

Studi Tentang Minat Belajar Peserta Didik Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Lubuk Sikaping

Fitri Ramadhani¹, Syahrastani², Kamal Firdaus³, Berto Apriyano⁴

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

ftrramadhani96@com, syahrastani@fik.unp.ac.id, dr.kamalfirdaus@gmail.com, bertoapriyano@fik.unp.ac.id

Doi <https://doi.org/10.24036/IPDO>.

Kata kunci : Minat, Belajar, PJOK

Abstrak : Masalah dalam penelitian ini adalah belum diketahui minat siswa dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMA Negeri 2 Lubuk Sikaping. Minat siswa dapat dipengaruhi oleh sikap, keinginan, ketekunan dan dorongan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui minat siswa dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMA Negeri 2 Lubuk Sikaping. Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 2 Lubuk Sikaping, dalam penelitian ini menggunakan metode survei, populasi yang digunakan yaitu seluruh siswa SMA Negeri 2 Lubuk Sikaping, sampel yang diambil siswa kelas X yaitu 60 orang siswa dan teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu purposive sampling, teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan angket untuk mengetahui minat siswa dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMA Negeri 2 Lubuk Sikaping. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan maka dapat di simpulkan bahwa minat siswa dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMA Negeri 2 Lubuk Sikaping 22% berada pada kategori Sangat Tinggi, 28% berada pada kategori Tinggi, 27% pada kategori Sedang, 17% berada pada kategori rendah, 7% berada pada kategori sangat rendah.

Keywords : *Interest, Learning, Physical Education*

Abstract : *The problem in this study is that students' interest in participating in Physical Education, Sports, and Health learning at SMA Negeri 2 Lubuk Sikaping is still unknown. Student interest can be influenced by attitudes, desires, persistence, and motivation. This study aims to determine students' interest in participating in Physical Education, Sports, and Health learning at SMA Negeri 2 Lubuk Sikaping. This research is a descriptive quantitative study conducted at SMA Negeri 2 Lubuk Sikaping. The method used is a survey method. The population consists of all students at SMA Negeri 2 Lubuk Sikaping, and the sample consists of 60 tenth-grade students selected using purposive sampling. The data collection technique used in this study is a questionnaire to measure students' interest in participating in Physical Education, Sports, and Health learning at SMA Negeri 2 Lubuk Sikaping. The data analysis technique used is descriptive analysis. Based on the results of the study, it can be concluded that students' interest in participating in Physical Education, Sports, and Health learning at SMA Negeri 2 Lubuk Sikaping is categorized as follows: 22% in the Very High category, 28% in the High category, 27% in the Medium category, 17% in the Low category, and 7% in the Very Low category.*

PENDAHULUAN

Pendidikan yang baik dan bermutu sesuai dengan tujuan pendidikan nasional. Pada Undang-Undang (UU) Nomor 23 tahun 2022 tentang Pendidikan dan layanan psikologi, yang merupakan peraturan terkait bidang Pendidikan, peraturan Menteri Pendidikan, kebudayaan, riset dan teknologi (Permendikbudristek) Tahun 2022.

Namun dalam hal ini peserta didik yang telah mendapat pembelajaran penjasorkes yang diberikan guru akan dapat memahami dan menerapkan kesadaran hidup sehat dan meningkatkan potensi fisik serta mempunyai sikap sportifitas yang tinggi (Asnaldi, 2019).

Menurut Firdaus, K. (2011). Olahraga pendidikan merupakan bagian integral dari pendidikan yang dilaksanakan baik pada jalur formal maupun nonformal melalui kegiatan intra dan atau ekstrakurikuler.

Pendidikan jasmani dan kesehatan merupakan mata pelajaran yang penting, karena membantu mengembangkan peserta didik sebagai individu dan makhluk sosial agar tumbuh dan berkembang secara wajar. Ini dikarenakan pelaksanaan dalam pendidikan jasmani mengutamakan aktivitas jasmani khususnya olahraga dan kebiasaan.

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (PJOK) merupakan bagian penting dari sistem pendidikan nasional yang memiliki peran dalam pengembangan aspek fisik, mental dan social peserta didik (Syahrastani, 2010). Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK).

