

## Tingkat Motivasi Peserta Didik Dalam Pembelajaran PJOK di SDS Yayasan Fajar Indah

Harry Syahputra Nasution\*, Muh. Ali Akbar, Kevin Ramadhan

Universitas Pamulang

\*Korespondensi: dosen02925@unpam.ac.id

---

---

**Abstrak:** Penelitian ini mengkaji motivasi peserta didik dalam pembelajaran PJOK di SDS Yayasan fajar indah. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana Motivasi Peserta Didik dalam Pembelajaran PJOK Di SDS Yayasan Fajar Indah, yang dapat dilihat pada motivasi intrinsik dan ekstrinsiknya. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik SDS Yayasan Fajar Indah berjumlah 20 orang. Teknik pengambilan sampel diambil secara Stratified Proportional Random Sampling, dimana sampel diambil sebesar 10% dari setiap strata atau kelas yaitu 10% sehingga diperoleh sampel sebanyak 20 orang. Teknik pengambilan data dengan wawancara kepada peserta didik yang telah dipilih menjadi sampel. Teknik analisis data adalah dengan menggunakan statistik deskriptif dengan tabulasi frekuensi. Adapun hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 20 orang peserta didik yang memperoleh hasil perhitungan kuesioner pada skor 75-78 sebanyak 3 orang (15%), yang memperoleh skor 79-82 sebanyak 2 orang (10%), yang memperoleh skor 83-86 sebanyak 8 orang (40%), yang memperoleh skor 87-90 sebanyak 6 orang (30%) dan atlet yang memperoleh hasil kuesioner dengan skor 91-94 sebanyak 1 orang (5%). Hal ini memperlihatkan peningkatan motivasi dalam PJOK juga membutuhkan dukungan dari berbagai pihak, termasuk orang tua dan komunitas sekolah, untuk membangun lingkungan yang kondusif bagi pembelajaran fisik dan kesehatan.

**Kata Kunci :** Motivasi belajar, pembelajaran PJOK

### *Student Motivation Level in Physical Education Learning at SDS Yayasan Fajar Indah*

**Abstract:** This study examines the motivation of students in learning PJOK at SDS Yayasan Fajar Indah. The purpose of this study was to determine how the motivation of students in learning PJOK at SDS Yayasan Fajar Indah, which can be seen in intrinsic and extrinsic motivation. This type of research is descriptive research. The population in this study were 20 students of SDS Yayasan Fajar Indah. The sampling technique was taken by Stratified Proportional Random Sampling, where the sample was taken by 10% of each stratum or class, namely 10% so that a sample of 20 people was obtained. Data collection techniques involve interviewing students who have been selected as a sample. The data analysis technique is to use descriptive statistics with frequency tabulation. The results showed that of the 20 students who obtained the results of the questionnaire calculation on a score of 75-78 as many as 3 people (15%), who obtained a score of 79-82 as many as 2 people (10%), who obtained a score of 83-86 as many as 8 people (40%), who obtained a score of 87-90 as many as 6 people (30%) and athletes who obtained questionnaire results with a score of 91-94 as many as 1 person (5%). This shows that increasing motivation in PJOK also requires support from various parties, including parents and the school community, to build an environment conducive to physical and health learning.

