

Motivasi Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan

Teten Syafrio¹, Syamsuar², Jonni³, Ibnu Andli Marta⁴

Departemen Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang, Indonesia¹²³⁴

[1tetensyafrio5@gmail.com](mailto:tetensyafrio5@gmail.com), [2syamsuarabas@gmail.com](mailto:syamsuarabas@gmail.com), [3jonni@gmail.com](mailto:jonni@gmail.com),

[4ibnuandimarta@gmail.com](mailto:ibnuandimarta@gmail.com)

Doi: <https://doi.org/10.24036/JPDO.7.9.2024.69>

Kata Kunci : Motivasi, Belajar, PJOK, Siswa, Ilmu Pengetahuan Sosial

Abstrak : Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya hasil belajar PJOK siswa Kelas XII IPS SMA N 2 Kota Solok. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat motivasi belajar siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di kelas XII. Jenis penelitian ini adalah *deskriptif*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XII. Teknik penarikan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*, sebanyak 33 orang siswa kelas XII IPS 4. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif dengan rumus $P = \frac{F}{N} \times 100\%$ yang di tuangkan dalam bentuk persentase. Hasil penelitian menunjukkan motivasi siswa dalam pembelajaran penjasorkes di kelas XII SMA N 2 Kota Solok berdasarkan faktor intrinsik berada pada kategori Cukup Baik sebesar 60,91%, berdasarkan faktor ekstrinsik berada pada kategori Kurang Baik sebesar 58,09%, dan motivasi siswa dalam pembelajaran penjasorkes di kelas XII SMA N 2 Kota Solok secara keseluruhan meliputi motivasi intrinsik dan ekstrinsik berada pada kategori Kurang Baik sebesar 59,44%. Jadi, motivasi siswa dalam pembelajaran penjasorkes di kelas XII SMA N 2 Kota Solok termasuk dalam kategori Kurang Baik. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari program pendidikan keseluruhan yang disempurnakan, juga merupakan suatu proses melalui aktifitas jasmani yang dirancang dan disusun secara sistematis, untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan serta keterampilan.

Keywords : *Physical Fitness, Students, Middle School, PJOK,*

Abstract : *The problem in this research is the low PJOK learning outcomes of Class XII IPS students at SMA N 2 Solok City. The aim of this research is to determine the level of students' learning motivation in learning physical education, sports and health in class XII. This type of research is descriptive. The population in this study were class XII students. The sampling technique used purposive sampling technique, as many as 33 students of class XII IPS 4. The data analysis technique used descriptive analysis with the formula $P = \frac{F}{N} \times 100\%$ expressed in percentage form. The results of the research show that student motivation in learning physical education in class in class So, student motivation in learning physical education in class XII SMA N 2 Solok City is included in the Poor category. Sports and health physical education is an inseparable part of the overall enhanced education program, and is also a process*

through which physical activities are designed and arranged systematically, to stimulate growth and development as well as skills. Education is an effort to foster and develop human personality both spiritually and physically. With education we can be more mature because education has a very positive impact on us it.c

PENDAHULUAN

Pendidikan adalah usaha membina dan mengembangkan kepribadian manusia baik di bagian rohani atau di bagian jasmani. Dengan pendidikan kita bisa lebih dewasa karena pendidikan tersebut memberikan dampak yang bisa memberantas buta huruf dan akan memberikan keterampilan, kemampuan mental, dan lain sebagainya.

Kebugaran jasmani adalah kesanggupan dan kemampuan tubuh melakukan penyesuaian (adaptasi) terhadap pembebanan fisik yang diberikan kepadanya (dari kerja yang dilakukan sehari-hari) tanpa menimbulkan kelelahan yang berlebihan (Sepriadi, 2017).

Komponen kebugaran jasmani atau unsur-unsur yang terdapat dalam kebugaran jasmani itu ada yang berkaitan dengan nilai-nilai kesehatan dan kemampuan motorik (Agus, 2012).

Physical Education, Sports and Health (PJOK) subjects taught in schools are expected to contribute to achieving national education goals. The current curriculum is formulated the purpose of physical education, which is to help students improve the degree of physical fitness, movement skills, and health through the introduction and cultivation of positive attitudes, maturation of mental attitudes implemented in various physical activities (Candra, 2023)

Cara penyampaian pembelajaran yang dilakukan haruslah menarik dan menyenangkan supaya materi yang disampaikan dapat tepat sasaran dan memberikan hasil yang baik pula, sehingga siswa dapat secara aktif terlibat dalam era

persaingan global dengan modal yang kuat. (Despita Antoni, 2023).



