

Motivasi Belajar Peserta Didik Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara

Muhammad Arif Pane¹, Khairuddin², Sri Gusti Handayani³, Berto Apriyano⁴

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

panarif55@gmail.com¹, khairuddin@fik.unp.ac.id², srigustihandayani@fik.unp.ac.id³,

bertoapriyano@fik.unp.ac.id⁴

Doi: <https://doi.org/10.24036/JPDO.9.1.2026.22>

Kata Kunci : Motivasi Belajar, Peserta Didik, Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Abstrak : Penelitian ini dilatarbelakangi karena rendahnya motivasi belajar siswa dan kurangnya kreativitas guru dalam mengajar pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang seharusnya menjadi ruang pembelajaran aktif, menyenangkan, serta menumbuhkan semangat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara jelas dan mendalam motivasi belajar peserta didik kelas VII 1 terhadap pembelajaran olahraga dan kesehatan di SMP Negeri 1 Batang Onang. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif menggunakan angket. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh peserta didik SMP Negeri 1 Batang Onang yang berjumlah 300 peserta didik dengan 32 peserta didik ditetapkan sebagai sampel penelitian yang mewakili keseluruhan. Instrumen penelitian berupa angket, soal tes dan lembar observasi untuk memperoleh data penelitian yang objektif. Data dikumpulkan melalui observasi, Teknik kepustakaan, Teknik Angket, Tes dan Pengukuran. Selanjutnya, data dianalisis dengan menggunakan rumus presentase agar hasil lebih terukur dan dapat dipahami. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara keseluruhan motivasi belajar peserta didik terhadap mata pelajaran PJOK pada kategori tinggi yaitu dengan presentase sebesar 79,12%. Pada faktor intrinsik dengan indikator kesehatan, perhatian dan bakat sebagian besar berada pada kategori tinggi yaitu sebesar 44,83%. Pada faktor ekstrinsik dengan indikator metode belajar, alat pembelajaran dan kondisi lingkungan sebagian besar berada pada kategori sedang sebesar 37,93%.

Keywords : *Motivation to Learn, Learners, Physical Education and Health*

Abstract : *This study was motivated by the low learning motivation of students and the lack of creativity of teachers in teaching PJOK, which should be an active, enjoyable learning space that fosters enthusiasm. This study aims to clearly and thoroughly understand the learning motivation of seventh-grade students toward sports and health education at SMP Negeri 1 Batang Onang. The type of research used is quantitative research with a descriptive method using a questionnaire. The population in this study is all students at SMP Negeri 1 Batang Onang, totaling 300 students, with 32 students selected as the research sample representing the entire population. The research instruments consist of a questionnaire, test questions, and observation sheets to obtain objective research data. Data was collected through observation, literature review, questionnaires, tests, and measurements. The data was then analyzed using percentage formulas to ensure that the results were measurable and understandable. The results of the study showed that overall, student motivation to learn PJOK was high, with a percentage of 79.12%. In terms of intrinsic factors, with indicators of health, attention, and talent, most were in the high category, at 44.83%.*

In terms of extrinsic factors, with indicators of learning methods, learning tools, and environmental conditions, most were in the moderate category, at 37.93%.

PENDAHULUAN

Pendidik mempunyai peran penting dalam proses pembelajaran. Sebagai pendidik harus mempunyai keterampilan untuk menarik perhatian siswa serta memudahkan untuk memahami materi yang disampaikan. PJOK bukan hanya sekedar proses penyampaian materi tetapi mengajarkan nilai-nilai kesehatan dalam tubuh serta cara mempraktekkan yang baik dan benar, karena tujuan PJOK adalah menjadikan manusia yang sehat jasmani dan rohani serta bertakwa kepada allah swt. Pendidik mempunyai peran penting dalam proses pembelajaran.

Menurut Saifuddin dan Bertiaty (2016:8) pembelajaran secara harfiah berarti proses belajar. Martinus dan Bansu (2009:21) menyatakan bahwa pembelajaran tidak diartikan sesuatu yang statis, melainkan suatu konsep yang bisa berkembang seiring dengan tuntutan kebutuhan hasil pendidikan yang berkaitan dengan kemajuan ilmu dan teknologi yang melekat pada wujud pengembangan kualitas sumber daya manusia.