**Keywords:** Learning Motivation, Physical Education

## PENDAHULUAN

Peningkatan mutu pendidikan tidak hanya tergantung kepada kualitas guru, akan tetapi ketersediaan sarana dan prasarana belajar, ketersediaan media dan sumber belajar, penggunaan kurikulum serta motivasi belajar peserta didik. Motivasi merupakan salah satu aspek yang mendorong seseorang untuk mengekspresikan kemampuan suatu tindakan dalam mencapai tujuan yang dikehendakinya. Dalam proses belajar mengajar motivasi peserta didik merupakan hal yang sangat penting dalam mendorong aktivitas-aktivitas dalam proses pembelajaran untuk mencapai tujuan pengajaran guna mendapatkan hasil belajar sesuai yang diinginkan. Apabila motivasi peserta didik dalam mengikuti pembelajaran sangat kurang maka dalam pembelajaran tersebut peserta didik tidak akan serius mengikuti jalannya pembelajaran yang diberikan oleh guru, baik itu berupa materi yang bersifat teori maupun praktek. Asal kata motivasi adalah motif yang diadakan sebagai daya dan upaya yang mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu, motif dapat diartikan sebagai tujuan yang mendorong individu untuk melakukan aktivitas- aktivitas tertentu untuk tujuan tertentu terhadap situasi disekitarnya. Sedangkan pengertian motivasi menurut Departemen Pendidikan Nasional (2003) ialah dorongan yang timbul pada diri seseorang secara sadar atau tidak sadar untuk melakukan suatu tindakan dengan tujuan tertentu. Motivasi yaitu perubahan energi dalam diri (pribadi) seseorang yang ditandai dengan timbulnya perasaan dan reaksi untuk mencapai tujuan. Motivasi merupakan suatu energi penggerak, pengarah dan memperkuat tingkah laku, (Muawanah & Muhid, 2021). Motif merupakan dorongan atau daya penggerak yang membuat seseorang melakukan sesuatu. Motif atau motivasi merupakan perilaku konatif sebagai sumber dinamika yang menentukan kualitas kekuatan perilaku, (Sardiman A.M., 2018). Sebagai makhluk hidup, kelahiran manusia kealam dunia membawa amanat untuk senantiasa mempertahankan kelangsungan hidup. Sejalan dengan pendapat tersebut motivasi merupakan tenaga yang mendorong seseorang berbuat sesuatu.

Motivasi dapat dikatakan sebagai keseluruhan daya penggerak di dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar, yang menjamin kelangsungan dari kegiatan belajar dan yang memberikan arah pada kegiatan belajar, sehingga kegiatan yang dikehendaki oleh siswa dapat dicapai, (Sardiman A.M., 2018). Tercapai tidaknya tujuan pendidikan salah satunya adalah terlihat dari motivasi belajar siswa. Dengan motivasi yang tinggi, para siswa mempunyai indikasi berpengetahuan yang baik. Pada dunia pendidikan banyak bakat siswa yang tidak berkembang karena tidak memperoleh motivasi yang tepat, jika seorang siswa mendapat motivasi yang tepat maka tercapai hasil-hasil yang semula tidak terduga, (Indardi, 2023). Peserta didik yang memiliki motivasi belajar yang baik cenderung akan mengikuti proses belajar mengajar di kelas dengan baik. Begitu juga sebaliknya, peserta didik yang kurang memiliki motivasi belajar yang kurang baik maka cenderung malas mengikuti proses pembelajaran sehingga hasil yang didapatkan cenderung tidak baik pula. Pembelajaran dilakukan antara guru dengan siswanya di kelas. Saat pembelajaran, guru bertugas sebagai pengelola kelas, dan motivator. Sebagai pengelola kelas, berarti guru harus dapat mengelola kelas sebagai tempat guru memberikan pembelajaran untuk siswa di sekolah, sebagai motivator guru harus dapat mendorong kegairahan dan keaktifan siswa saat belajar, (Febianti, 2018). Dengan banyaknya faktor yang mempengaruhi belajar peserta didik, maka salah satu peranan yang ditunjukkan oleh guru adalah memotivasi peserta didik untuk dapat belajar dengan baik dalam usaha mencapai tujuan proses pembelajaran yang diharapkan. Motivasi merupakan salah satu faktor dalam proses pembelajaran karena dapat menimbulkan dorongan positif dalam menumbuhkan dan meningkatkan minat dan hasrat bagi siswa dalam belajar sehingga proses belajar yang dilakukan secara efektif, (Harahap et al., 2023).