Gambar. Menjelaskan Angket Penelitian.
Sumber. Dokumentasi Penelitian.

Setiap pembelajaran memiliki sumber ajar. Sumber ajar adalah rujukan, objek/bahan yang digunakan untuk kegiatan pembelajaran, yang berupa media cetak dan elektronik. *An effective learning model is related to the level of understanding of the lecturer on the development and condition of students in the classroom (Syahrastani, 2000).*

Untuk mendapatkan kebugaran jasmani dosis latihannya harus memperhatikan tiga faktor sebagai berikut: (a) intensitas latihan; (b) lamanya latihan; (c) frekuensi. Intensitas latihan kebugaran jasmani berkisar antara 72%-87% dari denyut nadi maksimal (220-umur) yang disebut "*training zone*" (Gusril, 2017).

Kebugaran jasmani memang sangat penting bagi siswa. Akan tetapi perlu diperhatikan bahwa kebugaran jasmani setiap siswa tentunya berbeda-beda. Berdasarkan aktivitas fisik yang dilakukan (Sari et al., 2020).

Berdasarkan hasil observasi penulis di SMP N 42 Padang, terdapat masalah dalam kebugaran jasmani siswa kelas VIII. Mereka tampak cepat lelah, kurang bersemangat, dan lebih suka duduk. Hal ini mempengaruhi proses belajar mengajar dan aktivitas fisik siswa, yang penting untuk kebugaran jasmani sehari-hari.

Pendidikan merupakan salah faktor yang sangat dominan dalam perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi dewasa ini. Pendidikan merupakan suatu usaha sadar dan juga terencana yang dilakukan untuk mengembangkan kemampuan individu tersebut (Ibnu Andli Marta 2023).

Pendidikan nasional bertujuan mengembangkan potensi peserta didik untuk menjadi pribadi yang beriman, berakhlak mulia, berilmu, dan bertanggung jawab. Pendidikan juga meningkatkan kualitas hidup dan membentuk kepribadian melalui keimanan, mencapai kesempurnaan kualitas hidup. (Anisa, N.R. 2017)

Berdasarkan kutipan di atas, maka dapat dikatakan bahwa tujuan pendidikan pada dasarnya adalah untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia bermutu. Salah satu upaya untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia tersebut adalah melalui pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) di sekolah.

Proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga kesehatan merupakan aspek penting yang perlu diperhatikan adanya interaksi dua arah antara siswa dengan guru (Jonni, J. 2019). Tujuan PJOK menurut kurikulum 2013 yakni sebagai berikut, PJOK bertujuan membentuk manusia yang baik yaitu sikap jujur dan sportif.

Motivasi yang besar berpengaruh terhadap belajar siswa, Motivasi siswa dalam belajar akan memberikan pengaruh pada aktivitas siswa dalam mengikuti

proses pembelajaran. Metode mengajar yang menarik akan membuat siswa lebih mudah untuk diingat dan dipelajari oleh siswa. (Lisma, D., & Cendra, R. 2024)

Dari pemaparan tersebut Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (PJOK) bertujuan mendidik individu agar sehat secara jasmani dan rohani. Proses pembelajaran yang efektif dan efisien diperlukan, dengan motivasi sebagai pendorong kegiatan belajar siswa untuk mencapai tujuan. (Hidayat and Hambali, 2019).

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) adalah mata pelajaran yang membekali siswa dengan dalam olahraga serta faktor kesehatan yang mempengaruhinya, keterampilan dalam melakukan sehingga terbentuk peserta didik yang sadar kebugaran jasmani, sadar olahraga dan sadar kesehatan (Hendri, 2020).