Menurut Apriyano, B. (2017). Pendidikan jasmani di sekolah perlu ditumbuhkembangkan, sehingga peserta didik tidak hanya sehat jasmani dan rohani, akan tetapi lebih dari itu pelajar dapat menyalurkan dan mengembangkan minat

dan bakat setiap cabang olahraga yang ada pada dirinya.

Minat adalah suatu instrument mental yang terdiri dari campuran emosi, ketakutan, rasa harap, pendidikan atau dorongan lain yang menggerakkan manusia ke pilihan tertentu (Salelenggu, 2020).

Minat besar pengaruhnya terhadap belajar, karena bila bahan pelajaran yang dipelajari tidak sesuai dengan minat siswa putra dan putri, siswa putra dan putri tidak akan belajar dengan sebaik-baiknya, karena tidak ada daya tarik baginya terhadap pelajaran tersebut.

Menurut Ahmadi (dalam Dahrial 2021) "Minat adalah sikap jiwa orang seorang termasuk ketiga fungsi jiwanya (kognisi, konasi, dan emosi), yang tertuju pada sesuatu dan dalam hubungan itu unsur perasaan yang kuat".

Menurut Slameto (dalam Dahrial 2020), "minat adalah kecenderungan yang tetap untuk memperhatikan dan mengenang beberapa kegiatan". Sedangkan menurut Djaali (dalam Dahrial 2021) "minat adalah rasa lebih suka dan rasa ketertarikan pada suatu hal atau aktivitas, tanpa ada yang menyuruh".

minat belajar siswa sangat dibutuhkan dalam pembelajaran, agar siswa tersebut mempunyai ketertarikan terhadap materi yang diajarkan. Minat memegang peranan penting dalam segala hal, karena dengan adanya minat seorang anak aka lebih bersemangat dalam melakukan sesuatu tanpa merasa adanya paksaan.

Marleni (dalam Alief Viqron Syamil, 2021) menyatakan bahwa ada dua faktor yang mempengaruhi minat sebagai berikut: faktor internal dan faktor eksternal, faktor internal yang dipengaruhi minat belajar pada siswa, sedangkan faktor internal rasa keingintahuan

terhadap obyek yang mendorong siswa untuk memperhatikannya.

Dengan demikian perasaan ini perlu dilatih agar siswa selalu memperhatikan topik yang diberikan. Contoh dari faktor eksternal antara lain adalah faktor sekolah dan faktor keluarga. Dalam proses pembelajaran tugas dari seorang guru adalah mendidik siswa agar menjadi pribadi yang dapat bergaul dengan harmonis sebagai kodrat manusia.

Budiyarti (dalam Suaib Nur dkk., 2021) menyatakan minat dibagi menjadi dua, yaitu yang bersumber dari dalam diri (faktor internal) berasal dari luar (faktor eksternal). Faktor internal terdiri atas niat, rajin, motivasi, dan perhatian. Faktor eksternal terdiri atas keluarga, guru dan fasilitas sekolah, teman sepergaulan, media massa.

Berdasarkan observasi awal di SMA Negeri 2 Lubuk Sikaping diperoleh data hasil belajar siswa pada mata Pelajaran PJOK. Terlihat bahwa minat peserta didik dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani masih rendah, ini terlihat dari nilai-nilai peserta didik masih rendah yaitu 70%.

Pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih.

Menurut Resty Gustiawati (2015:78) Pendidikan jasmani juga mengembangkan nilai pendidikan, sebab tujuan yang ingin dicapai selaras dengan tujuan pendidikan pada umumnya. Karena itu, pelaksanaannya pun selalu memperhatikan praktik-praktik yang bersifat mendidik.

Menurut Apriyano (2022) menyatakan bahwa Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) adalah suatu upaya

pendidikan melalui penggunaan aktivitas otot-otot besar agar proses pendidikan yang berlangsung setidaknya tidak terhambat oleh masalah kesehatan dan pertumbuhan tubuh.

