

## Motivasi Belajar Pada Pembelajaran PJOK Peserta Didik Kelas VIII

### *Learning Motivation In PJOK Learning for Class VIII students*

Muhammad Darmawan<sup>1</sup>, Destriana<sup>2\*</sup>, Wahyu Indra Bayu<sup>3</sup>

Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, Universitas Sriwijaya, Palembang, Sumsel, Indonesia

Email: [darmawanweyy@gmail.com](mailto:darmawanweyy@gmail.com)<sup>1</sup>; [destriana@fkip.unsri.ac.id](mailto:destriana@fkip.unsri.ac.id)<sup>2\*</sup>; [wahyuindrabayu@fkip.unsri.ac.id](mailto:wahyuindrabayu@fkip.unsri.ac.id)<sup>3</sup>

\*corresponding author

---

#### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani dan motivasi belajar pada mata pelajaran PJOK peserta didik SMP Negeri 23 Palembang. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode survey. Subjek penelitian ini adalah seluruh peserta didik kelas VIII SMP Negeri 23 Palembang yang berjumlah 160 peserta didik. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah menggunakan metode survei dengan pengumpulan data berupa angket/kuesioner. Teknik analisis data yaitu dengan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh menunjukkan motivasi belajar pada mata pelajaran PJOK yaitu dalam kategori sangat tinggi 17%, pada kategori tinggi 35%, pada kategori sedang 42%, pada kategori rendah 6%, serta tidak ada peserta didik yang mendapatkan kategori sangat rendah atau 0% disimpulkan bahwa motivasi belajar pada mata pelajaran PJOK peserta didik kelas VIII SMP Negeri 23 Palembang dalam kategori sedang. Implikasi penelitian ini adalah agar dapat menjadi acuan dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik kelas VIII SMP 23 Palembang.

**Kata Kunci :** Motivasi , Belajar, Pendidikan Jasmani

*This study aims to determine the level of physical fitness and learning motivation in Sport Physical Education and Health subjects of the students of 23 Junior High school Palembang. This research is a quantitative descriptive research with survey method. The subjects of this study were all of the students of 23 Junior High school Palembang, totaling 160 students. The data collection technique in this research is using a survey method with data collection in the form of a questionnaire. Data analysis techniques are data reduction, data presentation, and conclusion drawing. Based on the results of the research obtained, it shows that learning motivation in Sport Physical Education and Health subjects is in the very high category 17%, in the high category 35%, in the medium category 42%, in the low category 6%, and no students get the very low category or 0 % it was concluded that the learning motivation of the Sport Physical Education and Health subjects of the students of 23 Junior High school Palembang was in the medium category. The implication of this research is that it can be used as a reference in increasing the learning motivation of eighth grade students of 23 Junior High school.*

**Keywords:** Learning Motivation, physical education

---

#### PENDAHULUAN

Demi mewujudkan manusia yang berkualitas salah satunya melalui pembinaan generasi muda yaitu dengan kegiatan olahraga. Dalam Undang Undang Keolahragaan RI No. 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional dijelaskan bahwa: “Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak manusia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkokoh ketahanan nasional, serta meningkatkan harkat, martabat, dan kehormatan bangsa”. Salah satu tujuan pendidikan jasmani adalah untuk memperoleh dan mempertahankan derajat kebugaran jasmani yang optimal untuk melaksanakan tugas sehari-hari secara efisien dan terkendali (Mahendra,

2015). Adapun kebugaran jasmani sendiri dapat diartikan sebagai kemampuan tubuh dalam melakukan berbagai macam pekerjaan tanpa mengalami kelelahan yang berarti dan dapat segera pulih sebelum datangnya tugas pada keesokan harinya, komponen-komponen kebugaran jasmani antara kekuatan otot, kelentukan, daya tahan dan daya tahan otot, daya ledak otot, kecepatan, kelincahan, daya tahan kecepatan reaksi, dan koordinasi, serta memiliki komposisi tubuh yang ideal (Badriah, 2013). Pada pendidikan formal atau sekolah, olahraga termasuk dalam mata pelajaran PJOK dikarenakan adanya hubungan yang signifikan antara kondisi fisik dengan hasil belajar siswa (Destriana, 2018).