Pelajaran PJOK tidak hanya mempelajari satu cabang olahraga saja, akan tetapi banyak cabang olahraga yang dipelajari sehingga siswa mempunyai wawasan yang luas dalam melakukan aktivitas gerak. Pelajaran PJOK juga bisa membentuk karakter siswa karena terdapat aspek afektif, kognitif dan psikomotor. Mata pelajaran PJOK siswa juga mempelajari nilai-nilai karakter meliputi disiplin, sportivitas, jujur, kerja sama, tanggung jawab. (Buana & Kristiyandaru. 2021)

Mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik dan kesehatan untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental serta emosional. (Endrawan and Gunawan, 2017).

Menurut UNESCO bahwa: "Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan

seorang sebagai individu atau anggota masyarakat yang dilakukan secara melalui berbagai kegiatan jasmani dalam kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan kecerdasan dan pembentukan watak” (Juliyandi and Saifuddin, 2015).



Gambar. Pengisian Angket Penelitian
Sumber. Dokumentasi Penelitian

Sebagaimana dalam undang-undang No. 20 Tahun 2022 tentang Keolahragaan Nasional menjelaskan bahwa: “Olahraga pendidikan adalah pendidikan jasmani dan olahraga sebagai bagian proses pendidikan yang teratur dan untuk memperoleh pengetahuan, kepribadian, keterampilan, kesehatan, dan kebugaran jasmani”.

Menurut Hartono dkk, (2013) PJOK adalah pendidikan yang menggunakan aktivitas fisik untuk meningkatkan kualitas individu secara fisik, mental, dan emosional secara utuh. (Hendri, 2020)

Pendidikan jasmani merupakan sebuah media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, penghayatan nilai (sikap, mental, emosional, spritual, sosial) dan pembahasan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan serta perkembangan yang seimbang.

Rina Srtika *et al* (2015) yang mengatakan bahwa Motivasi belajar merupakan salah

satu pendorong atau sumbangan untuk tercapainya dengan baik pembelajaran. motivasi belajar juga mempengaruhi hasil belajar siswa, karena siswa yang termotivasi akan hasil belajar yang bagus. (Hidayat and Hambali, 2019).

Model bermain edukatif berbasis alam pada anak usia dini membantu meningkatkan perkembangan kognitif, afektif, dan psikomotorik. Pendekatan ini juga menumbuhkan rasa peduli, kerja sama, serta kemampuan memecahkan masalah melalui interaksi langsung dengan lingkungan alam. (Paramitha & Anggara. 2018)

Motivasi bisa menyebabkan terjadinya suatu perubahan energi yang ada pada diri manusia. Motivasi merupakan konsep yang menjelaskan alasan seseorang untuk merubah perilaku dan motivasi dapat menentukan tingkat berhasil atau gagalnya kegiatan belajar siswa. Menurut (Effendi and Cahyani, 2021).

Menurut Buku supervisi pembelajaran tingkat satuan Pendidikan dalam Imron, (2022) mencermati dasar perubahan kurikulum pendidikan yang demikian mencerminkan bahwa praksis pendidikan di Indonesia masih menggunakan model pertama dan kedua, yakni berbasis kompetensi, dan dominasi. (Pratiwi, Marlina and Kurniawan, 2023).

Namun, model kapabilitas masih belum menjadi visi ke depan. Kemampuan belajar bagaimana cara belajar, nilai dan kepercayaan di. Berbagai pendekatan perilaku menjadi sangat penting untuk dikembangkan di dalam perspektif pembelajaran inovatif (Abbas, S., & Reflianto, R. (2018).

Dalam perspektif pembelajaran inovatif, kurikulum harus sesuai dengan prinsip proses pembelajaran (kesesuaian proses

dengan karakteristik mata pelajaran menekankan berbagai variasi belajar, dan mendorong kemampuan baru) serta dapat lebih mengaktifkan interaksi kelas (Suryaman et al. 2020).

Salah satu komponen penting dari sitem pendidikan adalah kurikulum. Masih jelas di ingatan kurikulum terakhir yaitu K-13 diterapkan menggantikan KTSP (kurikulum 2006). Ciri umum K-13 berfokus pada capaian pembelajaran.

Kurikulum merdeka adalah kurikulum dengan pembelajaran yang beragam, memberi waktu cukup bagi siswa untuk mendalami konsep dan meningkatkan kompetensi. Siswa di SMA Negeri 2 Kota Solok diharapkan termotivasi dalam pelajaran penjas meski materi terasa monoton.