Menurut Khairuddin (2014) Pendidikan jasmani Adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang dilakukan oleh peserta didik untuk tujuan kognitif psikomotorik dan afektif yang juga meliputi kebugaran jasmani.

Menurut Berto Apriyano (2017) Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) dapat dikatakan bahwa pengembangan aspek keterampilan Gerak, pengetahuan Gerak dan sikap merupakan tiga komponen utama dalam pelaksanaan pembelajaran.

Ruang lingkup mata pembelajaran penjasorkes di sekolah meliputi aspek-aspek

seperti permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, aktivitas senam, aktivitas ritmik, aktivitas air, dan pendidikan luar kelas. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan wahana untuk mendidik anak.

Pendidikan jasmani olahraga kesehatan pada hakekatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. (Asnaldi, 2023).

Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan disekolah, tidak hanya mengembangkan ranah jasmani, tetapi peserta didik dituntut untuk memiliki sikap yang positif seperti disiplin, kerja sama, jujur, sportif, berperilaku baik, menaati peraturan, dan ketentuan yang berlaku.

Untuk mencapai tujuan dalam pelaksanaan, maka Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi motivasi siswa. Motivasi berasal dari kata motif.

Menurut Suyono (2015:183) dalam aliran psikodamika dan aliran behaviorisme terinologi motif fan drive (dorongan) lebih dominan digunakan dari pada terminologi motivasi.

Menurut Manuhutu (2015) Motivasi belajar adalah keseluruhan daya penggerak didalam diri siswa atau seseorang yang menimbulkan kegiatan belajar, menjamin kelangsungan dan memberi arah pada kegiatan belajar sehingga tujuan yang dikehendaki dapat tercapai

Motif berarti sebagai daya upaya yang mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu. Pada kenyataannya, motif setiap

orang dalam belajar dapat berbeda satu sama lain. Ada siswa yang rajin belajar karna ingin menambah ilmu pengetahuan, ada pula siswa yang belajar karna takut dimarahi orang tua.

Adanya perbedaan motivasi tersebut dipengaruhi motivasi instristik yang muncul dalam diri sendiri tanpa dipengaruhi oleh sesuatu diluar dirinya.

Motivasi ekstrinstik yang muncul dalam diri seseorang karena adanya pengaruh dari luar seperti guru, orang tua, dan lingkungan sekitar. Seseorang yang motivasinya tinggi akan menampilkan minatnya, perhatian, konsentrasi penuh, ketekunan tinggi, serta berorientasi pada prestasi tanpa mengenal bosan jenuh apalagi menyerah.

Sebaliknya bila siswa yang rendah motivasinya akan terlihat, cepat bosan, dan menghindari dari kegiatan. Kaitannya dengan kegiatan adalah motivasi erat hubungannya dengan aktualisasi diri sehingga motivasi yang paling mewarnai kebutuhan siswa dalam belajar adalah motivasi belajar untuk mencapai prestasi yang tinggi.

Ormrod (2016) berpendapat bahwa motivasi belajar adalah faktor internal yang mendorong individu untuk mencapai tujuan belajar. Schunk dan Greene (2018) motivasi belajar menurut mereka adalah proses dinamis yang melibatkan orientasi siswa terhadap tugas, serta bagaimana mereka mengelola dalam kegiatan belajar.

Motivasi merupakan konsep yang menjelaskan alasan seseorang berperilaku. Motivasi merupakan suatu perubahan energi dalam diri seseorang yang ditandai dengan timbulnya perasaan dan reaksi untuk mencapai tujuan. Motivasi mendorong seseorang melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan yang ingin di capai.

Menurut Sri Gusti Handayani dkk (2023-8), Proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dapat dipengaruhi oleh

perkembangan siswa yang tidak sama, di samping karakteristik lain yang melekat pada diri siswa, seperti aspek latar belakang meliputi jenis kelamin siswa, tempat kelahiran dan tempat tinggal siswa, dari keluarga mana siswa berasal dan lain sebagainya.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat diuraikan bahwa motivasi belajar adalah kesanggupan untuk melakukan kegiatan belajar karena didorong oleh keinginannya untuk memenuhi kebutuhan dari dalam dirinya atau dari luar, guna mencapai tujuan dalam rangka merubah tingkah laku individu.