Pendidikan jasmani adalah proses menjadikan seseorang dalam kegiatan jasmani untuk memperoleh pertumbuhan serta perkembangan jasmani yang dilakukan secara sadar dari segi aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. Pendidikan jasmani adalah bagian integral pada suatu proses pendidikan secara keseluruhan, merupakan proses pendidikan melalui aktivitas fisik yang dipilih untuk mengembangkan serta meningkatkan kemampuan organik, neuromuskular, interoeratif, sosial dan emosional (Rahayu, 2013). Supriatna (2015) PJOK merupakan mata pelajaran yang melibatkan aktivitas fisik dan pembiasaan pola hidup sehat, sehingga dapat merangsang pertumbuhan jasmani, kesehatan dan kebugaran jasmani, kemampuan dan keterampilan serta perkembangan individu yang seimbang. Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani dan direncanakan secara sistematis bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuskular, perseptual, kognitif, sosial, dan emosional.

Sobur (2013) mengemukakan sesungguhnya motivasi adalah terminasi yang menjelaskan secara umum tentang proses suatu tindakan atau aktivitas karena pengaruh dari lingkungan sehingga terdorong untuk melakukan sesuatu sehingga daya gerak dari dalam diri adalah sebagai akibat dari pada termotivasinya untuk mencapai sasaran, kepuasan, dan atau tujuan yang diinginkan perindividu ataupun kelompok.

Terdapat permasalahan-permasalahan yang dihadapi peserta didik SMP Negeri 23 Palembang saat melaksanakan pembelajaran yaitu, banyaknya peserta didik yang kurang serius dan kurang konsentrasi saat melakukan pembelajaran di kelas, selain itu selama masa pandemi peserta didik terlihat kurang beraktivitas dan untuk motivasi belajar juga kurang begitu baik. Hal ini yang melatarbelakangi untuk penelitian pada SMP Negeri 23 Palembang, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui motivasi belajar peserta didik kelas VIII dalam pembelajaran PJOK di SMP N 23 Palembang.

## METODE

Metode yang dihasilkan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan teknik kuisioner atau angket dan bersifat deskriptif kuantitatif. Penelitian yang dimaksud adalah penelitian yang dilakukan untuk menjawab persoalan tentang suatu keadaan atau kondisi sebagaimana adanya dilapangan dalam fenomena yang akan diteliti menggunakan media penghitung angka (Sugioyono, 2016). Penelitian ini dirancang untuk mendeskripsikan tingkat kebugaran jasmani dan motivasi belajar pada mata pelajaran PJOK peserta didik SMP Negeri 23 Palembang. Teknik pengumpulan data merupakan suatu cara yang dilakukan oleh seorang peneliti untuk mendapatkan data dalam usaha pemecahan masalah penelitian. Teknik pengumpulan data adalah langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Penelitian ini dirancang untuk mendeskripsikan tingkat kebugaran jasmani dan motivasi belajar pada mata pelajaran PJOK peserta didik SMP Negeri 23 Palembang.

Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas VIII Angkatan 2020 SMP Negeri 23 Palembang yang berjumlah 160 peserta didik. Berdasarkan Arikunto, S. (2013: 173) populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Penelitian populasi hanya dapat dilakukan untuk populasi terhingga dan subjeknya tidak terlalu banyak. Penelitian ini tidak menggunakan sampel, dikarenakan penelitian ini tertuju pada seluruh objek (total sampling). Penelitian ini menggunakan seluruh populasi yang berjumlah 160 peserta. Penelitian ini dilaksanakan di lapangan SMP Negeri 23 Palembang pada tanggal 18 s.d 21 Desember 2021.

Instrumen dalam pengambilan data penelitian ini menggunakan angket/kuesioner yang terdiri dari 33 pertanyaan, 16 pertanyaan intrinsik dan 17 pertanyaan ekstrinsik. Angket dalam penelitian ini adalah angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa sehingga responden tinggal memberikan tanda *check list* ( $\surd$ ) pada kolom atau tempat yang sesuai, dengan angket langsung menggunakan skala bertingkat. Skala bertingkat dalam angket ini menggunakan modifikasi skala *likert* dengan empat pilihan jawaban yaitu, sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS). Instrument angket dalam penelitian ini menggunakan instrument dari penelitian Deviani (2017), dengan koefisien validitas 0,976 dan realibilitas sebesar 0,978. Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis deskriptif kuantitatif dengan persentase. Analisis kuantitatif adalah analisis yang berbasis pada kerja hitung-menghitung angka Arikunto (2010:282). Setelah data dikelompokkan dalam kategori, kemudian mencari persentase masing-masing data.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### *Hasil*