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, maka penulis berkeinginan untuk melakukan sesuatu penelitian dengan judul "Tinjauan Motivasi Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Di Kelas XII IPS 4 SMA N 2 Kota Solok".



Gambar. Foto Bersama
Sumber. Dokumentasi Penelitian

METODE

Jenis penelitian ini tergolong pada jenis penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif merupakan metode penelitian yang berusaha menggambarkan dan menginterpretasikan objek sesuai dengan apa adanya (Iverson & Dervan. 2017).

Populasi dalam penelitian ini adalah Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XII di SMA Negeri 2 Kota Solok. Mengingat jumlah populasi diatas dan tercapainya tujuan penelitian maka pengambilan sampel ditetapkan dengan menggunakan teknik *Purposive Sampling*, yaitu sampel yang diambil berdasarkan ketentuan tertentu. Dari jumlah populasi yang ada, sampel dalam penelitian ini berjumlah 33 orang.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket, yaitu berupa pertanyaan yang sesuai dengan tujuan penelitian dan pertanyaan tersebut, tidak meyulitkan responden. Untuk mendapatkan data dalam penelitian ini, skala pengukuran yang digunakan adalah skala likert. Skala likert merupakan skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2018).

Teknik analisis data dalam penelitian ini yaitu menggunakan analisis statistik deskriptif dengan persentase $P = \frac{F}{N} \times 100\%$.

HASIL

Sebelum dilakukan analisis data dengan menggunakan statistik deskriptif, maka terlebih dahulu dilakukan verifikasi data dan uji instrumen penelitian. Uji instrumen penelitian dimaksudkan untuk mengetahui validitas data penelitian. Instrument yang baik harus memenuhi dua persyaratan penting yaitu valid dan reabel. Hal ini sesuai dengan pendapat Arikunto (2010) yang

mengatakan bahwa “Suatu angket dikatakan valid apabila item pernyataan pada angket tersebut mampu mengungkapkan sesuatu yang akan diukur oleh angket tersebut”.

Instrument dalam penelitian ini melakukan uji coba terlebih dahulu, uji coba instrument dilakukan di SMA N 1 sebanyak 15 orang siswa sebagai sampel uji coba instrument. Untuk jumlah sampel 15 orang maka r pada tabel *product moment* adalah 0,482 pada taraf $\alpha = 0,05$. Jika nilai r hitung tidak mencapai atau dibawah 0,482 maka pernyataan angket dikatakan tidak valid.

Hasil uji coba angket motivasi siswa dalam pembelajaran penjasorkes diuji cobakan dengan 28 item pernyataan, ternyata hasilnya 25 item pernyataan dinyatakan valid dan 3 item pernyataan dinyatakan tidak valid. Jadi jumlah pernyataan dalam angket yang akan digunakan adalah berjumlah 25 item pernyataan. Artinya item pernyataan dimaksud dapat digunakan langsung sebagai instrumentasi pada responden yang telah ditetapkan. Hasil perhitungan dapat dilihat pada halaman lampiran.

1. Analisis Data Penelitian

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif, yang bertujuan untuk memberikan gambaran secara umum distribusi frekuensi variabel penelitian. Yaitu motivasi belajar siswa dalam pembelajaran PJOK di kelas XII SMA N 2 Kota Solok.

a. Variabel Motivasi Intrinsik

Untuk variabel motivasi intrinsik siswa dalam pembelajaran penjasorkes di kelas XII SMA N 2 Kota Solok terdiri dari 12 item pernyataan yang disebarkan kepada 33 orang siswa yang dijadikan sebagai responden, ditemukan jawaban yakni jawaban “Sangat Setuju” dari 33 responden adalah 57 (14%), “Setuju” adalah 86 (22%), “Ragu-ragu” adalah 118 (30%), “Tidak Setuju” adalah 88

(22%). Selanjutnya jumlah total jawaban “Sangat Tidak Setuju” adalah 47 (12%).