Hal tersebut dilakukan dengan kesungguhan hati dan terus menerus dalam rangka mencapai tujuan.

Menurut Khairani (2017:249) menyatakan bahwa perilaku berprestasi seseorang itu hakikatnya ditentukan oleh keinginannya untuk mencapai tujuan.

Apabila terdapat dua anak didik yang memiliki kemampuan yang sama dan memberikan peluang serta kondisi yang sama untuk mencapai tujuan, kinerja, dan hasil yang dicapai oleh anak didik yang termotivasi akan menentukan tingkat berhasil atau gagalnya kegiatan belajar mengajar peserta didik.

Proses pembelajaran yang kurang kondusif menyebabkan rendahnya motivasi belajar peserta didik pada mata pelajaran PJOK. kurangnya motivasi belajar peserta didik disebabkan kurang efektifnya pendidik dalam menyampaikan materi.

Berdasarkan observasi penulis di sekolah smp negeri 1 batang onang, tanggal 27 Mei 2024, dalam proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, informasi dari guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Juang Ananta Tanjung, S.Pd, seluruh peserta didik kelas VII 1 yang berjumlah 32 siswa.

Peserta didik kurang aktif dalam mengikuti pembelajaran olahraga, penjelasan

guru yang bersifat lisan menyebabkan mereka semakin tidak mengerti akan materi pelajaran dan sering kali mengakibatkan kebosanan pada siswa, sehingga motivasi belajar peserta didik pada mata pelajaran pjok nya masih rendah.

Kurangnya alat sehingga dalam melakukan proses pembelajaran peserta didik tidak begitu tertarik atau pun tidak dapat merasakan bagaimana bentuk melakukan kegiatan-kegiatan olahraga, dan juga kurangnya variasi dalam aktivitas pembelajaran olahraga oleh para pendidik atau guru disekolah.

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif yang memberikan gambaran tentang objek yang diteliti, metode yang digunakan adalah metode deskriptif dengan jenis survei dengan menggunakan angket sebagai instrumennya.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik smp negeri 1 batang onang yang berjumlah 300 peserta didik dengan sampel kelas VII 1 yang berjumlah 29 orang.

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang diterapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. (Sugiyono, 2010: 90).

Sedangkan sampel menurut Sujarweni (2014:65) sampel adalah bagian dari sejumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi yang digunakan untuk penelitian tersebut.

Instrumen penelitian dapat berupa angket, soal tes, lembar observasi, dan sejenisnya. Menurut Arikunto (2006: 151) angket adalah sebuah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi

dari responden dalam arti laporan pribadi tentang pribadinya, dan hal-hal yang diketahuinya dan dijawab secara tertulis pula oleh responden.

Data dikumpulkan melalui observasi, Teknik kepustakaan, Teknik Angket, Tes dan Pengukuran. Data dianalisis dengan menggunakan rumus presentase. Adapun kriteria masing-masing presentase yang diperoleh sesuai dengan apa yang dikemukakan oleh Arikunto (2010: 110) yaitu:

Tabel 1. Kriteria Penelitian

No	Persentase	Kriteria
1	81%-100%	Sangat tinggi
2	61%-80%	Tinggi
3	41%-60%	Cukup tinggi
4	21%-40%	Rendah
5	0%-20%	Sangat rendah

Sumber: Arikunto (2010:110)

HASIL

1. Faktor Intrinsik

Faktor internal motivasi belajar peserta didik terhadap pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dalam penelitian ini meliputi kesehatan, perhatian dan bakat siswa SMP Negeri 1 Batang Onang.

Faktor internal siswa dalam pembelajaran pendidikan dan jasmani diukur dengan angket berjumlah 20 butir pernyataan dengan skor 1-5 pada angket nomor butir 1-20. Sehingga di peroleh rentang skor 20-100.