PJOK merupakan sebuah pembelajaran untuk bergerak melalui gerak yang diintegrasikan dengan ilmu pengetahuan serta cabang olahraga sehingga dapat diterima oleh peserta didik, (Ramadhana, W & Tuasikal, 2018). Mata pelajaran penjas memiliki ciri khas pada aktivitas gerak dan dilaksanakan di luar ruang kelas, (Ginanjari, A., Suherman, A., Juliantine, T., & Hidayat, 2020). Pendidikan jasmani sangat penting bagi siswa karena mampu menumbuhkan pola hidup sehat, serta mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, (Lesmana, 2018). Mata pelajaran PJOK adalah kegiatan pembelajaran disekolah yang sangat berpengaruh karena memberikan pengaruh yang

postif pada perkembangan siswa, (Koc, 2017). Pembelajaran PJOK yang diajarkan disekolah memiliki peranan yang sangat penting, yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih dan dilakukan secara sistematis, (Hartanti, M. D., Nurhasan, & Tuasikal, 2020). Dalam proses pembelajaran khususnya PJOK, pendidik (guru) memegang peranan yang sangat penting. Pendidik merupakan seseorang atau orang yang memiliki tanggung jawab dalam memberikan pendidikan dan mentransfer ilmu pengetahuan, (Ramli, 2015). Guru profesional termasuk juga guru PJOK diharapkan mampu merancang pembelajaran yang interaktif, inspiratif, menyenangkan, menantang, memotivasi peserta didik untuk berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran, (Yulianto, S., Roesdiyanto, 2017). Peran guru PJOK ialah kualitas SDM meningkat dengan berbagai aktivitas jasmani, (Arifin, 2017).

Motivasi adalah dorongan yang muncul dalam diri seseorang untuk melakukan suatu perubahan baik dalam perbuatan maupun perilaku. Motivasi belajar seorang siswa tidak akan tumbuh begitu saja tanpa ada kemauan yang kuat dari dalam diri siswa itu sendiri atau dapat tumbuh apabila ada seseorang yang merangsangnya dengan berbagai cara, (Santosa, 2021). Suatu proses belajar mengajar dikatakan berhasil apabila 75% dari siswa yang mengikuti pembelajaran mendapatkan nilai di atas cukup menurut ketentuan penilaian yang berlaku. Untuk mendapatkan nilai di atas cukup tersebut, maka motivasi peserta didik harus ditingkatkan, misalnya dengan cara meningkatkan sarana dan prasarana yang digunakan, menggunakan metode yang bervariasi serta menggunakan buku penunjang dalam pembelajaran. Salah satunya dapat dilihat pada mata pelajaran PJOK dimana sebagian peserta didik terutama pada siswa putri banyak yang tidak serius dalam melakukan aktivitas olahraga yang diajarkan dan ada juga yang takut dimarahi oleh guru olahraga sehingga mereka melakukannya dengan terpaksa, bukan menjadi senang dengan mata pelajaran PJOK tersebut. Hal ini dipengaruhi oleh motivasi peserta didik khususnya siswa putri yang rendah terhadap mata pelajaran PJOK serta metoda yang digunakan oleh guru tidak semuanya terlaksana serta sarana dan prasarana yang tersedia juga tidak memadai. Akan tetapi, sangat berbeda jika dibandingkan dengan motivasi peserta didik khususnya siswa putra dalam pembelajaran PJOK, dimana siswa putra bersikap lebih menyenangi mata pelajaran PJOK ini. Bila terjadi respon yang berbeda dalam pembelajaran PJOK antara siswa putra dan siswa putri, tentu akan menghambat proses belajar mengajar sehingga pembelajaran tidak berjalan efektif. Hal ini akan menimbulkan masalah dan juga apabila peserta didik tidak serius dalam mengikuti pembelajaran tersebut tentu akan mempengaruhi hasil yang akan diperoleh. Karena dalam belajar peserta didik tersebut tidak memperhatikan materi yang diajarkan dengan baik, sehingga pada saat pelaksanaannya peserta didik tidak dapat melakukan gerakan yang baik dan benar.

