

Motivasi Siswa Dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Menengah Pertama Adabiah Padang

Siti Jamilah¹, Yulifri², Asep Sujana Wahyuri³, Aldo Naza Putra⁴

Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang, Indonesia

[1stjamilah1122@gmail.com](mailto:stjamilah1122@gmail.com), [2yulifri@fik.unp.ac.id](mailto:yulifri@fik.unp.ac.id)

[3asepsw@fik.unp.ac.id](mailto:asepsw@fik.unp.ac.id), [4aldoaquino87@fik.unp.ac.id](mailto:aldoaquino87@fik.unp.ac.id)

Kata Kunci : Motivasi Belajar Pada Pembelajaran PJOK

Abstrak : Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana motivasi siswa dalam belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan kesehatan serta hubungannya dengan sarana prasarana Sekolah Menengah Pertama Adabiah Padang. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Penelitian ini dilaksanakan pada 7 November 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah kelas VII, VIII, IX Sekolah Menengah Pertama Adabiah Padang dengan jumlah 306 peserta didik dan sampel yang digunakan 30 siswa perempuan kelas VIII Sekolah Menengah Pertama Adabiah Padang. Teknik pengambilan sampel menggunakan tekni *Purpose Sampling*. Instrumen dalam penelitian ini adalah Angket. Teknik analisis Analisis data penelitian ini menggunakan datadari angket respon peserta didik dengan tabulasi frekuensi menggunakan *microsoft excell*. Hasil penelitian ini yaitu Motivasi siswa Sekolah Menengah Pertama Adabiah Padang pada pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan berada pada kategori “kurang sekali” sebesar 6,6% (2 siswa), dan “kurang” sebesar 93,2% (28 siswa), Sehingga secara keseluruhan motivasi peserta didik Sekolah Menengah Pertama Adabiah Padang berada pada kategori Kurang.

Keywords : *Learning Motivation in PJOK Learning*

Abstract *The aim of this research is to find out how students' motivation is in studying Physical Education, Sports and Health and its relationship with the infrastructure of Adabiah Padang Junior High School. This type of research is descriptive research. This research was conducted on November 7 2023. The population in this study was class VII, VIII, IX of Adabiah Padang Junior High School with a total of 306 students and the sample used was 30 female students of class VIII of Adabiah Padang Junior High School. The sampling technique uses Purpose Sampling technique. The instrument in this research is a questionnaire. Analysis techniques Data analysis for this research uses data from student response questionnaires with frequency tabulation using Microsoft Excel. The results of this research are that the motivation of students at Adabiah Padang Middle School in learning Physical Education, Sports and Health is in the "very poor" category at 6.6% (2 students), and "less" at 93.2% (28 students), so that Overall, the motivation of students at Adabiah Padang Middle School is in the Poor category.*

PENDAHULUAN

Pendidikan berperan penting dalam mencerdaskan kehidupan bangsa demi peningkatan kualitas sumber daya manusia yang bermutu guna menghasilkan manusia yang berkualitas sesuai dengan fungsi dan tujuan pendidikan nasional serta mengingat pentingnya pendidikan dalam mencerdaskan kehidupan bangsa. Pendidikan manusia akan mengajarkan bagaimana cara pemecahan masalah, serta dapat memprakarsai manusia untuk bisa berfikir kreatif dengan tujuan untuk melahirkan penemuan baru dan peningkatan kualitas hidup manusia itu sendiri, karena pentingnya pendidikan bagi manusia sehingga pemerintah berusaha memberi kesempatan kepada seluruh warga negara untuk mendapatkan pendidikan dan pengajaran yang layak pendidikan juga menjadi upaya yang dilakukan secara sadar untuk menciptakan watak dan peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa dan meningkatkan kualitas manusia Indonesia yang berdasarkan Pancasila. Pendidikan dapat diberikan kepada setiap orang melalui berbagai cara salah satunya melalui Sekolah Menengah Pertama (SMP). Dalam Sekolah Menengah Pertama (SMP) mengajarkan banyak pelajaran dan salah satu mata pelajaran wajibnya adalah Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian dari pendidikan umum di sekolah yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan. Mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan mata pelajaran wajib yang diajarkan disetiap jenjang pendidikan

baik Sekolah Dasar, Menengah Pertama, Menengah Atas (Zulbahri, 2020)

