang tidak ditemukan. Distribusi persentase disajikan pada gambar berikut:



Gambar 3. Histogram Distribusi Aktivitas

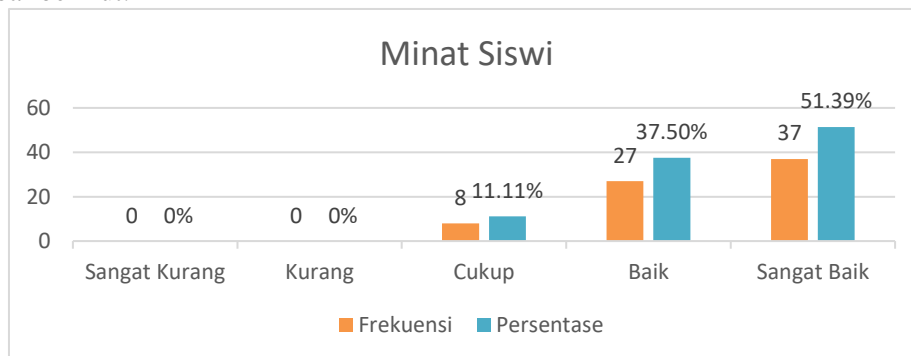
D. Peranan Guru

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Peranan Guru

NO	KELAS INTERVAL	KATEGORI	FREKUENSI	PERSENTASE
1	0 - 20	SK	0	0%
2	21 - 40	K	0	0%
3	41 - 60	C	8	11,11%
4	61 - 80	B	27	37,50%

5	81 - 100	SB	37	51.39%
Total			72	100%

Berdasarkan tabel tersebut, pada indikator peranan guru sebagian besar siswi kelas X di SMK Negeri 6 Padang berada pada kategori sangat baik sebanyak 37 dari 72 responden, sedangkan kategori sangat kurang tidak ditemukan. Distribusi persentase disajikan pada gambar berikut:



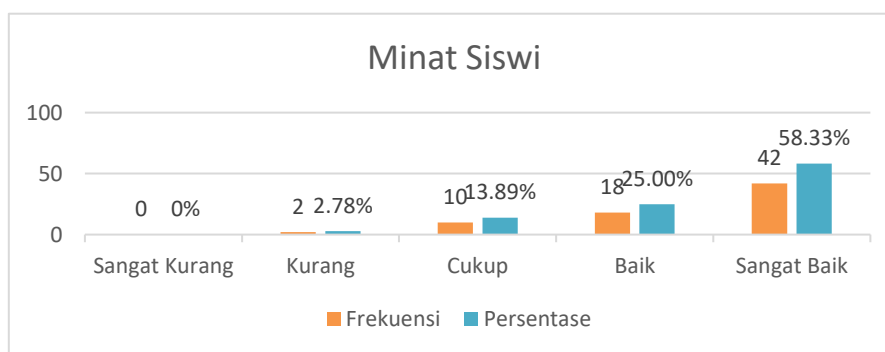
Gambar 4. Histogram Distribusi Peranan Guru

E. Sarana Prasarana

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Sarana Prasarana

NO	KELAS INTERVAL	KATEGORI	FREKUENSI	PERSENTASE
1	0 - 20	SK	0	0%
2	21 - 40	K	2	2.78%
3	41 - 60	C	10	13.89%
4	61 - 80	B	18	25.00%
5	81 - 100	SB	42	58.33%
Total			72	100%

Berdasarkan tabel tersebut, pada indikator sarana prasarana sebagian besar siswi kelas X di SMK Negeri 6 Padang berada pada kategori sangat baik sebanyak 42 dari 72 responden, sedangkan kategori sangat kurang tidak ditemukan. Distribusi persentase disajikan pada gambar berikut:



Gambar 5. Histogram Distribusi Sarana Prasarana

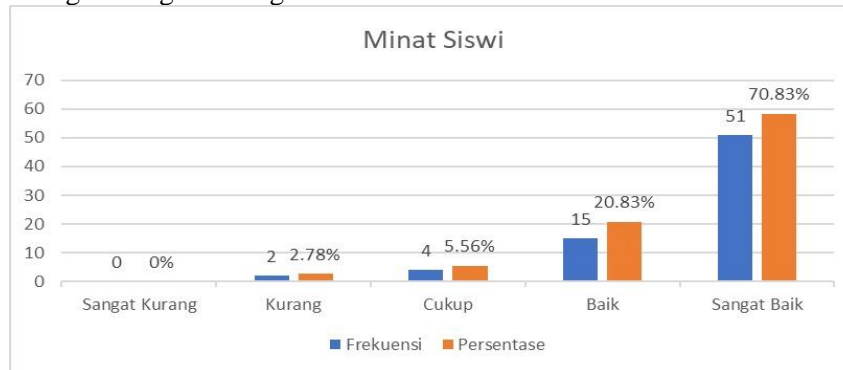
F. Keluarga

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Keluarga

NO	KELAS INTERVAL	KATEGORI	FREKUENSI	PERSENTASE
1	0 - 20	SK	0	0%
2	21 - 40	K	2	2.78%
3	41 - 60	C	4	5.56%
4	61 - 80	B	15	20.83%

5	81 - 100	SB	51	70.83%
	Total		72	100%

Berdasarkan tabel tersebut, pada indikator keluarga sebagian besar siswi kelas X di SMK Negeri 6 Padang berada pada kategori sangat baik sebanyak 51 dari 72 responden, sedangkan kategori sangat kurang tidak ditemukan:



Gambar 6. Histogram Distribusi Keluarga

Untuk menjawab tujuan penelitian, dilakukan analisis terhadap data hasil angket setelah pelaksanaan penelitian. Hasil analisis menunjukkan bahwa minat siswi kelas X jurusan Kecantikan dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di SMK Negeri 6 Padang berada pada kategori baik dengan rata-rata sebesar 80,37.

Berdasarkan enam indikator yang diukur, diperoleh nilai rata-rata yaitu perhatian 78,42 (baik), perasaan senang 82,56 (sangat baik), aktivitas 79,94 (baik), peranan guru 81,81 (sangat baik), sarana dan prasarana 77,60 (baik), serta keluarga 81,86 (sangat baik). Indikator dengan nilai tertinggi adalah perasaan senang, yang menunjukkan bahwa pembelajaran PJOK mampu memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan dan mendorong peningkatan minat siswi.

Sebaliknya, indikator sarana dan prasarana memiliki nilai terendah meskipun masih dalam kategori baik. Hal ini mengindikasikan bahwa fasilitas yang tersedia belum sepenuhnya optimal dalam mendukung proses pembelajaran. Oleh karena itu, peningkatan sarana dan prasarana perlu menjadi perhatian untuk lebih meningkatkan minat siswi dalam mengikuti pembelajaran PJOK.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data yang diperoleh melalui penyebaran angket kepada 72 responden, dapat disimpulkan bahwa minat siswi kelas X jurusan Kecantikan dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di SMK Negeri 6 Padang berada pada kategori baik dengan rata-rata nilai sebesar 80,37. Penilaian ini didasarkan pada enam indikator utama, yaitu perhatian, perasaan senang, aktivitas, peranan guru, sarana dan prasarana, serta keluarga. Secara umum, hasil ini menunjukkan bahwa pembelajaran PJOK telah mampu membangun ketertarikan siswi, meskipun masih terdapat beberapa aspek yang perlu ditingkatkan. Hal ini sejalan dengan pendapat Slameto (2015) yang menyatakan bahwa minat merupakan kecenderungan yang tetap untuk memperhatikan dan mengenang beberapa kegiatan yang disertai dengan rasa senang, sehingga sangat berpengaruh terhadap keterlibatan individu dalam proses pembelajaran.