Dari hasil penelitian faktor internal diperoleh hasil skor minimum sebesar = 54, skor maksimum sebesar = 100, rata-rata sebesar= 79,79, median sebesar = 78 dan *standar deviasi* sebesar = 11,34. Jadi faktor internal ini juga sangat berpengaruh terhadap motivasi belajar peserta didik di kelas.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Angket Penelitian Faktor Eksternal SMP Negeri 1 Batang Onang

No	Kategori	Rumus Kategori	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)
1	Sangat Rendah	$<M-1,5*SD$	2	6.90%
2	Rendah	$(M-1,5*SD)$ sd $(M-0,5*SD)$	5	17.24%
3	Sedang	$(M-0,5*SD)$ sd $(M+0,5*SD)$	13	44.83%
4	Tinggi	$M+0,5*SD)$ sd $(M+1,5*SD)$	6	20.69%
5	Sangat Tinggi	$>M+1,5*SD$	3	10.34%
Jumlah			29	100%

Sumber: Data Hasil Penelitian

Dari keseluruhan sampel berjumlah 29 orang untuk motivasi belajar peserta didik dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada factor internal, kelas interval dengan kategori sangat rendah berjumlah 2 orang dengan presentasi 6,90%, kelas interval dengan kategori rendah berjumlah 5 orang dengan presentasi 17,4%.

kelas interval dengan kategori sedang berjumlah 13 orang dengan presentasi 44,83%, kelas interval dengan kategori tinggi berjumlah 6 orang dengan presentasi 20,69%, dan yang terakhir kelas interval dengan kategori sangat tinggi berjumlah 3 orang dengan presentasi 10,34%.

2. Faktor Eksternik

Faktor eksternal motivasi belajar peserta didik dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dalam penelitian ini meliputi metode belajar, alat pembelajaran dan kondisi lingkungan siswa SMP Negeri 1 Batang Onang.

Faktor eksternal siswa dalam pembelajaran pendidikan dan jasmani diukur dengan

angket berjumlah 14 butir pernyataan dengan skor 1-5 pada angket nomor butir 21-34. Sehingga di peroleh rentang skor 14-70.

Dari hasil penelitian faktor internal diperoleh hasil skor minimum sebesar = 40, skor maksimum sebesar = 70, rata-rata sebesar = 54,72, median sebesar = 53 dan standar deviasi sebesar = 7,69.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Angket Penelitian Internal SMP Negeri 1 Batang Onang

No	Kategori	Rumus Kategori	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)
1	Sangat Rendah	$<M-1,5*SD$	3	10.34%
2	Rendah	$(M-1,5*SD)$ sd $(M-0,5*SD)$	5	17.24%
3	Sedang	$(M-0,5*SD)$ sd $(M+0,5*SD)$	11	37.93%
4	Tinggi	$(M+0,5*SD)$ sd $(M+1,5*SD)$	8	27.59%
5	Sangat Tinggi	$>M+1,5*SD$	2	6.90%
Jumlah			29	100%

Sumber: Data Hasil Penelitian

Dari keseluruhan sampel berjumlah 29 orang untuk motivasi belajar peserta didik terhadap pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada factor external, kelas interval dengan kategori sangat rendah berjumlah 3 orang dengan presentasi 10,34%, kelas interval dengan kategori rendah berjumlah 5 orang dengan presentasi 17,4%.

Kelas interval dengan kategori sedang berjumlah 11 orang dengan presentasi 37,93%, kelas interval dengan kategori tinggi berjumlah 8 orang dengan presentasi 27,59%, dan yang terakhir kelas interval dengan kategori sangat tinggi berjumlah 2 orang dengan presentasi 6,90%.

PEMBAHASAN

1. Gambaran umum Motivasi Belajar Peserta Didik dalam Pembelajaran PJOK

Motivasi belajar peserta didik dalam pembelajaran PJOK di SMP Negeri 1 Batang Onang menunjukkan hasil yang beragam. Secara keseluruhan, motivasi peserta didik berada pada kategori sedang dengan persentase 79,12%.

Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar peserta didik memiliki dorongan yang cukup untuk mengikuti pembelajaran PJOK, namun masih terdapat ruang untuk peningkatan.

Berdasarkan data yang diperoleh 6,90% peserta didik memiliki motivasi sangat rendah dengan jumlah 2 orang, kemudian kategori rendah 13,79% dengan jumlah 4 orang, kemudian motivasi sedang 48,28% dengan jumlah 14 orang, kemudian motivasi tinggi 27,59% dengan jumlah 8 orang sementara 3,45% memiliki motivasi sangat tinggi dengan jumlah 1 orang.

