

Tinjauan Motivasi Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Pada Peserta Didik di Kelas IX Sekolah Menengah Pertama Negeri 39 Padang

Alfa Dinil¹, Aldo Naza Putra², Asep Sujana Wahyuri³, Berto Apriyono⁴

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

dinialfa565@gmail.com, aldonazaputra@fik.unp.ac.id, asepsujanawahyuri@fik.unp.ac.id, bertopriyono@fik.unp.ac.id

Doi: <https://doi.org/10.24036/JPDO.8.6.2025.137>

Kata Kunci : Tinjauan, Motivasi Belajar, Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Abstrak : Permasalahan dalam penelitian ini adalah diduga kurangnya motivasi belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada peserta didik di Kelas IX Sekolah Menengah Pertama Negeri 39 Padang. Tujuan penelitian Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui motivasi belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada peserta didik di Kelas IX Sekolah Menengah Pertama Negeri 39 Padang. Metode penelitian dengan jenis deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik kelas IX Sekolah Menengah Pertama Negeri 39 Padang yang berjumlah 132 orang. Sample peneliti mengambil sampel kelas IX 2 jumlah peserta didik 12 orang, IX 3 jumlah peserta didik 26 orang, dan IX 4 jumlah peserta didik 12 orang dengan total 50 peserta didik. sampel ditentukan sebanyak 50 peserta didik dikarenakan untuk uji validitas diambil 50 peserta didik dalam populasi diluar sampel. Hasil penelitian terlihat bahwa Analisis distribusi frekuensi menunjukkan motivasi belajar siswa mencapai 84,26% dari skor ideal, yang berarti motivasi siswa sangat baik. Dengan demikian, penelitian ini membuktikan bahwa program PJOK di SMP Negeri 39 Padang efektif meningkatkan motivasi belajar siswa dan dapat dijadikan acuan pengembangan program pendidikan di sekolah tersebut.

Keywords : *Review, Learning Motivation, Physical Education, Sports and Health*

Abstract : *The problem in this study is the alleged lack of motivation to learn Physical Education, Sports and Health in students in Class IX of State Junior High School 39 Padang. Purpose of the study This study aims to determine the motivation to learn Physical Education, Sports and Health in students in Class IX of State Junior High School 39 Padang. The research method is descriptive. The population in this study were all students in class IX of State Junior High School 39 Padang totaling 132 people. The sample of the researcher took a sample of class IX 2 with a total of 12 students, IX 3 with a total of 26 students, and IX 4 with a total of 12 students with a total of 50 students. The sample was determined as many as 50 students because for the validity test 50 students were taken in the population outside the sample. The results of the study show that the frequency distribution analysis shows that student learning motivation reaches 84.26% of the ideal score, which means that student motivation is very good. Thus, this study proves that the PJOK program at SMP Negeri 39 Padang is effective in increasing students' learning motivation and can be used as a reference for developing educational programs at the school.*

PENDAHULUAN

Pembinaan dan pengembangan olahraga salah satu tujuannya adalah untuk mencapai prestasi. Prestasi dapat di artikan sebagai hasil tertinggi yang dicapai dalam pelaksanaan suatu kegiatan yang memiliki tujuan dan target (Aldo, 2017).

Olahraga adalah suatu aktivitas yang banyak dilakukan oleh masyarakat, keberadaannya sekarang ini tidak lagi dipandang sebelah mata tetapi sudah menjadi bagian dari kehidupan masyarakat (Asnaldi, 2019).

Olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial (Asnaldi, 2016). Pentingnya pendidikan olahraga memanfaatkan aktivitas jasmani dalam kesehatan dapat menghasilkan perubahan kualitas secara holistic dalam individu, baik itu secara fisik.

Olahraga merupakan kegiatan yang bermanfaat dan dapat meningkatkan kesegaran jasmani. Selain untuk memupuk watak, kepribadian, disiplin, sportifitas, olahraga juga dapat meningkatkan kemampuan daya pikir serta perkembangan prestasi (Zulman, 2018).