Peranan kebugaran jasmani yang sangat penting bagi siswa yaitu dapat dilihat ketika siswa memiliki kebugaran jasmani yang baik, maka akan dapat membantu siswa tersebut dalam menghadapi proses pembelajaran dengan penuh semangat tanpa merasa capek dan lelah (Ikram, F., & Firdaus, K. (2020).

Kebugaran jasmani meliputi: kesehatan yang baik, kekuatan, kelincahan, daya tahan otot, kecepatan, keseimbangan, kelentukan, koordinasi, daya tahan kardiorespirasi, berat badan yang sesuai, keterampilan motorik kasar, dan ketangkasan neuromuscular (Apriyano et al., 2020, 2022).

Sama halnya dengan (Mustafa, 2022) Pendidikan jasmani diajarkan karena untuk membentuk pertumbuhan dan perkembangan siswa secara optimal dari aspek pengetahuan, keterampilan, dan sikap.

Olahraga dapat diartikan sebagai suatu kegiatan menggerakkan seluruh atau sebagian tubuh baik untuk kesehatan maupun hiburan.

Menurut (Yildiz, 2012) "olahraga membantu individu menjaga kesehatan fisik dan mental mereka dan menjadi sumber kesenangan dan hiburan. Dari hal inilah bahwa dengan melakukan aktivitas fisik atau dengan kita berolahraga akan memberikan berbagai manfaat bagi tubuh kita".

Asnaldi (2016) juga menyebutkan bahwa olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis yang mendorong, membina serta mengembangkan potensi jasmani, rohani dan sosial.

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).

Daolas Hartmann, Christina Kwauk (2011) Mengatakan pada dasarnya "olahraga Adalah tentang partisipasi. Olahraga menyatukan individu dan komunitas, menyoroti kesamaan dan menjembatani perbedaan budaya dan etis. Olahraga untuk belajar keterampilan seperti disiplin, kepercayaan diri, dan kepemimpinan.

Selain itu, olahraga memberikan stres fisik "akut" yang melatih sistem saraf untuk lebih cepat kembali ke kondisi rileks setelah mengalami tekanan (Rimmele et al., 2009).Aktivitas olahraga merupakan bagian yang sangat penting yang dilakukan manusia dalam membentuk tubuh dan jiwa yang baik (Syahrastani, 2022).

Syahrastani (2022) menyebutkan bahwa Olahraga telah berkembang dengan pesat hingga mampu memberikan kontribusi yang sangat positif bagi masyarakat luas, khususnya di bidang kesehatan.Hal ini berarti aktivitas olahraga dapat memberikan kontribusi terhadap kesehatan mental seseorang.

Beberapa defenisi tentang kesehatan telah diungkapkan oleh para ahli. Pendapat Santoso (2012) mengatakan bahwa kesehatan adalah keadaan seimbang yang dinamis, dipengaruhi faktor genetik, lingkungan dan pola hidup sehari-hari seperti makan, minum, seks, kerja, istirahat, hingga pengelolaan kehidupan emosional.

Rusaknya status kesehatan disebabkan karena keadaan keseimbangan yang terganggu, tetapi banyak kerusakan pada periode-periode awal bukanlah kerusakan yang serius jika orang mau menyadarinya.

Kesehatan merupakan faktor utama yang dapat mempengaruhi kebugaran dan fungsi kerja tubuh, serta harta yang paling berharga

yang tidak ternilai. Oleh karena itu setiap orang tentu mendambakan hidup sehat bahagia dan ingin selalu tampak sehat, bugar, penampilan yang bagus dan awet muda, tidak lekas keriput karena menua.

Hal tersebut dapat dirasakan apabila kita pernah mengalami sakit. Olahraga dan kesehatan merupakan kebutuhan bagi setiap orang, karena semua orang pasti ingin sehat, tidak seorang pun yang ingin sakit atau terganggu kesehatannya.

Menurut Soudan Everett dalam Arma Abdullah (1994: 23) tujuan olahraga adalah sebagai berikut: Memelihara kesehatan dan kondisi jasmani yang baik, memperoleh kesenangan dan kegembiraan, memperoleh kepercayaan diri, memperoleh latihan teratur, membentuk kebiasaan menggunakan waktu untuk aktivitas yang menyenangkan.