Menurut Mustafa dan Dwiyo (2020) menyebutkan bahwa "Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan disekolah merupakan tujuan pengajar untuk membuat peserta didik bugar, dan dapat membantu peserta didik menciptakan gerakan baru yang didapatkan di pembelajaran penjas. Jadi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan bertujuan untuk meningkatkan kebugaran serta motorik siswa di sekolah. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan menurut Amin Fauzan (2017) pendidikan jasmani bukan semata-mata berurusan tentang pembentuk badan, tetapi dengan manusia seutuhnya. Melalui pendidikan jasmani yang teratur, terencana, terarah dan terbimbing diharapkan dapat tercapai seperagkat tujuan yang meliputi pembentukan dan pembinaan bagi pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani. Sedangkan Dini Rosdiani (2015) bahwa "Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui penyediaan pengalaman belajar kepada siswa berupa aktivitas jasmani, bermain dan berolahraga yang direncanakan secara sistematis guna merangsang pertumbuhan dan perkembangan fisik, keterampilan, motorik, keterampilan berfikir, emosional, sosial, dan moral, pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina, sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat". Menurut Sepriadi (2017) kebugaran jasmani merupakan kesanggupan tubuh terhadap pembebanan fisik tanpa mengalami kelelahan yang berarti. Kebugaran jasmani terdiri dari beberapa komponen, menyatakan bahwa komponen-komponen kebugaran jasmani terdiri atas: kesehatan yang baik, kekuatan, kelincahan, ketahanan otot, kecepatan, keseimbangan, kelentukan, ketahanan kardiorespiratori,

berat badan yang sesuai, kemampuan motoricimum, ketangkasan neuromuscular (Astuti, 2020). Menurut Pitnawati (2019) pengembangan pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan harus dirancang untuk memberikan pengalaman belajar mengajar yang melibatkan mental, fisik, melalui interaksi antara pesertadidik dan guru, lingkungan dan sumber belajarlainnya. Pendidikan olahraga. Menurut Wisnu Aditya Kurniawan (2014) mengungkapkan bahwa kebugaran jasmani yaitu kemampuan jasmani individu dalam melaksanakan kegiatan jasmani sehari-hari secara optimal bahkan masih bisa melakukan kegiatan jasmani lainnya tanpa menyebabkan rasa kelelahan yang berarti. Gen Faid (2017) Mengatakan jika kebugaran jasmani menjadi salah satu aspek penting yang dibutuhkan tubuh manusia dalam menjalnkan aktivitas sehari-hari. Dalam Peraturan Menteri Pendidikan (Permendiknas) No. 21 2016, Makna dan Tujuan Pendidikan Jasmani dan Kesehatan (PJOK) menjelaskan bahwa sebagai bagian integral dari pendidikan holistik yang membantu mengembangkan semua aspek kebugaran jasmani dalam hal keterampilan motorik, pola berpikir, bersosialisasi, penalaran, dll, tentang pangan, kestabilan emosi, moralitas dan pola hidup sehat serta memperkenalkan lingkungan yang sehat dan bersih melalui kegiatan jasmani yang terpilih dan program yang terstruktur untuk mencapai tujuan pendidikan nasional. sangat penting untuk aak-anak di sekolah. Menurut Junaedi (2016) Pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan kesuluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan hidup sehat untuk pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, sosial, dan emosional yang serasi, selaras, dan seimbang.

Pendidikan di sekolah membantu dalam peningkatan kebugaran jasmani, salah satunya melalui PJOK, mata pelajaran ini menjadi mata pelajaran wajib untuk dilaksanakan di kurikulum. Dalam pelaksanaannya disekolah maupun di perkuliahan, pembelajaran dikembangkan dengan beberapa cabang ilmu pengetahuan sesuai dengan tujuan dan hasil yang akan dicapai melalui pembelajaran tersebut, diantaranya yaitu Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Olahraga menjadi kegiatan yang bermanfaat dan dapat meningkatkan kesegaran jasmani. Selain untuk memupuk watak, kepribadian, disiplin, sportifitas, olahraga juga dapat meningkatkan kemampuan dayapikir serta perkembangan prestasi anak di sekolah karena itu sangat dianjurkan anak untuk berolahraga (Zulman, 2018).