Olahraga merupakan satu kebutuhan hidup yang tidak dapat ditinggalkan. Sebuah aktivitas olahraga harus dilakukan secara kontinu dan selaras. Aktivitas olahraga dapat dilakukan oleh siapapun karena tidak memandang ras, agama maupun tingkatan sosial (Emral, 2023).

“Olahraga adalah suatu kegiatan fisik yang bertujuan untuk kesehatan, kebugaran, pendidikan, rekreasi dan prestasi (Atradinal, 2018). “Olahraga adalah salah satu bentuk dari upaya peningkatan kualitas manusia Indonesia yang diarahkan serta peningkatan prestasi dan rasa kebanggaan nasional” (Nur, Madri & Zalfendi, 2018).

Kegiatan olahraga saat ini juga sudah menjadi bagian dari kehidupan masyarakat. Seseorang melakukan olahraga dengan tujuan masing- masing terutama untuk mendapatkan kesehatan dan kebugaran jasmani, maupun kesenangan (Sepriadi, Hardiansyah, & Syampurma, 2017).

Berolahraga merupakan suatu kegiatan jasmani yang dapat mendorong pengembangan kondisi fisik, mental, maupun rohani yang sangat dibutuhkan dalam kehidupan. (Haryanto & Welis, 2019). Olahraga merupakan aktivitas sehari-hari sehingga membentuk jasmani dan rohani yang kuat dan sehat (Suwirman, 2019).

Olahraga yang baik adalah terprogram sesuai dengan kebutuhan seseorang (Donie, D., Lesmana, H. S., & Hermanzoni, H. (2018). Pembinaan olahraga prestasi merupakan pembinaan olahraga yang berguna untuk meraih prestasi dalam olahraga (Prasetya & Argantos 2019) Untuk Mendapatkan itu semuanya tentu dengan melewati proses pembinaan olahraga.

Hal ini sesuai dengan pendapat Hermanzoni (2018) pembinaan olahraga secara ilmiah memang seharusnya menjadi dasar dalam proses pembinaan dan pengembangan atlet dari suatu proses untuk mendapatkan prestasi tertinggi.

Pencapaian suatu prestasi dibidang olahraga pada dasarnya merupakan hasil akumulatif dari berbagai aspek/ unsure yang mendukung terwujudnya prestasi (Suwirman, 2019).

Pendidikan merupakan suatu usaha yang dilakukan secara sadar untuk mengubah tingkah laku manusia baik secara individu maupun secara berkelompok. Melalui pendidikan, manusia akan memperoleh ilmu pengetahuan yang akan membuka wawasannya untuk menemukan keberadaannya dimasa depan (Sutirna, 2019).

Sesuai penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa pendidikan merupakan suatu upaya dan usaha yang dilakukan pemerintah untuk mengembangkan potensi peserta didik, sehingga mereka menjadi manusia-manusia yang terampil, berilmu, kreatif, sehat dan mandiri.

Selanjutnya melalui pendidikan dapat membentuk watak dan kepribadian peserta didik menjadi lebih baik dan bermatabat serta bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Kuasa, serta bertanggung jawab pada diri sendiri, keluarga dan orang lain serta bangsa dan negara.

Dengan demikian untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani tersebut di atas, guru merupakan unsur pelaksana teknis utama yang betugas dan bertanggung jawab menjalankan kegiatan proses pembelajaran di Sekolah.

Agar kegiatan pembelajaran berjalan sebagaimana mestinya guru dituntut dan diharapkan untuk berusaha semaksimal mungkin mengembangkan strategi pembelajaran meningkatkan kemampuan serta dapat memotivasi siswa sehingga tertarik untuk mengikuti pembelajaran Penjaskes dengan serius.

Motivasi berasal dari kata lain *Motive* yang berarti dorongan atau bahasa Inggrisnya *to move*. Motif diartikan sebagai kekuatan yang terdapat dalam diri organisme yang mendorong untuk berbuat (*driving force*).