METODE

Berdasarkan permasalahan di atas maka jenis metode penelitian ini Adalah deskriptif menurut Arikunto (2019) penelitian deskriptif Adalah penelitian yang dimaksud untuk menyelidiki keadaan, kondisi atau hal lain-lainnya yang sudah disebutkan yang hasilnya dipaparkan dalam bentuk laporan penelitian.

Dalam penelitian ini akan menggambarkan "Studi Tentang Minat Belajar Peserta Didik Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Lubuk Sikaping".

Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 2 Lubuk Sikaping Kabupaten Pasaman. Penelitian ini direncanakan akan dilakukan September sampai Oktober 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik di SMA Negeri 2 Lubuk Sikaping Kecamatan Lubuk Sikaping yang berjumlah 726 orang.

Teknik penarikan sampel dalam

penelitian ini dilakukan dengan *purposive sampling*, yaitu teknik pengambilan dengan menentukan kriteria-kriteria tertentu (Sugiyono, 2019). Dan sampel yang diambil untuk penelitian ini adalah sebanyak 60 orang siswa SMA Negeri 2 Lubuk Sikaping.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan teknik survei dengan menggunakan kuesioner atau angket.

(Hartono, 2018) Kuesioner adalah teknik pengumpulan data yang melibatkan pemberian serangkaian pertanyaan tertulis kepada responden untuk dijawab.

Teknik ini banyak digunakan dalam penelitian karena memungkinkan pengumpulan data dari banyak responden dengan waktu dan biaya yang lebih efisien.

Model analisis yang digunakan untuk menemukan jawaban dari tujuan peneliti ini adalah analisis deskriptif kuantitatif.

HASIL

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode survei, sehingga dalam penelitian ini tidak memerlukan hipotesis. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui minat siswa dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMA Negeri 2 Lubuk Sikaping.

1. Deskripsi Data Minat Siswa Ditinjau Dari Seluruh Indikator yang Mempengaruhinya

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Dan Hasil Keseluruhan Minat Siswa

Interval	Kategori	Fa	Fr (%)
136 - 146	Sangat Tinggi	13	22%
125 - 135	Tinggi	17	28%
114 - 124	Sedang	16	27%
103 - 113	Rendah	10	17%
92 - 102	Sangat Rendah	4	7%
Total		60	100%

Sumber : Hasil Penelitian

Dari Tabel di atas minat siswa dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan Kesehatan di SMA Negeri 2 Lubuk Sikaping diperoleh sebanyak 13 siswa (22%) berada pada kelas interval 136 - 146 kategori sangat tinggi, sebanyak 17 siswa (28%) berada pada kelas interval 125 - 135 kategori tinggi,

Sebanyak 16 siswa (27%) berada pada kelas interval 114 - 124 kategori sedang, sebanyak 10 siswa (17%) berada pada kelas interval 103 - 113 kategori rendah, dan 4 siswa (7%) berada pada kelas interval 92 - 102 kategori sangat rendah.

2. Deskripsi Data Minat Siswa Berdasarkan Aspek Sikap

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Dan Hasil Berdasarkan Aspek Sikap

Interval	Kategori	Fa	Fr (%)
63 - 69	Sangat Tinggi	18	30%
58 - 62	Tinggi	17	28%
53 - 57	Sedang	16	27%
48 - 52	Rendah	5	8%
43 - 47	Sangat Rendah	4	7%
Total		60	100%

Sumber : Hasil Penelitian

Dari Tabel di atas minat siswa dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan Kesehatan di SMA Negeri 2 Lubuk Sikaping diperoleh sebanyak 18 siswa (30%) berada pada kelas interval 63 - 69 kategori sangat tinggi, sebanyak 17 siswa (28%) berada pada kelas interval 58 - 62 kategori tinggi,

Sebanyak 16 siswa (27%) berada pada kelas interval 53 - 57 kategori sedang, sebanyak 5 siswa (8%) berada pada kelas interval 48 - 52 kategori rendah, dan 4 siswa (7%) berada pada kelas interval 43 - 47 kategori sangat rendah.