Pelaksanaan proses pembelajaran di sekolah dibutuhkan sebuah dorongan seperti motivasi, Secara umum motivasi dapat diartikan daya yang menggerakkan aktivitas keseharian seseorang. Dengan kata lain motivasi juga dapat dipahami sebagai pendorong yang menjadikan terealisasi aktivitas. Munculnya keinginan untuk beraktivitas menunjukkan adanya motif pendorong pelaku aktivitas tersebut. Motivasi adalah serangkaian usaha untuk menyediakan kondisi-kondisi tertentu, sehingga seseorang mau dan menyediakan kondisi-kondisi tertentu, sehingga seseorang mau dan ingin melakukan sesuatu dan bila tidak suka akan berusaha untuk meniadakan atau mengelakkan perasaan tidak suka itu. Jadi motivasi dapat dirangsang oleh faktor dari luar, tetapi motivasi itu tumbuh di dalam diri seseorang. Lingkungan merupakan salah faktor dari luar yang dapat menumbuhkan motivasi dalam diri seseorang untuk belajar. Menurut Sardiman (2018) motivasi dapat diartikan sebagai daya

penggerak yang telah menjadi aktif. Motif menjadi aktif pada saat-saat tertentu, terutama bila kebutuhan untuk mencapai tujuan sangat dirasakan/mendesak. Menurut Wahab (2021) dalam kegiatan belajar, motivasi dapat dikatakan sebagai keseluruhan daya penggerak di dalam diri siswa yang menimbulkan, menjamin kelangsungan dan memberikan arah kegiatan belajar, motivasi sangat diperlukan sebab seseorang yang tidak mempunyai motivasi dalam belajar, tidak akan mungkin melakukan aktivitas belajar. Motivasi adalah bagian dan beberapa aspek psikis manusia. Suralaga (2021) bahwa motivasi dapat diartikan sebagai keadaan internal yang membangkitkan, mengarahkan, dan mempertahankan perilaku. Oleh karena itu, setiap manusia normal walaupun tingkat pengetahuannya rendah pasti memiliki motivasi. Hanya saja seseorang tidak menyadari bahwa dalam aktivitasnya itu mengandung motif. Sebagai contoh, dalam pembelajaran Pendidikan jasmani paling tidak siswa sebagai pelakunya dalam permainan akan merasakan senang bermain. Jadi dalam konteks ini bermainlah yang menjadi motif dan permainan yang dilakukannya dalam Pendidikan jasmani. Kebutuhan untuk belajar, berarti adanya unsur kesengajaan, ada maksud untuk belajar. Hal ini akan lebih baik bila dibandingkan segala sesuatu kegiatan yang tanpa dimaksud. Kebutuhan untuk belajar berarti pada diri anak didik itu memang ada motivasi untuk belajar, sehingga sudah tentu mempunyai hasil yang lebih baik. Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi motivasi berolahraga. Menurut Mylsidayu, (2014) Motivasi berolahraga dipengaruhi oleh faktor intern dan faktor ekstern. Faktor intern meliputi, keinginan untuk tumbuh dan berkembang, mengekspresikan diri, dan

harapan. Faktor ekstern meliputi fasilitas yang tersedia, sarana dan prasarana, metode latihan, program latihan dan lingkungan. Sedangkan Menurut Husdarta (2011) Motivasi berolahraga dipengaruhi oleh faktor intern dan ekstern. Faktor intern meliputi : pembawaan atlet, tingkat pendidikan, pengalaman masa lalu, cita-cita dan harapannya. Sedangkan faktor estern mencakup: fasilitas yang tersedia, sarana dan prasarana, metode latihan, program latihan, dan lingkungan atau iklim. Berdasarkan menurut para peneliti diatas dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi motivasi yaitu, faktor internal yang terdiri dari keinginan untuk tumbuh dan berkembang, mengekspresikan diri, pengalaman masa lalu dan harapan. Sedangkan faktor eksternal yang terdiri dari fasilitas, sarana dan prasarana, metode latihan, program latihan dan lingkungan. PJOK menjadi salah satu bentuk pelajaran wajib bagi peserta didik untuk meningkatkan aktivitas jasmaninya dikarenakan kegiatannya yang banyak dari praktek, dan teori bukan hanya itu saja tetapi generasi saat ini banyak menghabiskan waktunya pada gadget yang menyebabkan sedikit bergerak, padahal pada masa umur 16-19 tahun itu masa pertumbuhan dan perkembangan individu apabila dibiasakan tidak bergerak akan menyebabkan mudah lelah, capek dan aktivitas tidak maksimal. Hal-hal lainnya juga terlihat dari minat olahraga yang semakin menurun dan minat untuk melakukan kegiatan fisik juga menurun. pendidikan jasmani memiliki peranan yang penting dalam kegiatan sehari-hari siswa, karena kebugaran jasmani yang baik sangat diperlukan oleh siswa, baik dalam mengikuti proses pembelajaran di sekolah maupun dalam pencapaian prestasi di luar sekolah (Sari, D.N, 2020).