Hal tersebut penulis temui pada salah satu sekolah yaitu SDS Yayasan Fajar Indah yang merupakan salah satu sekolah favorit di Jakarta dimana peserta didik yang diterima di sana adalah kumpulan dari peserta didik yang nilainya baik dan di atas rata-rata serta boleh dikatakan sudah melalui seleksi terlebih dahulu. Dari pengamatan yang penulis lakukan di SDS Yayasan Fajar Indah ini, ternyata pembelajaran PJOK belum berjalan dengan baik. Hal ini terbukti pada saat mengikuti pembelajaran PJOK sebagian besar peserta didik khususnya peserta didik putri kurang interaktif, kurang perhatian terhadap materi yang disampaikan, dan kurang semangat dalam mengikuti pelajaran PJOK serta kurang serius ketika proses pembelajaran berlangsung. Hal ini mengakibatkan hasil belajar yang diperoleh peserta didik kurang sesuai dengan yang diharapkan. Hal ini mungkin disebabkan oleh beberapa faktor seperti: 1) kurangnya pengadaan buku pelajaran, 2) kurangnya sarana dan prasarana, 3) rendahnya kualitas guru PJOK, 4) metode belajar kurang variatif, serta 5) lingkungan sekolah yang kurang mendukung.

Berdasarkan latar belakang dan permasalahan tersebut, maka penulis ingin sekali untuk meneliti sehingga dapat gambaran yang jelas tentang bagaimana motivasi peserta didik di SDS Yayasan Fajar Indah di DKI Jakarta dalam pembelajaran PJOK yang selama ini telah berjalan dan termasuk mata pelajaran yang diujikan. Namun, semua ini memerlukan pengamatan melalui penelitian, sehingga hasil yang diperoleh dapat dijadikan untuk menjelaskan berbagai permasalahan yang dituangkan dalam bentuk penelitian.

## METODE

Penelitian ini akan menggunakan pendekatan deskriptif dengan rancangan melalui beberapa prosedur untuk menentukan populasi, sampel, membuat angket wawancara dan melakukan wawancara kepada peserta didik. Kemudian data yang telah diperoleh diolah dengan menggunakan teknik deskriptif. Data akan dikumpulkan melalui wawancara yang dirancang untuk mengukur motivasi belajar, yang mencakup aspek-aspek seperti motivasi, keterampilan motorik, kepercayaan diri, dan pemahaman tentang pentingnya aktivitas fisik. Analisis data akan dilakukan menggunakan teknik statistik deskriptif dan inferensial untuk mengidentifikasi motivasi belajar dalam pembelajaran PJOK dan faktor-faktor yang mempengaruhinya. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk mengumpulkan data dari sampel yang representatif dan melakukan analisis statistik yang relevan untuk mengidentifikasi tingkat motivasi belajar pembelajaran PJOK dan faktor-faktor yang mempengaruhinya. Penelitian deskriptif adalah pengumpulan data untuk menguji hipotesis atau menjawab pertanyaan tentang status terakhir subjek penelitian, yang merupakan metode penelitian faktual tentang status sekelompok orang, suatu objek, suatu keadaan, sistem pemikiran atau peristiwa dalam saat ini. dengan interpretasi yang benar, (A Purba, 2021). Dengan menggunakan penelitian deskriptif, data mengenai motivasi belajar dapat dianalisis secara terperinci. Pemetaan yang kuat dari data ini memberikan gambaran yang jelas dan memungkinkan untuk penggunaan teknik analisis statistik yang sesuai, seperti distribusi frekuensi, mean, median, dan modus, yang dapat memberikan wawasan yang lebih baik terhadap permasalahan yang diamati. Dalam suatu penelitian dibutuhkan desain penelitian untuk dijadikan acuan dalam langkah-langkah penelitian. Mengenai desain penelitian, penggunaan desain penelitian hendaknya disesuaikan dengan aspek penelitian dan masalah yang ingin diungkapkan. Pada penelitian ini, langkah-langkah yang disusun sebagai berikut:

1. Menetapkan populasi
2. Menentukan alat tes dan pengukuran
3. Pengambilan dan pengumpulan data melalui tes dan pengukuran
4. Analisis data
5. Menetapkan kesimpulan

Populasi penelitian ini adalah seluruh peserta didik SDS Yayasan Fajar Indah di DKI Jakarta. Mengingat jumlah siswa yang besar, penelitian ini akan menggunakan teknik stratified random sampling untuk memastikan representasi yang adil dari berbagai sekolah di DKI Jakarta. Jadi dalam penelitian ini, teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah Stratified Proportional Random Sampling, dimana sampel diambil sebesar 10% dari setiap strata atau kelas yaitu 10% dari jumlah peserta didik sehingga akan diperoleh sampel.