Gambar 1. Penjelasan Mengenai Pengisian Angket

Sumber : Hasil Penelitian

3. Deskripsi Data Minat Siswa Berdasarkan Aspek Keinginan

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Dan Hasil Berdasarkan Aspek Keinginan

Interval	Kategori	Fa	Fr (%)
30 – 35	Sangat Tinggi	18	30%
27 – 29	Tinggi	20	33%
24 – 26	Sedang	16	27%
21 - 23	Rendah	5	8%
18 - 20	Sangat Rendah	1	2%
Total		60	100%

Sumber : Hasil Penelitian

Dari Tabel di atas minat siswa dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan Kesehatan di SMA Negeri 2 Lubuk Sikaping diperoleh sebanyak 18 siswa (30%) berada pada kelas interval 30 - 35 kategori sangat tinggi, sebanyak 20 siswa (33%) berada pada kelas interval 27 – 29 kategori tinggi,

Sebanyak 16 siswa (27%) berada pada kelas interval 24 - 26 kategori sedang, sebanyak 5 siswa (8%) berada pada kelas interval 21 - 23 kategori rendah, dan 1 siswa (2%) berada pada kelas interval 18 – 20 kategori sangat rendah.

4. Deskripsi Data Minat Siswa Berdasarkan Aspek Ketekunan

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Dan Hasil Berdasarkan Aspek Ketekunan

Interval	Kategori	Fa	Fr (%)
19 – 20	Sangat Tinggi	16	27%
17 – 18	Tinggi	17	28%
15 – 16	Sedang	13	22%
13 – 14	Rendah	10	17%
11- 12	Sangat Rendah	4	6%
Total		60	100%

Sumber : Hasil Penelitian

Dari Tabel di atas minat siswa dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan Kesehatan di SMA Negeri 2 Lubuk Sikaping diperoleh sebanyak 16 siswa (27%) berada pada kelas interval 19 - 20 kategori sangat tinggi, sebanyak 17 siswa (28%) berada pada kelas interval 17 – 18 kategori tinggi,

Sebanyak 13 siswa (22%) berada pada kelas interval 15 - 16 kategori sedang, sebanyak 10 siswa (17%) berada pada kelas interval 13 - 14 kategori rendah, dan 4 siswa (6%) berada pada kelas interval 11 – 12 kategori sangat rendah.



Gambar 2. Pembagian Angket Minat

Sumber: Hasil Penelitian

5. Deskripsi Data Minat Siswa Berdasarkan Aspek Dorongan

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Dan Hasil Berdasarkan Aspek Dorongan

Interval	Kategori	Fa	Fr (%)
22 – 25	Sangat Tinggi	17	28%
20 – 21	Tinggi	24	40%
18 – 19	Sedang	12	20%
16 - 17	Rendah	6	110%
14 - 15	Sangat Rendah	1	2%
Total		60	100%

Sumber : Hasil Penelitian

Dari Tabel di atas minat siswa dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan Kesehatan di SMA Negeri 2 Lubuk Sikaping diperoleh sebanyak 17 siswa (28%) berada pada kelas interval 22 - 25 kategori sangat tinggi, sebanyak 24 siswa (40%) berada pada kelas interval 20 – 21 kategori tinggi,

Sebanyak 12 siswa (20%) berada pada kelas interval 18 - 19 kategori sedang, sebanyak 6 siswa (10%) berada pada kelas interval 16 - 17 kategori rendah, dan 1 siswa (2%) berada pada kelas interval 14 – 15 kategori sangat rendah.

PEMBAHASAN

Minat belajar merupakan suatu bentuk rasa ingin tahu atau kecenderungan dan ketertarikan terhadap aktivitas yang di rasakan oleh peserta didik. Minat tersebut timbul dari bakat yang dimiliki oleh peserta didik sehingga peserta didik termotivasi untuk melakukan aktivitas belajar yang akan mengasah skill atau kemampuan.

Berdasarkan hasil analisis data dalam penelitian dari jawaban 60 peserta didik yang dijadikan sampel dengan 30 item pertanyaan yang diperoleh tingkat capaian 86% berada pada klasifikasi “Sangat Tinggi”.