Motif tidak berdiri sendiri, tetapi saling berkaitan dengan faktor-faktor lain, baik faktor eksternal, maupun faktor internal. Michel J. Jucius menyebutkan motivasi sebagai kegiatan memberikan dorongan kepada seseorang atau diri sendiri untuk mengambil suatu tindakan yang dikehendaki.

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.

Pada kenyataannya motivasi seseorang dalam melakukan belajar itu tidak sama, berbeda satu dengan yang lain nya. Inilah yang menyebabkan motivasi seseorang anak dalam belajar itu berbeda, seseorang yang motivasinya besar akan menambah minat, perhatian, konsentrasi penuh, ketekunan, serta berorientasi.

Sebaliknya siswa yang mempunyai motivasi rendah akan terlihat acuh tak acuh, cepat bosan, mudah putus asa dan berusaha menghindari dari kegiatan. Dalam kaitannya dengan kegiatan, motivasi erat hubungannya dengan aktualisasi diri.

Hal ini dapat dilihat dalam proses kegiatan belajar mengajar berlangsung apabila anak tidak memiliki motivasi untuk belajar maka tidak akan terjadi kegiatan belajar pada diri anak tersebut.

Hal itu yang menjadi masalah karena motivasi bukanlah suatu kondisi. Apabila seorang anak mempunyai motivasi yang rendah maka akan berpengaruh juga terhadap prestasi seorang anak tersebut baik dalam bidang pelajaran pendidikan jasmani

olahraga dan kesehatan atau mata pelajaran umum.

Berdasarkan kegiatan di Sekolah terdapat pembelajaran yang dilaksanakan di luar kelas yaitu pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani adalah bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan hidup sehat untuk pertumbuhan.

Dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, motivasi peserta didik dapat dilihat dari kesungguhan dalam mengerjakan aktivitas yang guru berikan. Apabila seorang siswa dalam melakukan suatu gerakan dengan rasa senang dan sungguh-sungguh

Maka dapat disimpulkan siswa tersebut memiliki motivasi yang tinggi dalam melakukan gerakan atau aktivitas yang guru berikan. Namun sebaliknya, apabila seorang peserta didik dalam melakukan gerakan atau aktivitas yang guru berikan terkesan malas, acuh.

Hal ini kaitannya dengan rasa cinta, yang merupakan kebutuhan afeksi dan pertalian dengan orang lain. Maksudnya jika siswa memiliki rasa cinta terhadap salah satu materi atau mata pelajaran maka siswa akan berusaha mencapai hasil yang sebaik-baiknya untuk mendapatkan nilai yang tinggi.

Pada saat ini kurikulum yang digunakan dalam satuan pendidikan yaitu kurikulum merdeka. Kurikulum Merdeka merupakan kurikulum pembelajaran internal yang beragam yang isinya dioptimalkan untuk memberikan waktu yang cukup bagi peserta didik untuk mempelajari konsep dan membangun kompetensi.

Untuk menyesuaikan pembelajaran dengan kebutuhan dan minat peserta didik, guru dapat memilih berbagai alat pengajaran

(Kemendikbud Ristek RI: Filsafat & John, 2022).

Berdasarkan pengamatan di Kelas IX Sekolah Menengah Pertama Negeri 39 Padang, dalam proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan kurang berjalan dengan maksimal, dimana keinginan peserta didik untuk belajar pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan masih rendah.

Hal ini terlihat dari kegiatan pembelajaran di lapangan, mereka lebih banyak duduk, mengobrol sesama teman dan malas melakukan kegiatan olahraga. Selain itu juga berdasarkan informasi dari guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Sekolah tersebut.

Hasil belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan peserta didik tahun ajaran 2023-2024, masih banyak peserta didik yang mendapatkan nilai di bawah Kriteria Ketercapaian Tujuan Pembelajaran yaitu di bawah nilai 75.

Berdasarkan permasalahan diatas, terlihat bahwa kurang berjalannya proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di kelas IX Sekolah Menengah Pertama Negeri 39 Padang, dan

Masih ada peserta didik yang nilai belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di bawah Kriteria Ketercapaian Tujuan Pembelajaran diduga disebabkan oleh: Kurangnya motivasi belajar, baik yang datang dari dalam diri (intrinsik) maupun dari luar (ekstrinsik).

Pelaksanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang belum baik, sarana dan prasarana yang tidak lengkap, metode mengajar yang dipakai kurang menarik.

Lingkungan belajar pendidikan jasmani olahraga yang kurang kondusif, kemampuan guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan

Kesehatan yang masih kurang, lapangan olahraga yang terpisah dari lingkungan Sekolah

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian deskriptif. Metode penelitian deskriptif adalah penelitian terhadap masalah-masalah berupa fakta-fakta saat ini dari suatu populasi (Sudaryono, 2018).

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik kelas IX Sekolah Menengah Pertama Negeri 39 Padang yang berjumlah 132 orang. Sesuai pendapat Sugiyono (2012), populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas objek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.

Menurut Sugiyono (2017) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Teknik pengambilan sampel yaitu purposive sampling dimana pengambilan sampel berdasarkan pertimbangan peneliti.

Maka peneliti mengambil sampel kelas IX 2 jumlah peserta didik 12 orang, IX 3 jumlah peserta didik 26 orang, dan IX 4 jumlah peserta didik 12 orang dengan total 50 peserta didik. sampel ditentukan sebanyak 50 peserta didik dikarenakan untuk uji validitas diambil 50 peserta didik dalam populasi diluar sampel.

Pengambilan data motivasi belajar siswa menggunakan instrumen berupa angket untuk memperoleh informasi tentang motivasi belajar gunanya mencari tahu apa-apa saja yang menjadi kendala peserta didik dalam belajar baik di rumah maupun di sekolah.



Gambar 1. Peneliti sedang memberikan pengarahan terkait tata cara pengisian angket pada peserta didik dikelas IX sekolah menengah pertama negeri 39 padang
Sumber : Dokumentasi Penelitian



Gambar 2. Peneliti Membagikan Angket pada peserta didik dikelas IX sekolah menengah pertama negeri 39 padang
Sumber : Dokumentasi Penelitian



Gambar 3. Pengisian Angket dilakukan peserta didik dikelas IX sekolah menengah pertama negeri 39 padang
Sumber : Dokumentasi Penelitian



Gambar 4. Pengumpulan Angket
Sumber : Dokumentasi Penelitian

Teknik analisis data yang dipergunakan adalah teknik distribusi frekuensi atau teknik persentase (Sudijono, 2012).

HASIL

Deskripsi hasil penelitian tentang motivasi belajar pendidikan jasmani olahraga dan Kesehatan di SMP Negeri 39 Padang tentang motivasi belajar dapat dilihat pada table dan histogram berikut ini.

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Hasil Penelitian Tentang Tinjauan Motivasi Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Pada Peserta Didik Di Kelas IX Sekolah Menengah Pertama Negeri 39 Padang tentang motivasi belajar

No	Jawaban	Skor (x)	Fa	Fr	Σ Skor (x . fa)
1	SS	5	410	32,8	2050
2	S	4	419	33,52	1676
3	RR	3	236	18,88	708
4	TS	2	121	9,68	242
5	STS	1	64	5,12	64
JUMLAH			1250	100	4740
SKOR IDEAL			$5 \times 50 \times 25 = 5625$		
SKOR CAPAIAN			$4740/5625 \times 100\% = 84,26\%$		

Berdasarkan analisis data di atas, diperoleh skor capaian sebesar 4740 sedangkan skor ideal 5625. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa Tinjauan Motivasi Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Pada Peserta Didik Di Kelas IX Sekolah Menengah Pertama Negeri 39 Padang Pada Motivasi Belajar adalah 84,26% dimana berada pada klasifikasi "sangat baik".

PEMBAHASAN

Hasil uji validitas yang dilakukan dengan bantuan aplikasi PASW Statistics 18 menunjukkan bahwa pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (PJOK) berpengaruh terhadap motivasi belajar siswa di kelas IX SMP Negeri 39 Padang.