Tempat penelitian bertempat di SDS Yayasan Fajar Indah di DKI Jakarta. Instrumen utama yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket wawancara yang dirancang untuk mengukur motivasi belajar. Angket wawancara ini telah diuji validitas dan reliabilitasnya melalui uji coba sebelumnya pada sampel yang serupa.

Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan untuk mengumpulkan data penelitian untuk mempermudah pengolahan data serta menghasilkan penelitian yang berkualitas, (Yusuf, 2017). Instrumen tes yang digunakan adalah Instrumen yang digunakan untuk mengukur motivasi belajar adalah dengan angket wawancara. Angket adalah alat untuk menghimpun data yang diajukan kepada individu atau sekelompok orang berupa formulir yang berisi daftar pertanyaan, (Iqbal & Salsabila, 2023). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah "Angket Wawancara Motivasi Belajar".

Data Statistik deskriptif adalah bagian dari statistik yang membahas mengenai penyusunan data ke dalam daftar, grafik atau bentuk lain yang tidak dimaksudkan untuk pengujian hipotesis atau penarikan kesimpulan. Pemaknaan dilakukan sebagai pembahasan yang diajukan dengan mengacu pada standar kondisi fisik yang sudah baku untuk mendapatkan status kondisi fisik. Data yang diperoleh dari tiap-tiap tes merupakan data kasar dari hasil tiap tes yang dicapai, selanjutnya hasil kasar tersebut diubah menjadi nilai Skor-T dengan rumus Skor-T. Analisis data adalah rangkaian metode yang digunakan untuk mengetahui bagaimana mendeskripsikan data, korelasi data, sematik data, dan keterbatasan data yang ada dalam suatu penelitian. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis statistik.

Uji normalitas merupakan uji yang dilakukan untuk suatu data apakah berdistribusi normal atau mendekati distribusi normal. Uji normalitas dalam penelitian ini dihitung menggunakan IBM SPSS versi 26. Probabilitas yang digunakan sebagai dasar pengambilan keputusan dalam penelitian ini, yaitu apabila probabilitas > 0,05, maka distribusi dari populasi adalah normal dan apabila probabilitas < 0,05, maka populasi tidak berdistribusi secara normal.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

Penelitian yang dilakukan di Sekolah Dasar Swasta Yayasan Indah di DKI Jakarta yang mana penelitian ini berfokus kepada hasil motivasi peserta didik dalam mengikuti pembelajaran PJOK. Pada penelitian ini terdapat variabel penelitian nya adalah tingkat motivasi peserta didik dalam pembelajaran PJOK. Instrumen penelitian yang digunakan untuk mengukur tingkat motivasi peserta didik adalah angket. Data yang dihimpun dari variabel dalam penelitian ini ditabulasikan sesuai dengan keperluan analisis data, guna memberikan gambaran umum tentang sebaran data atau distribusi data. Nilai data yang dimaksudkan meliputi jumlah, mean (rata-rata), standar deviasi, nilai tertinggi, dan nilai terendah.

Distribusi frekuensi data hasil penelitian tentang motivasi peserta didik dalam pembelajaran penjasorkes di SDS Yayasan Fajar Indah DKI Jakarta didapat hasil nilai terendah (minimum) 75, skor tertinggi (maksimal) 91, rata-rata 84, simpangan baku (standar deviasi) 4,5, dan varians 20. Rangkuman data penelitian dapat digambarkan pada tabel sebagai berikut:

Tabel 1. Deskripsi data variabel

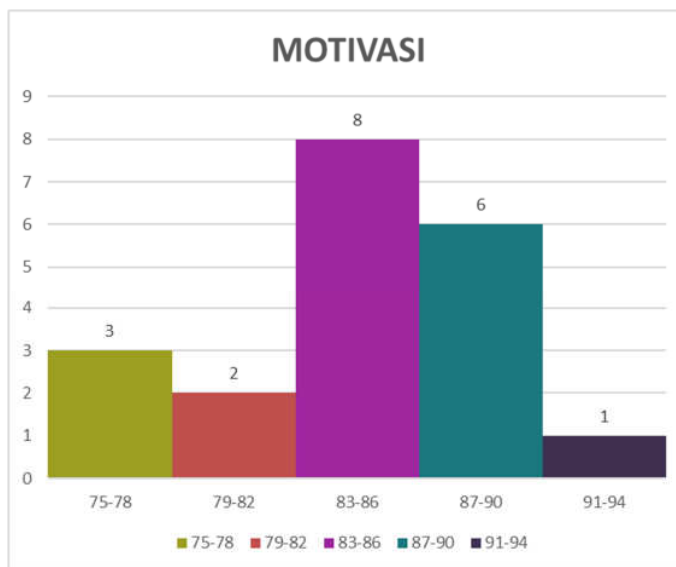
Data Variable Motivasi	Nilai
Min	75
Max	91
Rata-Rata	84
Standar deviasi	4,5
Varians	20

Apabila ditampilkan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi data maka gambaran lengkap terkait data motivasi peserta didik dalam pembelajaran PJOK di SDS Yayasan Fajar Indah DKI Jakarta. Untuk lebih jelasnya gambaran keadaan masing-masing data dalam kelompok dapat dilihat pada tabel 4.2 sebagai berikut:

Tabel 2. Variabel Motivasi

Rentang Nilai	Batas Bawah	Batas Atas	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
75-78	74,5	78,5	3	15%
79-82	78,5	82,5	2	10%
83-86	82,5	86,5	8	40%
87-90	86,5	90,5	6	30%
91-94	90,5	94,5	1	5%
			20	100%

Berdasarkan table 2 variabel motivasi peserta didik dalam pembelajaran PJOK menunjukkan bahwa dari 20 orang peserta didik yang memperoleh hasil perhitungan kuesioner pada skor 75-78 sebanyak 3 orang (15%), yang memperoleh skor 79-82 sebanyak 2 orang (10%), yang memperoleh skor 83-86 sebanyak 8 orang (40%), yang memperoleh skor 87-90 sebanyak 6 orang (30%) dan atlet yang memperoleh hasil kuesioner dengan skor 91-94 sebanyak 1 orang (5%). Untuk lebih jelasnya variabel motivasi peserta didik dalam pembelajaran PJOK tersebut dapat dilihat pada gambar histogram berikut:



Gambar 1. Histogram Variabel Motivasi

### *Pembahasan*

Pembahasan dalam penelitian terkait Motivasi peserta didik dalam pembelajaran PJOK (Pendidikan Jasmani, Olah Raga, dan Kesehatan) di sekolah merupakan faktor penting yang mempengaruhi keberhasilan proses belajar mengajar. Motivasi dapat bersumber dari dalam diri siswa (motivasi intrinsik), seperti rasa senang terhadap aktivitas fisik dan pemahaman akan pentingnya kesehatan, maupun dari luar diri siswa (motivasi ekstrinsik), seperti dorongan guru, penghargaan, dan dukungan lingkungan. Faktor-faktor seperti variasi metode pembelajaran, peran guru sebagai motivator, fasilitas yang memadai, dan keterlibatan teman sebaya sangat mempengaruhi tingkat motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran PJOK.

Ketika siswa termotivasi, mereka cenderung lebih aktif, antusias, dan mampu mencapai hasil pembelajaran yang optimal, baik dari segi keterampilan fisik, pemahaman konsep, maupun pembentukan karakter seperti disiplin, sportivitas, dan kerja sama. Namun, kurangnya sarana dan prasarana, rasa tidak percaya diri, serta tekanan dari beban akademik lain sering menjadi kendala yang menghambat motivasi siswa. Oleh karena itu, guru perlu menerapkan strategi pembelajaran yang kreatif dan inklusif, seperti menciptakan suasana yang amat menyenangkan, serta dapat memberikan penghargaan atas usaha siswa, serta menyusun tujuan yang sesuai dengan kemampuan peserta didik.