Namun, dibandingkan dengan penelitian yang mencatat ~85% atau ~93,88 (tergantung skala dan konversi) maka 86%

berada di kisaran atas, tapi bukan “tertinggi absolut” dari semua studi yang tersedia di rata-rata nasional.

Berdasarkan perhitungan data hasil penelitian, diperoleh data minat peserta didik SMA Negeri 2 Lubuk Sikaping terhadap pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan Kesehatan berdasarkan **aspek sikap** menunjukkan bahwa minat peserta didik termasuk kategori sangat tinggi.

Hal ini terjadi karena tenaga pendidik atau guru mahir dalam mengelola pembelajaran dan memfokuskan perhatian peserta didik dengan kegiatan yang menyenangkan, misalnya sering menggunakan pemanasan dengan model permainan, sehingga jika peserta didik sudah merasa senang dan tertarik.

Berdasarkan perhitungan data hasil penelitian, diperoleh data minat peserta didik SMA Negeri 2 Lubuk Sikaping terhadap pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan Kesehatan ditinjau berdasarkan **aspek keinginan** menunjukkan bahwa minat peserta didik termasuk pada kategori tinggi.

Hal ini terjadi karena peserta didik menganggap Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sebagai salah satu mata pelajaran yang dapat digunakan untuk sarana rekreasi, terlebih jika materi pembelajarannya adalah olahraga permainan.

Berbeda dengan mata pelajaran lainnya yang minim gerakan dan ruang, namun demikian tidak semua peserta didik juga menyukai kegiatan dalam mata pelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

Berdasarkan perhitungan data hasil penelitian, diperoleh data minat siswa SMA Negeri 2 Lubuk Sikaping terhadap pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan ditinjau berdasarkan **aspek ketekunan** menunjukkan bahwa minat

peserta didik termasuk pada kategori sangat tinggi.

Hal ini dapat terjadi karena aktivitas pada mata pelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tidak membosankan, siswa mendapatkan suasana baru setelah satu minggu belajar di ruang kelas. Guru juga melaksanakan tugasnya dengan baik, sering melakukan modifikasi dan inovasi dalam pembelajaran.

Berdasarkan perhitungan data hasil penelitian, diperoleh data minat peserta didik SMA Negeri 2 Lubuk Sikaping terhadap pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan ditinjau berdasarkan **aspek dorongan** menunjukkan bahwa minat peserta didik termasuk pada kategori sangat tinggi.

Hal ini terjadi karena fasilitas untuk pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan Kesehatan di SMA Negeri 2 Lubuk Sikaping tersedia cukup banyak dengan kualitas rata-rata baik sehingga proses pembelajaran dapat berlangsung lancar. Pihak sekolah sangat mendukung keberadaan fasilitas untuk pembelajaran PJOK.

Dalam konteks Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), minat memiliki peran penting karena keberhasilan pembelajaran sangat dipengaruhi oleh keterlibatan fisik dan emosional siswa.

Hidi & Renninger (2019) menjelaskan bahwa minat berkembang melalui empat fase: triggered interest, maintained interest, emerging individual interest, hingga well-developed individual interest.

Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) perlu dipersiapkan dan dilaksanakan secara optimal agar tujuan pendidikan jasmani yang selaras dengan karakteristik perkembangan remaja akhir dapat tercapai. Menurut Bailey et al. (2018).

Renninger dan Hidi (2020) menyatakan bahwa minat belajar bersifat dinamis dan dapat meningkat atau menurun tergantung pada pengalaman belajar yang dialami siswa. Oleh karena itu, guru perlu merancang pembelajaran yang variatif dan menarik agar siswa dengan kategori minat sedang tidak mengalami penurunan minat menjadi rendah.

Variasi aktivitas, metode, dan bentuk permainan akan membantu menjaga ketertarikan siswa terhadap pembelajaran PJOK. Siswa dengan kategori minat belajar rendah memerlukan pendekatan khusus.