Uji validitas ini bertujuan untuk menilai sejauh mana instrumen yang digunakan dalam penelitian ini dapat diandalkan untuk mengukur pengaruh antara pendidikan jasmani dan motivasi belajar siswa.

Setiap item dalam instrumen yang diuji telah menunjukkan hasil yang valid, yang dapat dilihat dari nilai hitung r_{hitung} yang lebih besar dari nilai tabel r_{tabel} . Dengan kata lain, semua item dalam instrumen pengukuran tersebut memenuhi syarat validitas dan dapat diterima.

Validitas dalam penelitian ini sangat penting karena memastikan bahwa instrumen yang digunakan benar-benar mengukur apa yang dimaksud untuk diukur, dalam hal ini pengaruh pendidikan jasmani terhadap motivasi belajar siswa.

Hasil uji validitas yang menunjukkan bahwa semua item valid, memberikan keyakinan bahwa instrumen yang digunakan dapat dipercaya untuk memperoleh data yang akurat mengenai topik yang diteliti.

Ketika nilai r_{hitung} lebih besar dari nilai r_{tabel} , ini menunjukkan bahwa hubungan antara item dengan variabel yang diukur cukup kuat dan signifikan, sehingga hasilnya dapat digunakan untuk menarik kesimpulan yang sah.

Secara keseluruhan, hasil uji validitas ini mendukung hipotesis bahwa pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan memiliki pengaruh positif terhadap motivasi belajar siswa.

Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa program pendidikan jasmani yang

diterapkan di SMP Negeri 39 Padang terbukti efektif dalam meningkatkan motivasi belajar siswa.

Dengan adanya validitas yang kuat pada setiap item, penelitian ini memberikan bukti yang sah mengenai pengaruh positif pendidikan jasmani terhadap motivasi belajar, yang dapat dijadikan acuan untuk pengembangan program pendidikan lebih lanjut.

Selanjutnya, dilakukan uji reliabilitas untuk menguji konsistensi dan kestabilan instrumen penelitian yang digunakan. Berdasarkan hasil uji reliabilitas yang ditampilkan dalam tabel, nilai Cronbach's Alpha pada penelitian ini sebesar 0,824.

Nilai tersebut lebih besar dari 0,6, yang berarti instrumen yang digunakan dalam penelitian ini dapat dianggap reliabel. Dengan demikian, hasil uji reliabilitas ini menunjukkan bahwa data yang diperoleh dari masing-masing variabel dapat diandalkan untuk analisis lebih lanjut.

Koefisien reliabilitas yang lebih tinggi dari 0,6 ini menandakan bahwa instrumen tersebut memiliki tingkat konsistensi yang baik dan dapat digunakan untuk mengukur variabel yang diteliti secara stabil.

Selain itu, distribusi frekuensi mengenai tinjauan motivasi belajar pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (PJOK) pada peserta didik di kelas IX SMP Negeri 39 Padang juga dianalisis.

Tinjauan motivasi belajar siswa dalam mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan dapat dilihat pada tabel distribusi frekuensi yang disediakan. Berdasarkan hasil analisis data tersebut, skor total yang diperoleh dari siswa adalah 4740, sementara skor ideal yang seharusnya dicapai adalah 5625.

Hal ini menunjukkan bahwa motivasi belajar siswa dalam pelajaran pendidikan jasmani,

olahraga, dan kesehatan tidak mencapai skor ideal, namun masih berada dalam kategori yang baik.

Berdasarkan perhitungan tersebut, dapat disimpulkan bahwa motivasi belajar siswa di kelas IX SMP Negeri 39 Padang dalam mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan memiliki persentase sebesar 84,26%. Persentase ini masuk dalam klasifikasi "sangat baik",

yang berarti mayoritas siswa menunjukkan motivasi belajar yang tinggi dalam mengikuti pelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan. Dengan hasil ini, dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan memberikan dampak positif terhadap motivasi belajar siswa di sekolah tersebut.

