

## **Motivasi Dalam Mengikuti Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Kelas Vi Di Sdi Ukhuwah Pandaan**

**Aldo Syauqii Widaad**

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Malang

**Abstrak:** Permasalahan penelitian ini adalah rendah nya motivasi siswa dalam mata pelajaran penjas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui motivasisiswa dalam Mata pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SDI UKHUWAH PANDAAN. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif, yang bertujua memberikan gambaran umum distribusi frekuensi variabel penelitian. Metode yang digunakan adalah survei dengan teknik pengambilan data menggunakan angket. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas VI SDI UKHUWAH PANDAAN yang berjumlah 30 siswa sehingga disebut penelitian populasi. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif kuantitatif yang dituangkan dalam bentuk persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi siswa kelas VI dalam mengikuti Mata Pelajaran pendidikan jasmani Olahraga dan Kesehatan di SDI UKHUWAH PANDAAN. Didapat nilai yang signifikan berada dalam kategori “Setuju” sebesar 63,33%.

**Kata Kunci:** kesehatan pendidikan jasmani dan olahraga

***Abstract:** The problem of this research is the low motivation of students in physical education subjects. This study aims to determine student motivation in the subject of Physical Education, Sport and Health at UKHUWAH PANDAAN SCHOOL. This research is a quantitative descriptive research, which aims to provide an overview of the frequency distribution of research variables. The method used is a survey with data collection techniques using a questionnaire. The subjects in this study were 30 students of class VI at SDI UKHUWAH PANDAAN, so it was called population research. Data analysis techniques using quantitative descriptive analysis as outlined in the form of percentages. The results of the study showed that the motivation of class VI students in participating in the physical education subject of Sports and Health at UKHUWAH PANDAAN SCHOOL. A significant value was obtained in the "Agree" category of 63.33%.*

***Keywords:** physical education and sports*

---

Correspondance author: Aldo Syauqii Widaad, Universita Negeri Malang, Indonesia.

Email: [diksafernando14@gmail.com](mailto:diksafernando14@gmail.com)

Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

## **PENDAHULUAN**

Pendidikan merupakan hak setiap orang termasuk bangsa Indonesia, yang wajib dilaksanakan oleh pemerintah untuk memajukan sumber daya manusia dan mencapai tujuan pendidikan nasional (Mustafa, 2022). Pendidikan jasmani melibatkan pemberian kesempatan kepada siswa untuk lebih dekat dengan lingkungannya melalui aktivitas fisik yang sistematis yang mengarahkan mereka untuk menjadi manusia seutuhnya. Pendidikan jasmani merupakan kesempatan untuk mengembangkan gaya hidup sehat yang dapat membantu siswa melatih stabilitas dan mobilitas fisik. Selain itu, pendidikan jasmani juga dapat meningkatkan kebugaran tubuh manusia. Menurut (Afdal, 2019) Ada dua ide dasar dalam pendidikan jasmani yaitu proses dimana kualitas jasmani yang diinginkan dicapai melalui kegiatan pendidikan. Kedua proses pendidikan menggunakan aktivitas yang telah ditetapkan. Berdasarkan penjelasan pertama, dijelaskan fungsi-fungsi yang meningkatkan kinerja organ tubuh (kesehatan) dan kemampuan motorik (psikomotorik). Ada banyak unsur dalam pikiran seseorang yang mempengaruhi kesuksesan, salah satunya adalah motivasi. Oleh karena itu, peneliti ingin mengetahui seberapa besar motivasi yang ada untuk mendongkrak motivasi belajar siswa.

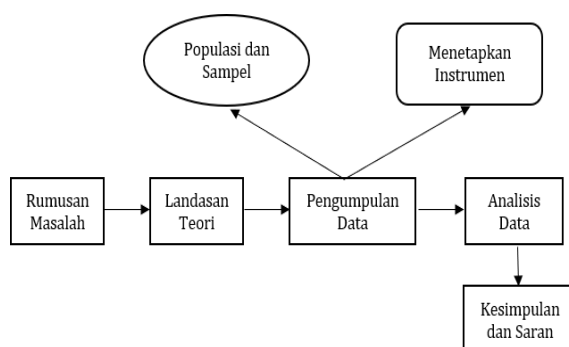
Penjasorkes memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengembangkan pola hidup sehat yang memungkinkan mereka menjadi stabil secara fisik dan mampu bergerak. Selain itu, pendidikan jasmani dapat membantu tubuh menjadi lebih baik. (Carmona-Halty et al., 2019). Jika seseorang sudah memiliki suatu motivasi, maka dia akan siap melaksanakan pekerjaan atau kegiatan sesuai apa yang dia kehendaki (Darmaji et al., 2019).