Untuk lebih jelasnya distribusi hasil data motivasi intrinsik siswa terhadap pembelajaran penjasorkes di kelas XII SMA N 2 Kota Solok tersebut dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 1. Jawaban Responden terhadap Pernyataan Angket Variabel Intrinsik

Motivasi Intrinsik		
Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
SS/5	57	14%
S/4	86	22%
RR/3	118	30%
TS/2	88	22%
STS/1	47	12%
Total	396	100%

Sumber: Data Hasil Penelitian

b. Variabel Motivasi Ekstrinsik

Untuk variabel motivasi ekstrinsik siswa dalam pembelajaran penjasorkes di kelas XII SMA N 2 Kota Solok ini terdiri dari 13 item pernyataan yang disebarkan kepada 33 orang siswa yang dijadikan sebagai responden, ditemukan jawaban yakni jawaban “Sangat Setuju” dari 33 responden adalah 48 (11%), “Setuju” adalah 94 (22%), “Ragu-ragu” adalah 115 (27%), “Tidak Setuju” adalah 113 (26%). Selanjutnya jumlah total jawaban “Sangat Tidak Setuju” adalah 59 (14%).

Untuk lebih jelasnya distribusi hasil data motivasi ekstrinsik siswa terhadap pembelajaran penjasorkes di kelas XII SMA N 2 Kota Solok tersebut dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 2. Jawaban Responden Terhadap Pernyataan Angket Variabel Ekstrinsik

Motivasi Ekstrinsik		
Kategori	Frekuensi	Persentase (%)

SS/5	48	11%
S/4	94	22%
RR/3	115	27%
TS/2	113	26%
STS/1	59	14%
Total	429	100%

Sumber: Data Hasil Penelitian

c. Motivasi Siswa dalam Pembelajaran Penjasorkes di kelas XII SMA N 2 Kota Solok

Berdasarkan data variabel motivasi yang berupa intrinsik dan ekstrinsik diperoleh hasil dimana total jawaban adalah 2452. Maksimal jawaban untuk semua pernyataan angket adalah 4125. Sehingga diperoleh tingkat capaian untuk motivasi siswa dalam pembelajaran penjasorkes di kelas XII SMA N 2 Kota Solok adalah 59,44%. Menurut Arikunto (2010) klasifikasi antara 60% > ke bawah berada pada klasifikasi "Kurang Baik".

Tabel 3. Tabel Motivasi Belajar
Motivasi Belajar PJOK

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
SS/5	105	13%
S/4	180	22%
RR/3	233	28%
TS/2	201	24%
STS/1	106	13%
Total	825	100%

Sumber: Data Hasil Penelitian

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui motivasi belajar siswa dalam pembelajaran PJOK di kelas XII SMA N 2 Kota Solok berdasarkan faktor intrinsik dan ekstrinsik. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi belajar siswa dalam pembelajaran PJOK di kelas XII SMA

N 2 Kota Solok berada dalam Kategori cukup yaitu 59,44% dari 33 sampel.

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan pendidikan yang bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu yang direncanakan secara sistematis dan mencapai tujuan pendidikan melalui aktivitas jasmani.. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana motivasi siswa dalam pembelajaran penjasorkes dengan faktor motivasi yaitu intrinsik dan ekstrinsik.

Menurut Uno (2012) mengatakan bahwa "Motivasi adalah dorongan dasar yang menggerakkan seseorang bertingkah laku". Dari dorongan yang ada pada diri seseorang maka orang tersebut akan menggerakkan dirinya untuk melakukan sesuatu. Menurut Wenti (2020) mengatakan Motivasi adalah perubahan energi dalam diri seseorang yang ditandai dengan munculnya *feeling* dan didahului dengan tanggapan terhadap adanya tujuan.

Berdasarkan analisis pada motivasi siswa dalam pembelajaran penjasorkes di kelas XII SMA N 2 Kota Solok berdasarkan motivasi intrinsik dan ekstrinsik di ketahui bahwa:

1. Faktor Intrinsik

Motivasi belajar siswa dalam pembelajaran PJOK di kelas XII SMA N 2 Kota Solok berasal dari dalam diri siswa (intrinsik) berada pada kategori cukup. Pada indikator kesehatan diperoleh persentase sebesar 60,91% masuk dalam kategori Cukup Baik, hal ini berarti siswa sudah menyadari bahwa dengan belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang baik dalam diri siswa itu sendiri.