Sekolah dan guru mempunyai tanggung jawab penting untuk mengenali minat siswa sekolah dasar terhadap pendidikan jasmani dan mengambil langkah untuk menumbuhkan minat tersebut (Irfan, 2019).

Hal ini dapat dicapai dengan memperbaiki kurikulum dan memastikan motivasi yang tepat serta lingkungan dan fasilitas belajar yang sesuai. Motivasi merupakan faktor penting yang mempengaruhi keberhasilan akademik dalam pendidikan jasmani.

Motivasi pendidikan jasmani dapat dibagi menjadi dua bagian yaitu motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik yang mempengaruhi partisipasi siswa dalam pendidikan jasmani (Wijayanto, 2024).

Namun setiap siswa mempunyai tujuan yang berbeda-beda, terutama tujuan pembelajaran yang sering disebut dengan tujuan pembelajaran (Darmawan et al., 2018). Oleh karena itu, sangat penting untuk memahami faktor-faktor yang mempengaruhi kemauan siswa untuk mengikuti kelas pendidikan jasmani.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil uji validitas, reliabilitas, dan distribusi frekuensi, dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (PJOK) di kelas IX SMP Negeri 39 Padang berpengaruh positif terhadap motivasi belajar siswa.

Uji validitas menunjukkan bahwa setiap item dalam instrumen yang digunakan dalam penelitian ini valid, karena nilai hitung r_{tabel} lebih besar dari nilai tabel r_{hitung} , yang menandakan instrumen dapat diandalkan untuk mengukur pengaruh antara PJOK dan motivasi belajar siswa.

Selain itu, hasil uji reliabilitas dengan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,824, yang lebih besar dari 0,6, menunjukkan bahwa instrumen penelitian ini reliabel dan konsisten.

Data yang diperoleh dari instrumen ini dapat diandalkan untuk analisis lebih lanjut. Dari analisis distribusi frekuensi, diperoleh bahwa motivasi belajar siswa dalam mata pelajaran PJOK mencapai skor 4740 dari skor ideal 5625, yang mencerminkan persentase 84,26%.

Dengan demikian, motivasi belajar siswa dalam pelajaran PJOK dapat dikategorikan sebagai "sangat baik", menunjukkan bahwa mayoritas siswa memiliki motivasi belajar yang tinggi dalam mengikuti pelajaran tersebut.

Secara keseluruhan penelitian ini memberikan bukti yang kuat bahwa program pendidikan jasmani di SMP Negeri 39 Padang efektif dalam meningkatkan motivasi belajar siswa, yang dapat dijadikan acuan untuk pengembangan program pendidikan lebih lanjut di sekolah tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Aldo. 2017. Kontribusi Kelentukan Pinggang Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Dribbling Atlet Sepakbola Psts Tabing Padang. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, Volume 16 No. 2, Hal 101-120.
- Agusman, Y. T. (2022). Pelaksanaan layanan konseling individu setting online dalam meningkatkan keaktifan belajar siswa pada masa pandemic covid di SMPN ! Ujung (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau).
- Aldo. 2017. Kontribusi Kelentukan Pinggang Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Dribbling Atlet Sepakbola Psts Tabing Padang. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, Volume 16 No. 2, Hal 101-120.
- Asnaldi, A. (2016). Hubungan Pendekatan Latihan Massed Practice Dan Distributed Practice Terhadap Ketepatan Pukulan Lob Pemain Bulutangkis. *Jurnal MensSana*, 1(2), 20. <https://doi.org/10.24036/jm.v1i2.51>
- Asnaldi, A. (2019). Kontribusi Motor Ability Dan Konsentrasi Terhadap Kemampuan Penguasaan Kata Heian Yodan Karateka Lemkari Dojo Angkasa Lanud Padang. *Jurnal MensSana*, 4(1), 17. <https://doi.org/10.24036/jm.v4i1.30>
- Atradinal, A. (2018). Pengaruh Model Latihan Fartlek Terhadap Daya Tahan Aerobik Atlet Sekolah Sepakbola PSTS Tabing. *Sporta Sainatika*, 3(1), 432-441.
- Darmawan, S. (2018). Pengaruh Lingkungan Sekolah, Peran Guru Dan Minat Belajar Siswa Terhadap Motivasi Belajar Penjas Sd Inpres Buttatianang I Makassar. *Jurnal Muara Pendidikan*, 3(2), 103-111.
- Donie, Heru Syarli Lesmana, and Hermanzoni. "Personal Trainer Sebuah Peluang Karir." *Performa* 3.01 (2018): 7-7.