Hasil ini memberikan gambaran bahwa meskipun pembelajaran PJOK merupakan mata pelajaran yang melibatkan aktivitas fisik dan umumnya disukai oleh peserta didik, namun tidak semua peserta didik memiliki motivasi yang sama tingginya.

Hal ini sejalan dengan pendapat Sardiman (2016) yang menyatakan bahwa motivasi belajar dapat bervariasi pada setiap individu tergantung pada faktor internal dan eksternal yang mempengaruhinya.

2. Analisis Faktor Intrinsik Motivasi Belajar

Faktor intrinsik adalah factor yang mempengaruhi dari dalam diri peserta didik. Adapun factor intrinsic ini adalah kesehatan, perhatian, bakat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa minat dan ketertarikan

siswa terhadap pembelajaran PJOK menunjukkan kecenderungan positif.

Sebanyak 29 siswa menyatakan memiliki ketertarikan terhadap materi-materi dalam pembelajaran PJOK. Hal ini terlihat dari antusiasme siswa dalam mengikuti berbagai aktivitas praktik seperti permainan bola besar, atletik, dan senam. Ketertarikan ini merupakan modal penting dalam membentuk motivasi belajar.

Temuan ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Djamarah (2015) bahwa minat merupakan kecenderungan yang menetap untuk memperhatikan dan mengenang beberapa aktivitas. Minat yang tinggi terhadap pembelajaran PJOK akan mendorong siswa untuk lebih aktif dalam mengikuti pembelajaran PJOK.

Berdasarkan hasil analisis data, keinginan untuk berprestasi dalam bidang PJOK menunjukkan hasil yang cukup baik dengan persentase 29 siswa. Sebagian siswa memiliki dorongan untuk unggul dalam keterampilan olahraga tertentu dan berambisi untuk dapat mewakili sekolah dalam berbagai kompetisi olahraga.

Hal ini menjadi salah satu pendorong kuat bagi mereka untuk lebih giat berlatih dan mengikuti pembelajaran PJOK dengan serius.

Salah satu temuan menarik dari penelitian ini adalah tingginya kesadaran siswa akan manfaat kesehatan dari aktivitas fisik yang dilakukan dalam pembelajaran PJOK. Sebanyak 29 siswa menyadari pentingnya aktivitas fisik untuk menjaga kebugaran dan kesehatan tubuh.

Kesadaran ini menjadi faktor intrinsik yang kuat dalam memotivasi siswa untuk aktif berpartisipasi dalam pembelajaran PJOK. Hasil ini menunjukkan bahwa upaya guru PJOK dan pihak sekolah dalam memberikan pemahaman tentang pentingnya

aktivitas fisik bagi kesehatan telah memberikan dampak positif.

Siswa tidak hanya melihat PJOK sebagai mata pelajaran biasa, tetapi juga sebagai sarana untuk menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh mereka

3. Analisis Faktor Ekstrinsik Motivasi Belajar

Faktor ekstrinsik adalah factor yang mempengaruhi dari luar diri peserta didik. Adapun factor intrinsic ini adalah peran guru, metode belajar, alat pembelajaran dan kondisi lingkungan.

Guru PJOK memiliki peran yang sangat signifikan dalam membentuk motivasi belajar siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa metode mengajar, kemampuan guru dalam mendemonstrasikan gerakan, serta kepribadian guru mempengaruhi motivasi siswa.

Guru yang mampu menciptakan suasana pembelajaran yang menyenangkan, variatif, dan tidak monoton lebih berhasil dalam membangkitkan motivasi siswa.

Temuan ini menegaskan pentingnya kompetensi pedagogik dan profesional guru PJOK sebagaimana yang diungkapkan oleh Suryobroto (2018) bahwa guru PJOK yang efektif adalah guru yang mampu mengembangkan lingkungan belajar yang mendukung dan memotivasi siswa untuk aktif berpartisipasi.

Kreativitas guru dalam merancang aktivitas pembelajaran menjadi kunci keberhasilan dalam membangun motivasi belajar.

Sarana dan prasarana pembelajaran PJOK di SMP Negeri 1 Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara tergolong dalam kategori cukup memadai, dengan persentase kelengkapan. Meski demikian, kondisi ini ternyata berpengaruh terhadap motivasi belajar siswa.