Berdasarkan pengamatan yang penulis lakukan di Sekolah Menengah Pertama (SMP) Adabiah Padang masih ditemukan siswa yang kurang maksimal dalam mengikuti proses pembelajaran seperti bermain-main saat proses pembelajaran, bermalas-malasan sehingga mengakibatkan rendahnya nilai Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan siswa, sedangkan dalam mata pelajaran lainnya, siswa serius dalam mengikuti pembelajaran padahal mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan termasuk mata pelajaran wajib di Sekolah Menengah Pertama (SMP) Adabiah Padang. Berdasarkan permasalahan di atas, maka penulis tertarik dalam meneliti masalah tersebut sehingga penulis mengambil judul "Motivasi Siswa dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Menengah Pertama Adabiah Padang"

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Penelitian ini mulai dilaksanakan pada tanggal 7 November 2023. Populasi penelitian ini Siswa kelas VII, VIII, IX SMP Adabiah Padang dan sampel dalam penelitian ini yaitu 30 siswa perempuan kelas VIII teknik penarikan sampel *Purpose Sampling*. Teknik analisis data anget respon peserta didik dengan tabulasi frekuensi melalui *microsoft excell*. Instrumen penelitian ini adalah Angket.

HASIL

1. Deskriptif Statistik Motivasi Siswa Perempuan Kelas VIII dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMP Adabiah Padang 2023/2024

Hasil dari data tes penelitian tentang motivasi siswa perempuan kelas VIII dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMP Adabiah Padang tahun ajaran 2023/2024 didapat skor terendah (minimum) 44, skor tertinggi (maksimum) 60, rerata (mean) 53, nilai tengah (median) 54, nilai yang sering muncul (mode) 57, standar deviasi (SD) 5,28.

Tabel 1 Data Deskriptif Statistik Motivasi Siswa Perempuan Kelas VIII dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMP Adabiah Padang 2023/2024

Statistik	
<i>N</i>	30
<i>Mean</i>	53
<i>Median</i>	54
<i>Mode</i>	57
<i>Stdev</i>	5,28
<i>Minimum</i>	44
<i>Maximum</i>	60

Hasil peneliti menunjukkan bahwa motivasi siswa kelas VIII dalam mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMP Adabiah Padang Tahun Ajaran 2023/2024 berada pada kategori "kurang sekali" sebesar 6,6% (2 siswa), dan kategori "kurang" sebesar 93,2% (28 siswa), motivasi siswa perempuan kelas VIII Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMP Adabiah Padang Tahun Ajaran 2023/2024 dalam kategori "kurang".

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Motivasi Siswa Perempuan Kelas VIII dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMP Adabiah Padang Tahun Ajaran 2023/2024

Interval	Frekuensi	Persentase	Kualifikasi
40 - 45	2	6,6%	kurang sekali
46 - 51	8	26,6%	Kurang
52 - 57	11	36,6%	Kurang
58 - 63	9	30%	Kurang
Jumlah	30	100%	