Indikator perhatian berada pada kategori baik, yang menunjukkan bahwa siswi telah memiliki fokus dan ketertarikan yang cukup dalam mengikuti pembelajaran. Hal ini tercermin dari keterlibatan mereka dalam memperhatikan penjelasan dan mengikuti kegiatan praktik. Namun demikian, hasil yang belum mencapai kategori sangat baik mengindikasikan adanya hambatan seperti kelelahan, kondisi cuaca, serta kurangnya variasi metode pembelajaran.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Hakim & Parlindungan (2024) yang menyatakan bahwa faktor lingkungan dan kondisi fisik dapat memengaruhi tingkat perhatian dan minat siswa dalam pembelajaran PJOK. Selain itu, menurut Djamarah (2011), perhatian dalam belajar dipengaruhi oleh kondisi internal dan eksternal siswa, sehingga guru perlu menciptakan situasi pembelajaran yang kondusif agar perhatian siswa tetap terjaga.

Indikator perasaan senang memperoleh kategori sangat baik, yang menunjukkan bahwa siswi merasakan pengalaman belajar yang positif selama mengikuti pembelajaran PJOK. Aktivitas yang bersifat menyenangkan, seperti permainan dan kerja sama tim, mampu meningkatkan keterlibatan emosional siswa. Hal ini didukung oleh penelitian Sari et al. (2024) yang menyatakan bahwa suasana pembelajaran yang menyenangkan dan variatif berkontribusi besar terhadap tingginya minat peserta didik dalam mengikuti PJOK. Secara teoritis, hal ini juga diperkuat oleh pendapat Uno (2016) yang menyatakan bahwa emosi positif dalam pembelajaran akan meningkatkan motivasi intrinsik siswa, sehingga mendorong partisipasi yang lebih aktif.

Selanjutnya, indikator aktivitas berada pada kategori baik, yang menunjukkan bahwa siswi cukup aktif dalam mengikuti kegiatan pembelajaran, baik secara fisik maupun teori. Meskipun demikian, tingkat partisipasi yang belum merata menunjukkan adanya perbedaan individu, seperti tingkat kebugaran, kepercayaan diri, dan minat terhadap jenis aktivitas tertentu. Temuan ini sejalan dengan penelitian Nazirun et al. (2019) yang mengungkapkan bahwa keterlibatan siswa dalam aktivitas PJOK dipengaruhi oleh minat dan kesiapan fisik masing-masing individu. Menurut Hamalik (2013), aktivitas belajar merupakan inti dari proses pendidikan, karena melalui aktivitas tersebut siswa memperoleh pengalaman langsung yang berpengaruh terhadap hasil belajar.

Indikator peranan guru berada pada kategori sangat baik, yang menegaskan bahwa guru memiliki peran yang sangat penting dalam meningkatkan minat belajar siswa. Guru yang mampu menciptakan pembelajaran yang menarik, komunikatif, dan variatif akan mendorong motivasi serta partisipasi aktif siswa. Hal ini sejalan dengan pendapat Sari et al. (2021) yang menyatakan bahwa peran guru sebagai motivator dan fasilitator sangat menentukan keberhasilan proses pembelajaran. Selain itu, menurut Mulyasa (2013), guru yang profesional tidak hanya menyampaikan materi, tetapi juga mampu membangun suasana belajar yang menyenangkan dan memotivasi siswa untuk aktif.

Sementara itu, indikator sarana dan prasarana berada pada kategori baik namun menjadi yang terendah dibandingkan indikator lainnya. Hal ini menunjukkan bahwa fasilitas yang tersedia belum sepenuhnya optimal dalam mendukung proses pembelajaran yang maksimal. Keterbatasan alat, kondisi fasilitas, serta faktor lingkungan dapat memengaruhi kenyamanan siswa dalam mengikuti pembelajaran. Temuan ini juga didukung oleh Hakim & Parlindungan (2024) yang menyebutkan bahwa sarana dan prasarana menjadi salah satu faktor eksternal yang memengaruhi minat siswa dalam pembelajaran PJOK. Secara teori, menurut Soepartono (2000), ketersediaan sarana dan prasarana olahraga yang memadai merupakan salah satu faktor penting dalam menunjang keberhasilan proses pembelajaran pendidikan jasmani.