Motivasi adalah perubahan mental seseorang, paling sering ditandai dengan munculnya perasaan dan tanggapan untuk mencapai tujuan. Menurut (Friskawati & Sobarna, 2019) Motivasi dapat memotivasi seseorang untuk melakukan sesuatu yang ingin dicapai. Motivasi merupakan konsep yang menjelaskan alasan seseorang untuk merubah perilaku dan motivasi dapat menentukan tingkat kegagalan atau keberhasilan kegiatan belajar siswa. Untuk meningkatkan motivasi siswa, diperlukan motivasi yang lebih kuat dari guru. Siswa diajarkan kemandirian dalam belajar dan dukungan untuk pengembangan keterampilan dan minat siswa dalam setiap cabang olahraga.

## METODE

Metode yang di Gunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian survei. Desain dalam penelitian ini di gunakan desain surveiteknik penyebaran angket. Angket di susun berdasarka kisi kisi utuk kemudian di kembangkan dalam bentuk pernyataan tentang motivasi belajar siswa terhadap mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

Sampel dalam penelitian ini adalah siswa, dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah siswa yang mengikuti mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan kelas VI di SD UKHUWAH PANDAAN yang berjumlah 30 siswa. Rancangan penelitian sebagai berikut



Subjek penelitian adalah siswa kelas VI di SDI UKHUWAH PANDAAN Sampel pada penelitian ini yaitu siswa kelas VI di SDI UKHUWAH PANDAAN sebanyak 30 siswa. Instrumen penelitian ini berupa non tes yaitu menggunakan angket. Berikut tabel skala penilaian:

No	Pilihan Jawaban	Skor/Nilai
1.	Tidak Sama Sekali	1
2.	Tidak Setuju	2
3.	Kurang Setuju	3
4.	Netral	4
5.	Setuju	5
6.	Sangat Setuju	6
7.	Sangat Setuju Sekali	7

Tabel 2.1 Skala penilaian

Setelah semua data terkumpul kemudian menganalisis data yang telah diperoleh sehingga berdasarkan data-data tersebut dapat ditarik kesimpulan dengan menggunakan teknik analisis data deskriptif kuantitatif Ayakni analisis persentasi menggunakan rumus seperti berikut:

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Persentase

F = Frekuensi

N = Jumlah Sampel

No	Interval	Persentase
1.	Tidak Sama Sekali	0% - 14,28%
2.	Tidak Setuju	14,29% - 28,57%
3.	Kurang Setuju	28,58% - 42,86%
4.	Netral	42,87% - 57,15%
5.	Setuju	57,16% - 71,44%
6.	Sangat Setuju	71,45% - 85,72%
7.	Sangat Setuju Sekali	85,73% - 100%

Tabel 2.2 Norma Interval Persentase

## HASIL

Penelitian ini berupa penelitian deskriptif kuantitatif yang memiliki tujuan untuk memperoleh informasi mengenai Motivasi dalam mata pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Metode pada penelitian ini adalah metode survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan non tes yaitu angket. Kemudian hasil dari analisis data berupa persentase klasifikasi kebugaran jasmani siswa. Berikut adalah hasil sebar angket setelah dimasukkan kedalam bentuk nilai persentase:

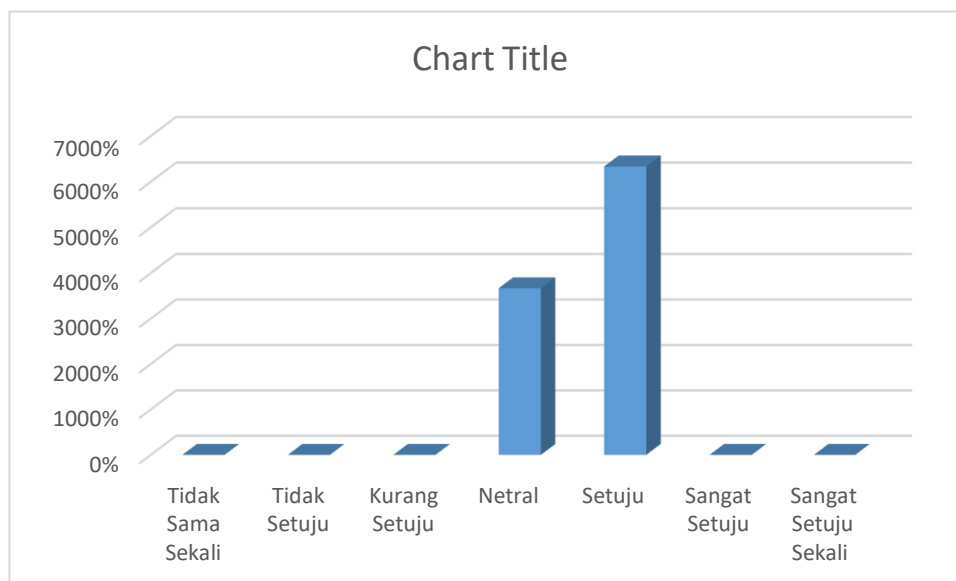
No	Nilai	Klasifikasi	Frekuensi	Persentase (%)
1.	7	Sangat Setuju Sekali	0	0%
2.	6	Sangat Setuju	0	0%
3.	5	Setuju	19	63,33%
4.	4	Netral	11	36,67%

No	Nilai	Klasifikasi	Frekuensi	Persentase (%)
5.	3	Kurang setuju	0	0%
6.	2	Tidak setuju	0	0%
7.	1	Tidak Sama Sekali	0	0%
Jumah			30	100%

Tabel 3.1 Hasil data responden dalam bentuk persentase

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa motivasi siswa kelas VI dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SDI UKHUWAH PANDAAN berada pada kategori “Sangat Setuju Sekali” sebesar 0% (0 siswa), “Sangat Setuju” sebesar 0% (0 siswa), “Setuju” sebesar 63,33% (19 siswa), “Netral” sebesar 36,67% (11 siswa), “Kurang Setuju”

sebesar 0% (0 siswa), “Tidak Setuju” sebesar 0% (0 siswa), dan “Tidak Sama Sekali” sebesar 0% (0 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 312,56 motivasi siswa kelas VI dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SDI UKHUWAH PANDAAN dalam kategori “Setuju”. Untuk memperjelas data analisa frekuensi motivasi dapat dilihat dalam diagram batang dibawah ini.



Bagan 3.1 Diagram Batang Motivasi

## PEMBAHASAN

Pada bagian ini akan membahas hasil penelitian tentang motivasi belajar dalam pembelajaran PJOK siswa kelas VI SDI UKHUWAH PANDAAN. Motivasi dapat dikatakan sebagai driving force atau tenaga pendorong dari mana siswa belajar untuk berpartisipasi dengan baik (Kristyandaru, 2011:78)

Motivasi merupakan bagian penting dari keberhasilan belajar siswa. Motivasi itu sendiri bisa tumbuh dari dalam diri saat belajar atau bisa juga berasal dari lingkungan sekitar (Winarni, Anjariah, & Romas, 2016). Oleh karena itu, guru dituntut untuk memiliki kemampuan dalam meningkatkan motivasi belajar siswa agar tujuan pembelajaran dapat tercapai