Keterbatasan jumlah alat dan sarana olahraga menyebabkan siswa harus bergantian dalam menggunakannya, sehingga mengurangi intensitas dan waktu aktif mereka dalam pembelajaran.

Pengaruh sarana dan prasarana terhadap motivasi belajar ini sesuai dengan penelitian Husdarta (2014) yang menyatakan bahwa ketersediaan sarana dan prasarana yang memadai akan menciptakan pembelajaran yang lebih efektif dan menyenangkan, sehingga meningkatkan motivasi siswa.

Keterbatasan sarana dan prasarana menjadi tantangan tersendiri bagi guru PJOK untuk tetap menciptakan pembelajaran yang menarik dan memotivasi. lingkungan sosial yang mencakup dukungan dari teman sebaya, orang tua, dan kebijakan sekolah juga mempengaruhi motivasi belajar siswa dalam pembelajaran PJOK.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan dari teman sebaya memiliki pengaruh yang cukup besar. Siswa cenderung lebih termotivasi ketika mendapat dukungan dan semangat dari teman sekelas mereka.

Dukungan orang tua dalam bentuk penyediaan perlengkapan olahraga dan izin untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga juga memberikan kontribusi positif terhadap motivasi belajar.

Sementara itu, kebijakan sekolah yang memberikan apresiasi terhadap prestasi olahraga dan mengalokasikan waktu yang cukup untuk kegiatan PJOK turut mendorong motivasi siswa.

Faktor yang tidak kalah penting adalah kondisi geografis dan iklim di Kabupaten Padang Lawas Utara. Dengan iklim yang cenderung panas di siang hari, pembelajaran PJOK yang dilaksanakan pada jam-jam tersebut seringkali mengurangi motivasi siswa karena faktor kelelahan dan ketidaknyamanan.

Siswa mengakui bahwa kondisi cuaca mempengaruhi semangat mereka dalam mengikuti pembelajaran PJOK. Kondisi geografis berupa area sekolah yang berbukit dan tidak rata juga menjadi tantangan tersendiri dalam pelaksanaan beberapa materi pembelajaran PJOK yang membutuhkan area datar dan luas.

Hal ini mengharuskan guru untuk adaptif dalam menentukan lokasi dan jenis aktivitas yang sesuai dengan kondisi tersebut.

4. Upaya Peningkatan Motivasi Belajar Dalam Pembelajaran PJOK

Berdasarkan analisis terhadap faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi belajar siswa, beberapa upaya dapat dilakukan untuk meningkatkan motivasi belajar dalam pembelajaran PJOK di SMP Negeri 1 Batang Onang.

Pengembangan variasi metode pembelajaran dapat dilakukan dengan mengintegrasikan unsur permainan, kompetisi, dan tantangan dalam setiap aktivitas pembelajaran. Metode pembelajaran yang bervariasi akan mencegah kebosanan dan mempertahankan minat siswa.

Penerapan model-model pembelajaran inovatif seperti Teaching Games for Understanding (TGfU), Sport Education Model (SEM), dan Cooperative Learning dalam PJOK perlu ditingkatkan.

Kemudian Meskipun terdapat keterbatasan sarana dan prasarana, optimalisasi penggunaan fasilitas yang ada dapat dilakukan melalui modifikasi alat, pengaturan jadwal penggunaan, dan pemeliharaan yang baik.

Kreativitas guru dalam memodifikasi peralatan sederhana untuk digunakan dalam pembelajaran PJOK akan sangat membantu mengatasi keterbatasan sarana.

Sejalan dengan itu Kolaborasi antara guru, orang tua, dan pihak sekolah perlu

ditingkatkan untuk menciptakan lingkungan yang mendukung partisipasi siswa dalam aktivitas fisik.

Program-program seperti "Hari Olahraga Keluarga" atau "Pekan Olahraga Sekolah" dapat menjadi sarana untuk memperkuat dukungan sosial terhadap aktivitas fisik dan pembelajaran PJOK.

Untuk mengatasi tantangan terkait kondisi iklim, penyesuaian waktu pembelajaran PJOK dapat dilakukan dengan memindahkan jadwal ke pagi hari yang relatif lebih sejuk. Hal ini akan mengurangi ketidaknyamanan akibat cuaca panas dan meningkatkan partisipasi aktif siswa.