Selain strategi pembelajaran, ketersediaan sarana dan prasarana juga berpengaruh terhadap minat belajar siswa. Casey dan Kirk (2021) menegaskan bahwa lingkungan belajar yang mendukung, termasuk fasilitas dan peralatan yang memadai, dapat meningkatkan keterlibatan dan minat siswa.

Menurut pendapat saya, berdasarkan hasil penelitian dan kajian teori yang telah dipaparkan, minat belajar peserta didik terhadap mata pelajaran PJOK di SMA Negeri 2 Lubuk Sikaping tergolong sangat tinggi (86%) dan menunjukkan bahwa proses pembelajaran telah berjalan dengan efektif.

Tingginya minat tersebut tidak terlepas dari peran guru yang mampu mengelola pembelajaran secara kreatif dan menyenangkan, dukungan fasilitas sekolah yang memadai, serta karakteristik PJOK yang memberikan pengalaman belajar aktif dan bermakna bagi siswa.

Saya berpendapat bahwa minat belajar menjadi faktor kunci dalam keberhasilan pembelajaran PJOK karena berpengaruh langsung terhadap partisipasi, ketekunan, kedisiplinan, kepercayaan diri, serta perkembangan fisik dan emosional peserta didik.

Oleh karena itu, guru perlu terus mempertahankan dan meningkatkan kualitas pembelajaran agar minat belajar siswa tetap terjaga dan berkembang secara optimal.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan data penelitian maka disimpulkan: Pada tahap observasi awal, pembelajaran PJOK di kelas kurang diminati oleh peserta didik. Rendahnya partisipasi aktif, kurangnya antusiasme saat mengikuti kegiatan, serta beberapa siswa yang kurang terlibat dalam proses pembelajaran.

Namun, setelah dilakukan penelitian secara sistematis melalui penyebaran angket dan analisis data, diperoleh hasil bahwa minat belajar peserta didik dalam pembelajaran PJOK sebenarnya berada pada kategori tinggi.

Hal ini menunjukkan bahwa persepsi awal berdasarkan pengamatan langsung belum sepenuhnya menggambarkan kondisi sebenarnya. Secara internal, peserta didik memiliki ketertarikan, perhatian, dan keinginan untuk mengikuti pembelajaran PJOK dengan baik.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa minat belajar peserta didik dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Lubuk Sikaping tergolong tinggi, meskipun pada observasi awal terlihat rendah.

Perbedaan ini mengindikasikan pentingnya penggunaan instrumen penelitian yang objektif dan terukur untuk memperoleh gambaran yang lebih akurat mengenai minat belajar peserta didik.

Hasil penelitian ini menegaskan bahwa pembelajaran PJOK memiliki daya tarik tersendiri bagi peserta didik, dan perlu terus dikembangkan melalui strategi pembelajaran yang inovatif agar minat

tersebut dapat diwujudkan dalam partisipasi yang lebih aktif di kelas.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriarta. 2018. Survei Minat dan Motivasi Siswa Memilih EkstrakurSikuler Bola Basket di SMP Negeri 1 Bangkalan. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 824. 53(9), <https://www.academia.edu/8214951/4> bab ii landasan teori Diambil dari
- Apriyano, B., Argantos, A., & Khairoh, J. (2023). Pelatihan dan Pembinaan Keterampilan Renang Melalui Pengenalan Stretching (Statis dan Dinamis) pada Binaan Siswa PRSI Kota Solok. *Dharma Raflesia: Jurnal Ilmiah Pengembangan Dan Penerapan IPTEKS*, 21(2), 240-250.
- Apriyano, B. (2017). Kontribusi Kebugaran Jasmani Terhadap Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan (Penjasorkes) pada Pelajar SMP Pertiwi Siteba Padang. *Jurnal MensSana*, 2(2), 19-26.
- Apriyano, B. (2022). Physical Activity Module in Health Sports Physical Education Learning on Physical Fitness and Health. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences* 10(4): 716-722.
- Asnaldi, A. (2016). Hubungan Pendekatan Latihan Massed Practice dan Distributed Practice terhadap Ketepatan Pukulan Lob Pemain Buluangkis. *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 Karateks Lemkari Dojo Angkasa Lanud Padang. *Jurnal MensSana*, 4(1), 17.