Terakhir, indikator keluarga memperoleh kategori sangat baik, yang menunjukkan bahwa dukungan dari lingkungan keluarga memiliki kontribusi besar terhadap minat belajar siswa. Dukungan tersebut dapat berupa perhatian, motivasi, serta pemenuhan kebutuhan belajar yang menunjang keterlibatan siswa dalam pembelajaran. Hal ini sejalan dengan penelitian Ningsih & Apriawan (2022) yang menyatakan bahwa lingkungan keluarga memiliki peran penting dalam membentuk minat dan motivasi belajar anak. Menurut Sardiman (2014), lingkungan keluarga merupakan faktor eksternal utama yang memengaruhi motivasi belajar, karena keluarga menjadi tempat pertama dalam pembentukan sikap dan kebiasaan belajar siswa.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa minat siswi terhadap pembelajaran PJOK dipengaruhi oleh kombinasi faktor internal dan eksternal, di mana perasaan senang, peranan guru, dan dukungan keluarga menjadi faktor dominan, sementara sarana dan prasarana masih perlu ditingkatkan untuk mengoptimalkan proses pembelajaran. Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Slameto (2015) bahwa minat belajar dipengaruhi oleh faktor internal (seperti perhatian dan perasaan) serta faktor eksternal (seperti lingkungan sekolah dan keluarga), sehingga peningkatan minat belajar harus dilakukan secara menyeluruh dan berkelanjutan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa minat siswi terhadap pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di SMK Negeri 6 Padang berada pada kategori cukup baik hingga baik. Hal ini terlihat dari antusiasme siswi dalam mengikuti kegiatan pembelajaran, baik pada materi teori maupun praktik olahraga. Faktor yang memengaruhi minat siswi antara lain metode pembelajaran yang digunakan guru, ketersediaan sarana dan prasarana olahraga, lingkungan belajar yang nyaman, serta motivasi dari dalam diri siswi.

Selain itu, pembelajaran PJOK yang dilakukan secara menarik, variatif, dan menyenangkan mampu meningkatkan partisipasi aktif siswi selama proses pembelajaran berlangsung. Sebaliknya, keterbatasan fasilitas dan kurangnya rasa percaya diri sebagian siswi menjadi hambatan dalam mengikuti kegiatan PJOK secara maksimal. Oleh karena itu, guru PJOK diharapkan dapat terus mengembangkan model pembelajaran yang kreatif dan inovatif agar minat siswi terhadap pembelajaran PJOK semakin meningkat serta dapat mendukung tercapainya tujuan pendidikan jasmani di sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Barlian, E. (2016). *Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Sukabina Press.
- Denay, N. (2019). Kontribusi Kemampuan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Kecepatan Renang 50 Meter Gaya Dada Atlet Renang Kota Padang. *Sport Science: Jurnal Sain Olahraga Dan Pendidikan Jasmani*, 19(2), 101–108.
- Djamarah, S. B. (2011). *Psikologi belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Edmizal, E., Donie, & Soniawan, V. (2020). Kecepatan Reaksi dan Daya Otot Tungkai Berkontribusi Terhadap Kemampuan Footwork Bulutangkis. *Jurnal Sporta Saintika*, 5(September), 120–132.
- Hamalik, O. (2013). *Proses belajar mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Hakim, Z. Y., & Parlindungan, D. P. (2024). Minat Siswa terhadap Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMK Muhammadiyah 1 Wonosobo. *Prosiding Semnasfip*, 9(1), 2217–2225.
- Huang, D. (2024). Research on the Relationship Between School Physical Education and Students ' Comprehensive Development. *International Journal of Educational Teaching and Research*, 1(2), 1–6.
- Iliza, I. N., & Hanif, M. (2025). Membangun Minat Dan Motivasi Belajar Peserta Didik. *Al-Ilmiya: Jurnal Pendidikan*, 01(03), 700–708.
- Kiram, Y. (2019). *Belajar Keterampilan Motorik*. Prenada Media.
- Liu, Y., Yan, J., & Li, J. (2025). The relationship between physical education teachers ' competence support and middle school students ' participation in sports : A chain mediation model of perceived competence and exercise persistence. *PLoS One*, 20(1), 1–17. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0314338>
- Lynch, S., & McLoughlin, G. (2017). Optimizing the learning environment for students in physical education : Integrating theories of motivation. *Active Healthy Journal*, 35–40.