2. Faktor Ekstrinsik

Motivasi siswa dalam pembelajaran penjasorkes di kelas XII SMA N 2 Kota

Solok diperoleh persentase sebesar 58,09% masuk dalam kategori kurang, artinya metode mengajar diterapkan oleh guru sudah dapat menarik minat siswa untuk giat belajar dalam metode belajar penjasorkes baik di ruangan maupun praktek dilapangan. Misalnya tempat yang di gunakan kurang nyaman karena bergabung dengan kelas lainnya. Kondisi lingkungan ini berupa unsur-unsur yang datang dari luar siswa sehingga pihak sekolah perlu memperhatikannya lagi.

Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan bahwa motivasi siswa dalam pembelajaran penjasorkes di kelas XII SMA N 2 Kota Solok baik dari faktor intrinsik dan ekstrinsik menunjukkan motivasi yang cukup. Dari hasil analisis di atas dapat diambil kesimpulan bahwa motivasi siswa di kelas XII SMA N 2 Kota Solok masih memiliki motivasi yang kurang baik. Guru sebagai fasilitator pembelajaran harus mampu melakukan hal tersebut. Selain itu dalam proses belajar mengajar guru dituntut memiliki multi peran, sehingga mampu menciptakan kondisi belajar mengajar yang efektif (Abbas, S. 2018).

Motivasi memiliki peranyangsangat penting terhadap hasil belajar siswa. Siswa yang memiliki motivasi yang tinggi tentu akan lebih mudah dalam mengikuti aktivitas pembelajaran (Sobandi, 2017). Menurut Abbas, S., & Reflianto, R. (2018) motivasi belajar merupakan unsur yang sangat penting dalam proses pembelajaran, karena tanpa disadari bahwa motivasi belajar dapat berpengaruh dengan aktif dan pasifnya siswa dalam mengikuti proses pembelajaran di dalam kelas. Motivasi adalah suatu perubahan energi di dalam pribadi seseorang yang ditandai dengan timbulnya efektif

(perasaan) dan reaksi untuk mencapai tujuan (Emda, 2018).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dapat di ambil kesimpula bahwa motivasi siswa dalam pembelajaran penjasorkes di kelas XII SMA N 2 Kota Solok berdasarkan faktor intrinsik berada pada kategori Cukup Baik Sebesar 60,91%, berdasarkan faktor ekstrinsik berada pada kategori Kurang Baik sebesar 58,09%, dan motivasi siswa dalam pembelajaran penjasorkes di kelas XII SMA N 2 Kota Solok secara keseluruhan meliputi motivasi intrinsik dan ekstrinsik berada paa kategori Kurang Baik sebesar 59,44%. Jadi, motivasi siswa dalam pembelajaran penjasorkes di kelas XII SMA N 2 Kota Solok termasuk dalam kategori Kurang Baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Abbas, S., & Reflianto, R. (2018, January). Punishments To Strengthen Students' Discipline for Future Education. In *1st International Conference on Intellectuals' Global Responsibility (ICIGR 2017)* (pp. 240-246). Atlantis Press.
- Abbas, S. (2018). A Community Based Research: Building Healthy Living Community through Sports and Nutrition Program. *Engagement: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 191-203.
- Agus, A. (2012). *Olahraga Kebugaran Jasmani Sebagai Siatu Pengantar*. Sukabina Press.
https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=Apri+Agus+Olahraga+Kebugaran+Jasmani&btnG=
- Annisa, N.R. (2017) 'Belajar Dan Pembelajaran (Pendidikan Dasar)', *CENDEKIA Media Komunikasi Penelitian dan Pengembangan*