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui motivasi siswa perempuan kelas VIII Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMP Adabiah Padang Tahun Ajaran 2023/2024. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi siswa perempuan kelas VIII Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMP Adabiah Padang Tahun Ajaran 2023/2024 masuk dalam kategori kurang. Motivasi siswa perempuan kelas VIII Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMP Adabiah Padang Tahun Ajaran 2023/2024 paling tinggi berada pada kategori kurang dengan persentase sebesar 93,2% atau 28 siswa dari 30 siswa mempunyai motivasi yang kurang dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, diikuti kategori kurang sekali dengan persentase sebesar 6,6% (2 siswa). Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan proses pendidikan yang bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu yang direncanakan secara sistematis dalam mencapai tujuan pendidikan melalui aktivitas jasmani. Motivasi merupakan kekuatan yang menyebabkan seseorang terdorong untuk

melakukan aktivitas tertentu dalam rangka memenuhi kebutuhan. Dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan motivasi merupakan salah satu pendukung agar siswa mengikuti dengan sungguh-sungguh. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

Aspek motivasi memegang peranan dalam kejiwaan seseorang, sebab motivasi merupakan salah satu faktor penentu sebagai pendorong tingkah laku manusia, sehingga dengan adanya motivasi seseorang dapat mendorong dirinya untuk lebih giat berlatih dan mencapai hasil yang maksimal. Dengan adanya motivasi tersebut akan mendorong seseorang untuk berlatih, bekerja keras, dan dapat bertahan lebih lama dalam mengikuti suatu kegiatan atau latihan. Menurut Wahab (2017) dalam kegiatan belajar, motivasi dapat dikatakan sebagai keseluruhan daya penggerak di dalam diri siswa yang menimbulkan, menjamin kelangsungan dan memberikan arah kegiatan belajar, motivasi sangat diperlukan sebab seseorang yang tidak mempunyai motivasi dalam belajar, tidak akan mungkin melakukan aktivitas belajar. Motivasi adalah bagian dan beberapa aspek psikis manusia. Hubungan motivasi dengan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yaitu bahwa pembelajaran merupakan proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar, jika pembelajaran dalam hal ini Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan didukung dengan baik yaitu dari metode mengajar, alat pelajaran, dan kondisi lingkungan, maka motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran Penjasorkes juga akan semakin tinggi. Dalam penelitian ini, motivasi siswa perempuan kelas VIII Pembelajaran

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMP Adabiah Padang Tahun Ajaran 2023/2024 masuk dalam kategori kurang. Hal tersebut dikarenakan pengaruh dari faktor: (a) kesehatan, (b) perhatian, (c) minat, (d) bakat, yaitu dari dalam diri siswa itu sendiri dan dari faktor ekstrinsik (a) metode mengajar, (b) alat pelajaran, (c) kondisi lingkungan, yaitu faktor dari luar belum sepenuhnya berjalan dengan baik.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi siswa kelas VIII dalam mengikuti pembelajaran siswa perempuan kelas VIII Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMP Adabiah Padang Tahun Ajaran 2023/2024 berdasarkan faktor motivasi siswa di atas maka termasuk dalam kategori kurang. Dengan demikian = faktor tersebut mengkonstrak motivasi tersebut harus saling mendukung dan tidak dapat berdiri sendiri. Keberhasilan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan didukung oleh siswa yang memiliki motivasi tinggi dalam mengikuti pembelajaran, dan dengan hasil penelitian ini menyatakan bahwa motivasi siswa perempuan kelas VIII SMP Adabiah Padang Tahun Ajaran 2023/2024 dalam mengikuti pembelajaran pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan adalah dalam kategori kurang, maka guru perlu memperhatikan dan berusaha untuk meningkatkan proses pembelajaran yang telah dilakukan, misalnya metode mengajar yang sesuai dengan karakteristik siswa, sehingga motivasi intrinsik siswa dalam mengikuti pembelajaran pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dapat dipertahankan, bahkan akan meningkat. Sekolah hendaknya juga lebih meningkatkan sarana dan prasarana pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, sehingga motivasi siswa