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil data motivasi belajar PJOK pada peserta didik kelas VIII SMP Negeri 23. Di maksudkan untuk menggambarkan data yaitu mengenai seberapa tinggi motivasi peserta didik kelas VIII dalam mengikuti proses belajar PJOK di SMP Negeri 23 Palembang, yang dijelaskan pada angket yang berjumlah 33 butir pertanyaan, dan terbagi menjadi dua faktor. Faktor instrinstik dan faktor ekstrinstik, faktor instrinstik yaitu kesehatan, perhatian, minat dan bakat, sedangkan faktor ekstrinstik yaitu metode mengajar, alat pelajaran dan kondisi lingkungan pada tabel berikut. Hasil analisis data yang didapatkan pada penelitian motivasi peserta didik kelas VIII dalam mengikuti belajar PJOK di SMP Negeri 23 Palembang yang dijelaskan sebagai berikut. Distribusi frekuensi data hasil penelitian ini didapatkan yaitu skor minimal yaitu sebesar 92, skor maksimal sebesar 132, mean (rata-rata) sebesar 110,26 median (nilai tengah) sebesar 110, modus (nilai sering muncul) sebesar 110, dan standar deviasi sebesar 7,8. Hasil pada penelitian ini selengkapnya dapat dilihat pada tabel berikut.

**Tabel 1 Data statistik hasil nilai motivasi belajar peserta didik SMP Negeri 23 Palembang kelas VIII**

| Statistic       |        |
|-----------------|--------|
| Min             | 92     |
| Max             | 132    |
| Mean            | 110,26 |
| Median          | 110    |
| Modus           | 110    |
| Standar Deviasi | 7,8    |

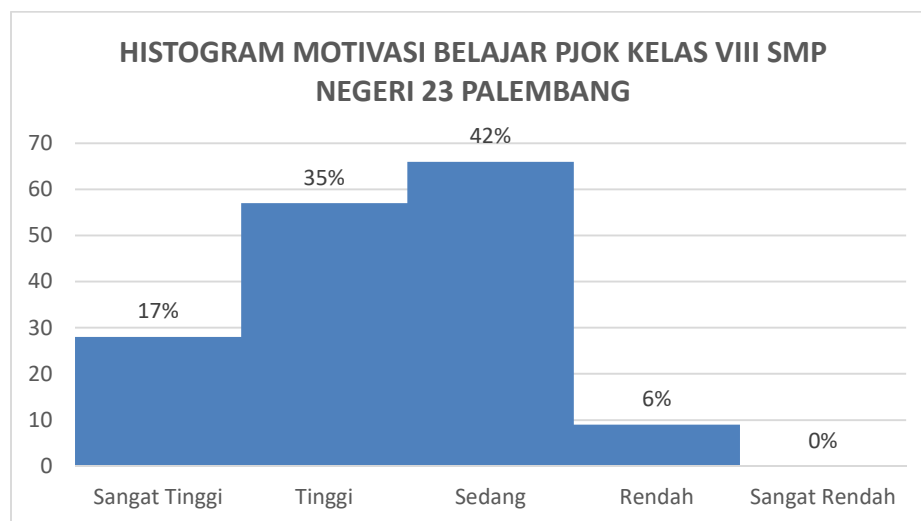
**Tabel 2 Distribusi frekuensi motivasi peserta didik kelas VIII dalam belajar PJOK**

| No | Interval                 | Kategori      | Frekuensi | Persentase (%) |
|----|--------------------------|---------------|-----------|----------------|
| 1  | $121,96 < X$             | Sangat Tinggi | 28        | 17%            |
| 2  | $114,16 < X \leq 121,96$ | Tinggi        | 57        | 35%            |
| 3  | $106,36 < X \leq 114,16$ | Sedang        | 66        | 42%            |
| 4  | $98,56 < X \leq 106,36$  | Rendah        | 9         | 6%             |
| 5  | $X \leq 98,56$           | Sangat Rendah | 0         | 0%             |