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi siswa kelas VI dalam mengikuti mata pelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SDI UKHUWAH PANDAAN dalam kategori Setuju. Dengan demikian motivasi harus terus diberikan untuk meningkatkan minat siswa. Siswa yang memiliki motivasi yang tinggi untuk mengikuti pembelajaran mempengaruhi keberhasilan dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, dan dengan hasil penelitian ini menyatakan bahwa motivasi siswa kelas VI SDI UKHUWAH PANDAAN dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah dalam kategori SETUJU, Guru kemudian harus fokus dan mengupayakan perbaikan dalam proses pengajaran, seperti bagaimana mengajarkan suatu pelajaran yang sesuai dengan karakteristik individu siswa, sehingga siswa lebih termotivasi untuk

mengikuti program pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

Untuk meningkatkan motivasi siswa dan mengefektifkan kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, sekolah hendaknya lebih meningkatkan sarana dan prasarana pengajarannya. Dalam konteks pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sangat diperlukan adanya rasa motivasi dalam mempelajari Pendidikan Jasmani dan Kesehatan agar kegiatan belajar mengajar dapat terlaksana sedemikian rupa untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Motivasi belajar pendidikan jasmani dan kesehatan adalah dorongan atau minat siswa, baik dalam melakukan kegiatan yang berhubungan dengan Kegiatan Pembelajaran Pendidikan Jasmani maupun Kesehatan, yang didefinisikan dengan konsep motivasi pendidikan. Guru memiliki peran kunci dalam memperkuat motivasi belajar siswa, mis. menjelaskan untuk apa tugas itu dimaksudkan dan mengapa tugas itu harus diberikan.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian diatas dapat diambil kesimpulan bahwa motivasi siswa kelas VI SDI UKHUWAH PANDAAN dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dikategorikan sedang. Dengan hasil kategori “Sangat Setuju Sekali” sebesar 0% (0 siswa), “Sangat Setuju” sebesar 0% (0 siswa), “Setuju” sebesar 63% (19 siswa), “Netral” sebesar 36% (11 siswa), “Kurang Setuju” sebesar 5,71% (2 siswa), “Tidak Setuju” sebesar 0% (0 siswa), dan “Tidak Sama Sekali” sebesar 0% (0 siswa), Dengan adanya penelitian ini diharapkan kebugaran jasmani siswa lebih diperhatikan lagi terutama untuk siswa kelas VI di SDI UKHUWAH PANDAAN. Dengan tingkat kebugaran jasmani yang baik maka seluruh visi misi yang ada di sekolah akan lebih mudah terwujud.

Dengan demikian hasil penelitian tentang motivasi siswa dalam mengikuti mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga kesehatan dan rekreasi di SDI UKHUWAH PANDAAN, masuk dalam kategori sedang.

## DAFTAR RUJUKAN

- Afdal, M. (2019). *Upaya meningkatkan kemampuan dribbling dalam permainan sepakbola menggunakan gaya mengajar divergent di smp negeri 1 balusu.*
- Carmona-Halty, M., Schaufeli, W. B., & Salanova, M. (2019). Good relationships, good performance: The mediating role of psychological capital - A three-wave study among students. *Frontiers in Psychology, 10*(FEB).  
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00306>
- Kristiyandaru, Advendi. "Manajemen pendidikan jasmani dan olahraga." (2010).
- Darmaji, D., Kurniawan, D. A., & Irdianti, I. (2019). Physics Education Students' Science Process Skills. *International Journal of Evaluation and Research in Education, 8*(2), 293-298.
- Winarni, Martina, Sri Anjariah, and Muslimah Z. Romas. "Motivasi belajar ditinjau dari dukungan sosial orangtua pada siswa SMA." *Jurnal Psikologi 2.1* (2016).
- Iyakrus, I. (2019). PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA DAN PRESTASI. *Altius : Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan, 7*(2). <https://doi.org/10.36706/altius.v7i2.8110>
- Sin, T. H., & Hidayani, F. (2020). Studi motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga kesehatan. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling, 5*(1).  
<https://doi.org/10.23916/08588011>
- Siyoto, S., & Sodik, A. (2015). Dasar Metodologi Penelitian. In *Syria Studies* (Vol. 7, Issue 1).
- Friskawati, G. F., & Sobarna, A. (2019). Faktor Internal Pencapaian Hasil Belajar Pendidikan Jasmani pada Siswa SMK. *Jurnal Penelitian Pendidikan.*  
<https://doi.org/10.17509/jpp.v18i3.15004>
- Mustafa, A. F. (2022). Gambaran pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) selama pandemi covid-19 di sekolah dasar. *Jurnal Olahraga Pendidikan Indonesia (JOPI), 1*(2), 213–225. <https://doi.org/10.54284/jopi.v1i2.25>