- <https://doi.org/10.24036/jm.v4i1.30Asnaldi>,
- A. (2020). Hubungan Kelentukan dan Daya Ledak Otot Lengan terhadap Ketepatan Smash Bolavoli. *Physical Activity Journal*, 2 (1), 160-175.
- Firdaus, K. (2011). Evaluasi program pembinaan olahraga tenis lapangan di Kota Padang. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 1(2).
- Firdaus, K. (2023). Psikologi olahraga teori dan aplikasi. *The British Journal of Psychiatry*, 111.
- Ikram, F., & Firdaus, K. (2020). Tinjauan Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa SMP Negeri 16 Padang. *Jurnal Pendidikan Dan Olahraga*, 3(6), 1-6.
- Kartika, S., Husni, H., & Millah, S. (2019). Pengaruh kualitas sarana dan prasarana terhadap minat belajar siswa dalam pembelajaran pendidikan agama Islam. *Jurnal Penelitian Pendidikan Islam*, 7(1), 113.
- Marberliantina, B. N., Doewes, R. I., Miragama, Z. B., & Nugroho, N. A. (2020). Motivasi siswa SMA Negeri di Kota Surakarta pada pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dalam perspektif Self-Determination Theory. *Jurnal Olahraga Pendidikan Indonesia (JOPI)*, 4(2), 103-114.
- Rahmadi, Y., Nasution, N. S., & Purbangkara, T. (2022). Minat; Belajar; Pendidikan; J ANALISIS MINAT BELAJAR SISWA DALAM MENGIKUTI PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DI MA GHoyatul Jihad KARAWANG: ANALISIS MINAT BELAJAR SISWA DALAM MENGIKUTI PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DI MA GHoyatul Jihad KARAWANG. *Jurnal Speed (Sport, Physical Education, Empowerment)*, 5(2), 168-178.
- Republik Indonesia. (2022). *Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2022 tentang Pendidikan dan Layanan Psikologi*. Diundangkan pada 3 Agustus 2022.
- Romdona, S., Junista, S. S., & Gunawan, A. (2025). Teknik pengumpulan data: Observasi, wawancara dan kuesioner. *JISOSEPOL: Jurnal Ilmu Sosial Ekonomi dan Politik*, 3(1), 39-47.
- Rosdiana, R. (2014). *Pengaruh Pengungkapan Corporate Social Responsibility, Profitabilitas, Capital Intensity, dan Leverage Terhadap Agresivitas Pajak (studi Empiris Pada Perusahaan Perbankan Yang Terdaftar Di Bursa Efek Indonesia Periode 2015-2017)* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Riau).
- Santoso, B., Ningtyas, E. A. E., & Fatmasari, D. (2017). Improving elderly's dental hygiene through nursing home staff's dental health education at the nursing home. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(2), 189-198.
- Sugiyono, D. (2019). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*.
- Suryani, D. A., & Puspasari, D. (2020). Penerapan Model Project Based Learning Terhadap Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Kearsipan Kelas X OTKP SMKN 2 Tuban. *Jurnal Pendidikan Administrasi Perkantoran (JPAP)*, 8(3), 351-360.
- Sutriadi, T. (2019). *Survei Minat Siswa Terhadap Permainan Sepaktakraw di SMP Negeri 1 Baranti Kabupaten Sidrap* (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR).

- Syahrastani, Hidayat, H., Komaini, A., Gemaini, A., & Zulbahri. (2022). Smart Application for Smart Learning: How the Influence of the Factors on Student Swimming Learning Outcomes in Sports Education. *International Journal of Interactive Mobile Technologies*, 16(17), 116–129.
<https://doi.org/10.3991/ijim.v16i17.34365>.
- Syahrastani, (2010). Motivasi Siswa dalam Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan. *Jurnal JPDO*, 5 (6), 67-73.
- Syahrastani, (2022).The effect of hypnotherapy methods on understanding and readiness on swimming learning in higher education. *Journal of Counseling and Education*.
- Syahrastani, (2022).The effect of direct learning model with routine practice on self-efficacy and student learning outcomes. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*. Vol.10, No.1, 2022, pp. 47-52