Peningkatan motivasi dalam PJOK juga membutuhkan dukungan dari berbagai pihak, termasuk orang tua dan komunitas sekolah, untuk membangun lingkungan yang kondusif bagi pembelajaran fisik dan kesehatan. Dengan motivasi yang tinggi, siswa tidak hanya akan lebih menikmati pembelajaran PJOK, tetapi juga memahami pentingnya aktivitas fisik untuk kehidupan mereka sehari-hari. Pada akhirnya pembelajaran PJOK yang didukung oleh motivasi yang kuat akan berkontribusi pada terciptanya generasi yang sehat, bugar, dan memiliki karakter positif. Hal ini menjadikan motivasi sebagai elemen esensial yang harus terus dikembangkan dalam setiap kegiatan pembelajaran PJOK di sekolah.

Berdasarkan hasil pengisian kuisioner dan pengamatan secara langsung di lapangan terkait motivasi peserta didik dalam mengikuti pembelajaran penjasorkes dan dihasilkan data dari 20 orang peserta didik yang memperoleh hasil perhitungan kuesioner pada skor 75-78 sebanyak 3 orang (15%), yang memperoleh skor 79-82 sebanyak 2 orang (10%), yang memperoleh skor 83-86 sebanyak 8 orang (40%), yang memperoleh skor 87-90 sebanyak 6 orang (30%) dan atlet yang memperoleh hasil kuesioner dengan skor 91-94 sebanyak 1 orang (5%).

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat variabel motivasi peserta didik dalam pembelajaran PJOK menunjukkan bahwa dari 20 orang peserta didik yang memperoleh hasil perhitungan kuesioner pada skor 75-78 sebanyak 3 orang (15%), yang memperoleh skor 79-82 sebanyak 2 orang (10%), yang memperoleh skor 83-86 sebanyak 8 orang (40%), yang memperoleh skor 87-90 sebanyak 6 orang (30%) dan atlet yang memperoleh hasil kuesioner dengan skor 91-94 sebanyak 1 orang (5%). Hal ini memperlihatkan peningkatan motivasi dalam PJOK juga membutuhkan dukungan dari berbagai pihak, termasuk orang tua dan komunitas sekolah, untuk membangun lingkungan yang kondusif bagi pembelajaran fisik dan kesehatan. Dengan motivasi yang tinggi, siswa tidak hanya akan lebih menikmati pembelajaran PJOK, tetapi juga memahami pentingnya aktivitas fisik untuk kehidupan mereka sehari-hari. Pada akhirnya pembelajaran PJOK yang didukung oleh motivasi yang kuat akan berkontribusi pada terciptanya generasi yang sehat, bugar, dan memiliki karakter positif. Hal ini menjadikan motivasi sebagai elemen esensial yang harus terus dikembangkan dalam setiap kegiatan pembelajaran PJOK di sekolah.

Berdasarkan kesimpulan yang telah disampaikan, terdapat sejumlah peluang untuk pengembangan penelitian lebih lanjut. Saran-saran berikut dirumuskan untuk memperluas cakupan penelitian, meningkatkan validitas hasil, serta mengoptimalkan penerapan temuan dalam berbagai konteks. Dengan demikian, penelitian lanjutan diharapkan dapat memberikan kontribusi yang lebih mendalam terhadap bidang pendidikan jasmani. Berikut merupakan saran penulis untuk penelitian selanjutnya: (1) Penelitian ini dapat ditindak lanjuti dengan penelitian lainnya, seperti penelitian terkait bidang psikologi dalam pengembangan motivasi peserta didik dalam mengikuti pembelajaran PJOK, (2) Responden penelitian yang masih kecil cakupannya diharapkan untuk penelitian selanjutnya dapat dilakukan pada jumlah yang lebih besar. (3) Mengingat keterbatasan dalam penelitian ini, penelitian menyarankan kepada pihak-pihak lain untuk melakukan penelitian serupa dengan maksud menguji variabel-variabel lain yang dapat mempengaruhi penelitian tersebut. (4) Bagi peneliti selanjutnya agar melakukan pengawasan lebih ketat pada saat pengambilan data agar hasilnya lebih objektif.