**Jumlah**

**160**

**100%**



**Gambar 1 Histogram Motivasi Belajar pada Mata Pelajaran PJOK**

Berdasarkan tabel 4.2 dan gambar 4.1 di atas menunjukkan bahwa motivasi belajar PJOK peserta didik kelas VIII SMP Negeri 23 Palembang didapatkan hasil berada pada kategori sangat tinggi sebesar 17% (28 peserta didik), pada kategori tinggi sebesar 35% (57 peserta didik), pada kategori sedang sebesar 42% (66 peserta didik), pada kategori rendah sebesar 6% (9 peserta didik), dan tidak ada peserta didik mendapatkan kategori sangat rendah. Berdasarkan nilai rata-rata yaitu sebesar 110,26 untuk motivasi peserta didik dalam mengikuti belajar PJOK pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 23 Palembang.

### ***Pembahasan***

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Motivasi peserta didik kelas VIII dalam mengikuti pembelajaran PJOK di SMP Negeri 23 Palembang. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan hasil yang didapatkan pada motivasi dalam belajar PJOK peserta didik kelas VIII masuk dalam kategori sedang. Motivasi peserta didik kelas VIII dalam mengikuti pembelajaran PJOK di SMP Negeri 23 Palembang berada pada kategori sedang persentase sebesar 42% atau 66 orang dari 160 orang peserta didik, diikuti kategori rendah dengan persentase sebesar 6% atau 9 orang peserta didik, dengan kategori tinggi sebesar 35% atau 57 orang peserta didik dan untuk kategori sangat tinggi 17% atau 28 orang peserta didik. Dalam pembelajaran guru PJOK peserta didik kelas VIII SMP Negeri 23 Palembang dapat menyesuaikan keadaan serta memahami karakter peserta didiknya, hal tersebut mampu meningkatkan motivasi peserta didik itu sendiri, sedangkan untuk 6% atau 9 orang peserta didik mendapat kategori rendah karena peserta didik tersebut tidak gemar dengan pembelajaran

PJOK.

Motivasi belajar memegang peranan untuk seseorang khususnya pada peserta didik, sebab motivasi adalah salah satu faktor penentu sebagai pendorong tingkah laku manusia, sehingga dengan adanya motivasi maka seseorang dapat mendorong dirinya agar dapat lebih giat belajar, berlatih dan mencapai hasil belajar yang maksimal. Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan adalah suatu mata pelajaran yang berkaitan dengan kebugaran jasmani baik itu dijenjang SD, SMP, serta SMA. Motivasi yaitu dorongan, seperti yang dikatakan oleh (Uno, 2021) motivasi adalah dorongan dasar yang dapat menggerakkan seseorang dalam melakukan suatu kegiatan. Sependapat juga yang dikatakan (Manizar, 2015) proses belajar harus bisa memotivasi atau mendorong peserta didik agar dapat belajar dengan baik manakalah berorientasi pada suatu pembelajaran. Hubungan motivasi dan kebugaran jasmani dengan pembelajaran PJOK yaitu bahwa pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidikan dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar, Jika pembelajaran PJOK didukung dengan baik yaitu metode mengajar, alat pelajaran, kondisi lingkungan, maka motivasi peserta didik dalam mengikuti pembelajaran PJOK juga akan semakin tinggi. Hasil yang didapatkan pada penelitian ini yaitu motivasi peserta didik dalam mengikuti pembelajaran PJOK di SMP Negeri 23 Palembang masuk dalam kategori sedang. Hal tersebut dikarenakan pengaruh dari factor instrinsik (dalam) dan faktor ekstrinsik (luar). Untuk factor instrinsik yaitu kesehatan, perhatian, minat, bakat, dan untuk faktor ekstrinsik yaitu metode mengajar, alat pelajaran dan kondisi lingkungan. Seperti yang dijelaskan oleh (Majid, 2013) faktor pada motivasi terbagi menjadi faktor internal dan faktor eksternal.