Upaya yang terakhir adalah dengan menerapkan pendekatan diferensiasi pembelajaran yang memperhatikan perbedaan jenis kelamin, tingkat kemampuan, dan minat siswa akan membantu mengakomodasi kebutuhan dan preferensi yang beragam. Dan meningkatkan motivasi belajar siswa.

KESIMPULAN

Motivasi belajar peserta didik dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMP Negeri 1 Batang Onang secara keseluruhan berada pada kategori tinggi yaitu dengan presentase sebesar 79,12%.

Motivasi belajar peserta didik dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMP Negeri 1 Batang Onang sebagian besar berada pada kategori berdasarkan faktor intrinsik dengan indikator kesehatan, perhatian dan bakat sebagian besar berda pada kategori tinggi yaitu sebesar 44,83%

Motivasi belajar peserta didik dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMP Negeri 1 Batang Onang sebagian besar berada pada kategori berdasarkan faktor ekstrinsik dengan

indikator metode belajar, alat pembelajaran dan kondisi lingkungan sebagian besar berada pada kategori sedang sebesar 37,93%

Karena setelah waktu saya observasi ke SMP Negeri 1 Batang Onang kurangnya perhatian guru terhadap siswa pada saat mata Pelajaran PJOK serta kurangnya juga kreativitas guru dalam mengajarkan pembelajaran PJOK.

Fasilitas sarana prasarana di sekolah itu juga kurang memadai contohnya lapangan cuma ada 1 lapangan bola yang tidak layak pakai dan area sekolah juga sangat sempit serta alat-alat olahraga masih banyak yang kekurangan.

Peserta didik harusnya mendapat pembelajaran yang lebih baik lagi kedepannya, guna meningkatkan motivasi belajar mereka dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dan guru lebih antusias dalam mengajar kepada peserta didik khususnya di SMP Negeri 1 Batang Onang.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriyano, B. (2017). Kontribusi Kebugaran Jasmani Terhadap Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan (Penjasorkes) pada Pelajar SMP Pertiwi Siteba Padang. *Jurnal Mens, Sana*, 2(2), 19-26.
- Arie Asnaldi, Yessi, and Hendri Neldi. (2023) Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Dasar. *Jurnal JPDO*, 6(1), 53-58.
- Arikunto, S. (2006). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Djamarah, Syaiful Bahri. (2015). *Psikologi Belajar*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Handayani, S. G., Jonni, J., & Pitnawati, P. (2022). Pengembangan Media Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Berbasis Video Pada Materi Senam Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Batang Anai. *Jurnal JPDO*, 5(12), 94-99.
- Husdarta (2014) *Psikologi Olahraga*. Bandung: Alfabeta.
- Khairani, Makmum. 2017. *Psikologi Belajar*. Yogyakarta: Aswaja Pressindo.
- Khairuddin, K. 2014. The influence of modified games and conventional learning models on the physical fitness of junior high school students. *Asian Social Science*, 10(5), 136.
- Manuhutu, S. (2015). Analisis motivasi belajar internal siswa program akselerasi kelas VIII SMP Negeri 6 Ambon. *PROMOSI: Jurnal Program Studi Pendidikan Ekonomi (e-Journal)*, 3(1).
- Martinus, Bansu. (2009). *Taktik Mengembangkan Kemampuan Individual Siswa*. Ciputat: GP. Press Group
- Ormrod, J. E. (2016). Teaching across rather than within theories of learning: a "big ideas" approach to organizing educational psychology courses. *Chall. Innov. Educ. Psychol. Teach. Learn*, 3-14.
- Sardiman. (2016). *Interaksi & Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rajawali Pers

- Saefuddin, Berdiati. (2016). *Pembelajaran Efektif*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Schunk, D. H., & Zimmerman, B. (Eds.). (2011). *Handbook of self-regulation of learning and performance*. Taylor & Francis.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Administrasi*. Bandung : Alfabeta
- Sujarweni, Wiratna. (2014). *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press
- Suryobroto (2018). *Proses Belajar Mengajar di Sekolah*. Bandung: Rineka Cipta.
- Suyono. (2015). *Implementasi Belajar dan Pembelajaran*. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya
- Suyono. 2015. *Implementasi Belajar dan Pembelajaran*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.