- Mulyasa, E. (2013). *Menjadi guru profesional: Menciptakan pembelajaran kreatif dan menyenangkan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Nazirun, N., et al. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi partisipasi siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah. *Jurnal Keolahragaan*, 7(2), 120–128.
- Ningsih, S., & Apriawan, D. (2022). Peran lingkungan keluarga terhadap minat belajar siswa. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 10(3), 210–218.
- Nugraha, B., Dimiyati, A., & Gustiawati, R. (2021). Minat Belajar Siswa Dalam Mempraktekkan Pembelajaran Penjas di Rumah Pada Masa Covid-19. *Journal Coaching Education Sports*, 2(1), 31–40. <https://doi.org/10.31599/jces.v2i1.446>
- Nurfauziah, E., Farhanah, S. Z., Azahra, A., Setiawan, M. A., & Rahayu, S. (2025). Physical Education, Sports and Health in Shaping Character Values. *Jurnal Menssana*, 10(2).
- Purwanto, D., Rejeki, H. S., & Mentara, H. (2024). Game-Based Physical Learning Model to Enhance Gross Motor Skills in Young Students. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 10(3), 503–520.
- Redondo-Florez, L., Ramos-Campo, D. J., & Clemente-Suarez, V. J. (2022). Relationship between Physical Fitness and Academic Performance in University Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(22).
- Sardiman, A. M. (2014). *Interaksi dan motivasi belajar mengajar*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sari, D. P., et al. (2021). Peran guru sebagai motivator dalam meningkatkan minat belajar siswa pada pembelajaran pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 8(2), 98–105.
- Sari, R., et al. (2024). Pengaruh suasana pembelajaran yang menyenangkan terhadap minat belajar siswa pada mata pelajaran pendidikan jasmani. *Jurnal Sport Science*, 12(1), 33–41.
- Sari, Y. Y., Dhithia Putri Ulfani, Muhammad Ramos, & Padli. (2024). Pentingnya Pendidikan Jasmani Olahraga Terhadap Anak Usia Sekolah Dasar. *Jurnal Tunas Pendidikan*, 6(2), 478–488. <https://doi.org/10.52060/pgsd.v6i2.1657>
- Slameto. (2015). *Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Soepartono. (2000). *Sarana dan prasarana olahraga*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Sofwatillah, Risnita, Jailani, M. S., & Saksitha, D. A. (2024). Teknik Analisis Data Kuantitatif dan Kualitatif dalam Penelitian Ilmiah. *Journal Genta Mulia*, 15(2), 79–91.
- Syakur, A., & Nurhayati, F. (2023). Faktor-Faktor Minat Belajar Pjok Siswa Kelas 6 Di Sdn Gading Iv Surabaya. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 11(2), 137–144.
- Tsalisafriana, A. (2024). Efektivitas Pembelajaran PJOK dalam Meningkatkan Kebugaran Fisik Siswa : Tinjauan Literatur. *Prosiding Seminar Nasional*, 678–687.
- Uno, H. B. (2016). *Teori motivasi dan pengukurannya: Analisis di bidang pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Yusdianto & Hartati. (2015). Hubungan Penghasilan Orang Tua Terhadap MOTivasi Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Studi Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Wonoayu, Sidoarjo). *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, Vol. 3.(No. 2.), 411.
- Zheng, H., Ye, Z., Bai, X., Shen, Y., & Cui, G. (2026). The Effect of Enjoyment on the Achievement of Learning Goals in College Student's Online Classes: a MOderated Mediation Model. *Humanities & Social Sciences Communications*, 13(240), 1–11.