## DAFTAR PUSTAKA

- A Purba, R. (2021). *Media Dan Teknologi Pembelajaran* (Yayasan Kita Menulis (ed.)).
- Arifin, S. (2017). *Peran Guru Pendidikan Jasmani Dalam Pembentukan Pendidikan Karakter Peserta Didik*. Jurnal Multilateral, 16(1), 78–92.
- Febianti, Y. N. (2018). *Peningkatan Motivasi Belajar dengan Pemberian Reward and Punishment yang Positif*. Jurnal Edunomic, 6, 93–94.
- Ginanjari, A., Suherman, A., Juliantine, T., & Hidayat, Y. (2020). *Pengaruh Fase Sport Education Menggunakan Bola Basket Terhadap Aktivitas Fisik Siswa Dalam Pendidikan Jasmani*. Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran Olahraga, 6(2), 332–347.
- Harahap, Z. N., Azmi, N., Wariono, W., & Nasution, F. (2023). *Motivasi, Pengajaran dan Pembelajaran*. Journal on Education, 5(3), 9258–9269. <https://doi.org/10.31004/joe.v5i3.1732>

- Hartanti, M. D., Nurhasan, & Tuasikal, A. R. S. (2020). *Pengaruh Pembelajaran Sirkuit Berbasis Pendekatan Saintifik Terhadap Hasil Belajar Dribble Dan Shooting Bola Basket*. MULTILATERAL: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga, 19(2), 1–10. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v19i2.8614.g6741>
- Indardi, M. D. (2023). *Meningkatkan Motivasi Belajar Mahasiswa terhadap Metode Pembelajaran Online melalui Penghargaan dan Hukuman*. Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana, 493–499.
- Iqbal, M., & Salsabila, S. (2023). *Validitas dan Reliabilitas Kuesioner Kebiasaan Menonton Mukbang*. Muhammadiyah Journal of Nutrition and Food Science (MJNF), 4(2), 102. <https://doi.org/10.24853/mjnf.4.2.102-109>
- Koc, Y. (2017). *The Effect of “Physical Education and Sport Culture” Course on the Attitudes of Preservice Classroom Teachers towards Physical Education and Sports*. International Journal of Higher Education, 6(4), 200. <https://doi.org/10.5430/ijhe.v6n4p20>
- Lesmana, H. S. (2018). *Peran Motor Educability di Dalam Meningkatkan Keterampilan Olahraga Pada Pembelajaran Penjas*. Jurnal Halaman Olahraga Nusantara, 1(1), 115–125. <https://doi.org/10.31851/hon.v1i1.1507>
- Muawanah, E. I., & Muhid, A. (2021). *Strategi Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Selama Pandemi Covid – 19 : Literature Review*. Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha, 12(1), 90–98. <https://doi.org/10.23887/jjbk.v12i1.31311>
- Ramadhana, W & Tuasikal, A. R. S. (2018). *Pengaruh Permainan Modifikasi Bola Basket Terhadap Minat Belajar Siswa Kelas V MI NU Tropodo Waru Sidoarjo*. Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan, 06(02), 276–279.
- Ramli, M. (2015). *Hakikat Pendidik dan Peserta Didik*. Jurnal Tarbiyah Islamiyah, 5(1), 61–85.
- Santosa, J. A. (2021). *Motivasi Peserta Didik dalam Mengikuti Pembelajaran Pjok di Masa Pandemi Covid-19*. 9(2), 75–81.
- Sardiman A.M. (2018). *Interaksi dan Motivasi Belajar-Mengajar* (P. P. Raja Grafindo (ed.); 24th ed.).
- Yulianto, S., Roesdiyanto, & S. (2017). *Analisis Perubahan Kurikulum Pada Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Di Sekolah Dasar*. Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, dan Pengembangan, 2(1), 130–140. <https://doi.org/10.17977/jp.v2i1.8477>
- Yusuf, A. M. (2017). *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan*. In P. F. I. Mandiri (Ed.), Sustainability (Switzerland) (4th ed., Vol. 11, Issue 1). KENCANA. [http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484\\_SISTEM\\_PEMBETUNGAN\\_TEPUSAT\\_STRATEGI\\_MELESTARI](http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TEPUSAT_STRATEGI_MELESTARI)