- Ena, Z., & Djami, S. H. (2021). Peranan motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik terhadap minat personel bhabinkamtibmas polres kupang kota. *Among Makarti*, 13(2).
- Emral, E., Putra, A., & Lawanis, H. (2023). *Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dan Konsentrasi Dengan Kemampuan Shooting Ke Gawang Sepakbola Pemain MTSN 4 Kota Padang*. *Jurnal JPDO*, 7(2), 32-40. .
- Haryanto, J., & Welis, W. (2019). *Exercising Interest in the Middle Age Group*. *Jurnal Performa Olahraga*, 4(02), 214-223.
- Hermanzoni, & Aulia, Y.(2018). *Pengaruh Bentuk Latihan Smash Terhadap Kemampuan Smash Pada Atlet Bolavoli M3C Pesisir Selatan*. *Jurnal performa olahraga*, 3(02),139.
- Irfan, Muhammad, dkk.(2019). Pengaruh Penggunaan Media Sosial (Medsos) Secara Positif Terhadap Motivasi Belajar Siswa SD Negeri Perumnas Kecamatan Rapponini Kota Makasar. *Jurnal Publikasi Pendidikan*, 9 (3) : 265.
- Irfan, Muhammad, dkk.(2017). Pengaruh Penggunaan Media Sosial (Medsos) Secara Positif Terhadap Motivasi Belajar Siswa SD Negeri Perumnas Kecamatan Rapponini Kota Makasar. *Jurnal Publikasi Pendidikan*, 9 (3) : 265.
- Kemendikbud. (2022). *Panduan Pembelajaran dan Asesmen*. Jakarta : Badan Standar, Kurikulum, dan Asesmen Pendidikan Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi.
- Nur, M. M, and zalfendi FIK-UNP, "Tinjauan Tingkat Kesegaran Jasmani Pada Siswa Putera Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Gulat Di Smp Negeri 30 Padang", *jm*, vol. 3, no. 1, pp. 67-76, Jun. 2018
- Prasetya, R., & -, A. (2019). *Pembinaan Prestasi Sepakbola*. *Jurnal Patriot*, 1(2), 645- 660.
- Sardiman. (2018). *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Depok: Rajawali Pers
- Sepriadi, S., Hardiansyah, S., & Syampurma, H. (2017). *Perbedaan tingkat kesegaran jasmani berdasarkan status gizi*. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 7(1), 24-34.
- Suralaga, F., 2021, *Psikologi Pendidikan: Implikasi Dalam pembelajaran*, PT Raja Grafindo Persada Rajawali Pers, Depok
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta, CV.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta, CV.
- Sutirna. 2019. *Landasan Kependidikan*. Yogyakarta: CV. Budi Mulia
- Suwirman, S. (2019). *Peningkatan kualitas pelatih pencak silat di kabupaten dharmasraya*. *Jurnal Berkarya Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 1-12.
- 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.
- 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.
- Wijayanto, 2024. Pengaruh Motivasi Siswa Terhadap Keberhasilan Belajar Siswa Sekolah Dasar Kelas 5 pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan SD Muhammadiyah 1 Kesamben. *Prosiding Seminar Nasional IKIP Budi Utomo*. Vol 5. No 1.
- Zulman. FIK-UNP, A. Umar, and A. FIK-UNP, "Hubungan Keseimbangan Dan

*Kelincahan Terhadap Keterampilan Sepak Sila
Pemain Sepaktakraw Smp Negeri 2 Batang
Anai", jm, vol. 3, no. 1, pp. 77-88, Jun. 2018.*