secara ekstrinsik juga akan meningkat dan kegiatan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan akan lebih berhasil. Dalam kaitannya dengan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, motivasi belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan sangat diperlukan agar kegiatan belajar-mengajar dapat berlangsung dan tujuan pembelajaran dapat tercapai sesuai dengan yang diharapkan. Sesuai dengan konsep motivasi belajar, maka motivasi belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan adalah dorongan atau keinginan siswa untuk melakukan aktivitas-aktivitas yang terdapat dalam kegiatan belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Adalah tugas seorang guru untuk menumbuhkan motivasi belajar siswa misalnya dengan menjelaskan maksud dan tujuan tugas yang akan diberikan. Menurut Mulyanto (2014), pendidikan jasmani adalah proses belajar untuk bergerak dan belajar melalui gerak. Rosdiani (2013), pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neumuskuler, perseptual, kognitif, dan emosional, dalam kerangka system pendidikan nasional. Untuk itu, tugas gerak disesuaikan dengan kemampuan siswa dan kriteria berhasil juga disesuaikan dengan tingkat perkembangan siswa.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat diambil kesimpulan, bahwa motivasi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan berada pada kategori "kurang sekali" sebesar 6,6% (2 siswa), dan "kurang" sebesar 93,2% (28 siswa).

DAFTAR PUSTAKA

- Amin, A. Fauzan. 2017. Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Gaya Mengajar
- Astuti, Y. 2020. Pengembangan Media Belajar Pjok Pada Materi Senam Lantai (Artistik). *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 8(2), 86-91.
- Dini Rosdiani. 2015. Kurikulum Pendidikan Penjas. Bandung: Alfabeta.
- Gen Faid Nafier Rachman. 2017. Survei Tingkat Kebugaran Jasmani Peserta didik Cerdas Istimewa Angkatan Tahun 2014 Dan Angkatan Tahun 2015 Sma Negeri 1 Krian. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. Vol 05 No 01
- Husdarta. 2011. Manajemen Pendidikan Jasmani. Alfabeta. Bandung
- Junaedi, A. (2016). Survei tingkat kemajuan pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan di SMA, SMK, dan MA Negeri se-kabupaten Gresik. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 3(3), 834- 842. ISSN: 2338-798X.
- Mulyanto, Respaty. (2014). Belajar dan Pembelajaran Penjas. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang.
- Mustafa, P. S., & Dwiyoogo, W. D. (2020). Kurikulum pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan di Indonesia abad 21. *Jurnal Riset Teknologi dan Inovasi Pendidikan (JARTIKA)*, 3(2), 422-438
- Mylsidayu, Apta. 2014. Psikologi Olahraga. Jakarta : Bumi Aksara.
- Pitnawati, P., & Damrah, D. 2019. Evaluasi Pelaksanaan Program Latihan Senam di Klub Senam Semen Padang. *Jurnal Menssana*, 4(1), 9-16.
- Rosdiani, Dini. (2013). Model Pembelajaran Langsung Dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan. Bandung: Alfabeta.
- Sardiman. (2018). Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar. Depok: Rajawali Pers
- Sari, D. N. 2020. Tinjauan kebugaran jasmani siswa sekolah dasar. *Jurnal Sporta Sainatika*, 5(2), 133-138.
- Sepriadi, S. 2017. Kontribusi Status Gizi Dan Kemampuan Motorik Terhadap Kesegaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Keolahragaan*, 5(2), 194-206.
- Suralaga, F., 2021, Psikologi Pendidikan: Implikasi Dalam pembelajaran, PT Raja Grafindo Persada Rajawali Pers, Depok
- Wahab, R. (2017). Psikologi Belajar. Jakarta: PT Raja Grafindo Persad
- Wahab, V., Rahman, N., & Fitri, M. (2021). Pengaruh Kedisiplinan Belajar dan Motivasi Belajar terhadap Prestasi Belajar Siswa di SMA Muhammadiyah Maumere. *Economic and Education Journal (Ecoducation)*, 3(1), 63-72.
- Wisnu Aditya Kurniawan. 2014. Peningkatan Kebugaran Jasmani Melalui Modifikasi Permainan Lari Kasvol dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. *Jurnal Mitra Pendidikan*. Vol 1 No 3.
- Zulbahri, Z., & Astuti, Y. (2020). Pengembangan Media Belajar Pjok Pada Materi Senam Lantai (Artistik). *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 8(2), 86-91.
- Zulman, F. U., Umar, A., & Atradinal, F. U. 2018. Hubungan Keseimbangan dan Kelincahan terhadap Keterampilan Sepak Sila Pemain Sepaktakraw SMP Negeri 2 Batang Anai. *Jurnal Menssana*, 3(1), 77-88.