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Darmawan, 2017) bahwa melalui pendidikan jasmani yang diberikan kepada peserta didik di sekolah dapat meningkatkan kebugaran jasmani peserta didik. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Purba, 2016) bahwa saja jika kondisi fisik dan motivasi atlet kurang baik, maka pada sebuah pertandingan atlet tersebut tidak dapat berkompetensi dengan baik atau maksimal. Seperti juga hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Indrayogi, 2020) bahwa saja dari hasil analisis data dan pembahasan, tingkat kebugaran jasmani atau *physical fitness* dan kesehatan mental memiliki hubungan terhadap hasil belajar pada mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan pada peserta didik kelas V Banjarsari. Hal ini juga didapatkan pada hasil penelitian yang dilakukan oleh (Deviani, 2017) hasil yang didapatkan yaitu motivasi peserta didik kelas VIII dalam mengikuti pembelajaran Penjasorkes di SMP Negeri 2 Gamping masuk dalam kategori sedang. Jadi dapat disimpulkan bahwa motivasi pembelajaran PJOK masuk dalam kategori sedang dan motivasi adalah faktor yang sangat

penting dalam pembelajaran, khususnya pada mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan atau PJOK.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dari penelitian yang telah dilaksanakan, Secara keseluruhan, dapat disimpulkan bahwa motivasi belajar pada pembelajaran PJOK dalam kategori sedang. Implikasi penelitian ini adalah agar dapat menjadi acuan dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik kelas VIII SMP 23 Palembang.

## **SARAN**

Dari hasil dan pembahasan pada penelitian ini, maka diberikan saran agar hasil penelitian ini dapat benar-benar bermanfaat, yaitu sebagai berikut:

1. Guru perlu memperhatikan karakteristik tiap individu, karena setiap individu memiliki karakter yang berbeda-beda, sehingga dapat mengembangkan model, metode, dan strategi pembelajaran yang tepat.
2. Penelitian ini dapat dikembangkan dengan menambah jumlah populasi supaya hasil dapat digeneralisasikan lebih luas, sehingga dapat dijadikan bahan kajian yang lebih baik lagi.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Agustin, W. W., Hartati, H., & Aryanti, S. (2021). Physical Fitness Analysis of Student Learning Outcomes. *Journal Physical Education, Health and Recreation*, 5(2), 162-168. <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/jpehr>.
- Alif, M. N., & Sudirjo, E. (2019). *Filsafat Pendidikan Jasmani*. Sumedang: UPI Sumedang Press.
- Badriah. (2013). *Fisiologi Olahraga Edisi II*. Bandung: Multazam.
- Bayu, W. I., & Andrianto, J. R. (2017). Profil Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan Pada Tingkat Satuan Pendidikan Sekolah Menengah Atas Se-Kabupaten Jombang Tahun 2016. *BRAVO'S (Jurnal Prodi Pendidikan Jasmani & Kesehatan)*, 5(1).
- Deviani, P. (2017). Motivasi Siswa Kelas VIII Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di SMP Negeri 2 Gamping Tahun 2016/2017. <http://eprints.uny.ac.id/id/eprint/53998>
- Destriana, D., Destriani, D., & Yusfi, H. (2018). Pengembangan teknik pembelajaran pasing bawah permainan bola voli smp kelas vii. Sebatik. <https://doi.org/10.46984/sebatik.v22i2.324>

- Destriana, D. (2018). Latihan Passing Atas Double Contact Terhadap Keterampilan Bola Voli. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga dan kesehatan*, 7(1).
- Hartati, Iyakrus, Desriana, and Lordinio A. Vergara. (2020). "Physical Fitness Level Vs Cumulative Achievement Index." *Sys Rev Pharm* 11(12):2019 23. [10.24114/pjkr.v5i2.24529](https://doi.org/10.24114/pjkr.v5i2.24529)
- Manizar, E. (2015). Peran guru sebagai motivator dalam belajar. *Tadrib*, 1(2), 204-222. <http://jurnal.radenfatah.ac.id/index.php/Tadrib/article/view/1047>
- Mahendra, Agus. (2015). *Filsafat Pendidikan Jasmani. CV. Bintang Warli Artika. H.21*
- Majid, A. (2013). *Strategi Pembelajaran*. Bandung: Rosdakarya.
- Rahayu, E. (2013) *Strategi Belajar Mengajar Penjaskes*. Jakarta: Depdikbud.
- Sobur, A. (2013). *Psikologi Umum Dalam Lintasan Sejarah*. Bandung: Pustaka Setia.
- Uno, H. B. (2021). *Teori motivasi dan pengukurannya: Analisis di bidang pendidikan*. Bumi Aksara.
- Widiastuti. (2015). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta: Rajawali Press