- Pendidikan Islam*, 09(02), pp. 193–210.
- Asnaldi, A., & Syampurma, H. (2020). Pengaruh Permainan Kecil Terhadap Motivasi Siswa Dalam Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan. *Sport Science*, 20(2), 97-106.
- Asnaldi, A., Zulman, F. U., & Madri, M. (2018). Hubungan Motivasi olahraga dan kemampuan motorik dengan hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan siswa Sekolah Dasar Negeri 16 Sintoga Kecamatan Sintuk Toboh Gadang Kabupaten Padang Pariaman. *Jurnal MensSana*, 3(2), 16-27.
- Buana, I. R. A., & Kristiyandaru, A. (2021). Motivasi Siswa Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan: Intrinsik Dan Ekstrinsik. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 9(1).
- Candra, H. (2023). The Effect of the Project Based Learning Model with the Case Method and Nutritional Status on Physical Fitness of Learners Class Vii Smpn 21 Padang. *International Journal of Multidisciplinary Research and Analysis*, 06(04), 1332–1342. <https://doi.org/10.47191/ijmra/v6-i4-02>
- Despita, Antoni. 2023. *Model Pembelajaran Lompat Jauh Berbasis Permainan Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama* (Doctoral Dissertation, Universitas Negeri Jakarta).
- Endrawan, I.B. and Gunawan, F.A. (2017) 'Survei Motivasi Belajar Siswa Mata Pelajaran Permainan Tradisional', pp. 13–22.
- Fernanda, M. A., Arsil, A., Syamsuar, S., & Sari, D. N. (2023). Hubungan Motivasi Belajar Dengan Hasil Belajar PJOK Siswa SMP Negeri 1 Bukittinggi. *Jurnal JPDO*, 6(5), 178-184.
- Gusril. (2017). Perbedaan Tingkat Kesegaran Jasmani Berdasarkan Status Gizi. *Perbedaan Tingkat Kesegaran Jasmani Berdasarkan Status Gizi*, 7(1), 27.
- Hardiansyah, S. (2018). Tinjauan Status Gizi Guru Penjasorkes Sekolah Dasar di Kecamatan Sungai Beremas. *Jurnal JPDO*, 1(1), 161–165. <http://jpdo.ppj.unp.ac.id/index.php/jpdo/article/view/176>
- Hendri, G. (2020) 'Motivasi siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga kesehatan', 2, pp. 171–181.
- Hidayat, Y. and Hambali, S. (2019) 'Peranan Ekstrakurikuler Olahraga terhadap Motivasi Belajar Siswa dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani', 5(1).
- Marta, I. A., & Neldi, H. (2023). Hand Eye Coordination and Explosive Power of Limb Muscles for Under Ring Ability in playing Basketball. *Halaman Olahraga Nusantara: Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 6(1), 1-14. Imron, 2022:89)
- Iverson, B. L., & Dervan, P. B. (2017). *Buku ajar metodologi penelitian dasar bidang pendidikan* (S. B. Sartika (ed.); 1st ed.).
- Juliyandi and Saifuddin (2015) 'Hubungan Motivasi Belajar Dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Pada Siswa Smp Negeri 1 Lhoksukon Aceh Utara Tahun Pelajaran 2012/2013', 1(20), pp. 102–113.
- Lisma, D., & Cendra, R. (2024). Motivasi Siswa Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) Di SMA Negeri 1 Sabak Auh. *Integrated Sport Journal*

(ISJ), 2(3), 114-121.

- Paramitha, S.T. and Anggara, L.E. (2018)
'Revitalisasi Pendidikan Jasmani
untuk Anak Usia Dini melalui
Penerapan Model Bermain Edukatif
Berbasis Alam', *Jurnal Pendidikan
Jasmani Dan Olahraga*, 3(1), p. 41.
Available at:
[https://doi.org/10.17509/jpjo.v3i1.106
12](https://doi.org/10.17509/jpjo.v3i1.10612).
- Rohmah, L., & Muhammad, H. N. (2021).
Tingkat Kebugaran Jasmani dan
Aktivitas Fisik Siswa Sekolah. *Jurnal
Universitas Negeri Surabaya*, 09(01),
511–519.
- Sari, D. N., Wulandari, I., Hardiansyah, S., &
Zulbahri. (2020). *Contributions of Arm
Muscle Strength Against Forehand Drive
Skills for Table Tennis Athletes*. 460(Icpe
2019),120–123.
[https://doi.org/10.2991/assehr.k.20080
5.034](https://doi.org/10.2991/assehr.k.200805.034)
- Sepriadi. (2017). *Pengaruh Motivasi Berolahraga
Dan Status Gizi Terhadap Tingkat
Kebugaran Jasmani*. 77–89.
[https://ejournal.undiksha.ac.id/index.
php/PENJAKORA/article/view/11755](https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/PENJAKORA/article/view/11755)
- Syahrastani. (2000). *Pengaruh Intermediate
Interval Training dengan Istirahat Aktif
dan Istirahat Pasif terhadap Kapasitas
Kerja Maksimal*. Padang: UNP.
- Undang-undang No. 20 Tahun 2022 tentang
Keolahragaan Nasional