



Research Article



Analisis Motivasi Siswi dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani di SMA Negeri 8 Tanjung Jabung Timur

Analysis of Student Motivation in Participating in Physical Education Learning at Senior High School

Andes Saputra^{1*}, Adhe Saputra², Grafitte Decheline³

Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Jambi, Indonesia¹²³

Correspondence author : andessptr7@gmail.com¹

Informasi Artikel

ABSTRACT

Submit: 14- 05 - 2024

The lack of enthusiasm of students to participate in learning can be seen from the low response of some students to teaching and learning activities, indicating that they are not motivated enough to participate in physical education. This study aims to analyze the motivation of female students in participating in physical education learning at SMA Negeri 8 Tanjung Jabung Timur. The method used is quantitative descriptive to explore the motivation of the female student. The entire population of 60 female students was sampled, so this study used total sampling techniques. The results showed that the motivation of female students in participating in physical education learning at SMA Negeri 8 Tanjung Jabung Timur on intrinsic indicators was included in the Good category, which was 74%. Meanwhile, motivation in extrinsic indicators is included in the Very Good category, which is 87.3%. The conclusion of this study is that the motivation of female students in participating in Penjas learning at SMA Negeri 8 Tanjung Jabung Timur is included in the Good category.

Keywords: Motivation; Student; Learning; physical education

Penerbit

ABSTRAK

Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kepeleatihan FKIP Universitas Jambi Jambi-Indonesia

Kurangnya antusiasme siswa untuk mengikuti pembelajaran terlihat dari rendahnya respon sebagian siswa terhadap kegiatan belajar mengajar, menunjukkan bahwa mereka tidak cukup termotivasi untuk berpartisipasi dalam pendidikan jasmani. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis motivasi siswi dalam mengikuti pembelajaran Penjas di SMA Negeri 8 Tanjung Jabung Timur. Metode yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif untuk mengeksplorasi motivasi siswi tersebut. Seluruh populasi yang berjumlah 60 siswi dijadikan sampel, sehingga penelitian ini menggunakan teknik total sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi siswi dalam mengikuti pembelajaran Penjas di SMA Negeri 8 Tanjung Jabung Timur pada indikator intrinsik termasuk dalam kategori Baik, yaitu sebesar 74%. Sementara itu, motivasi pada indikator ekstrinsik termasuk dalam kategori Sangat Baik, yaitu sebesar 87,3%. Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa motivasi siswi dalam mengikuti pembelajaran Penjas di SMA Negeri 8



This Indonesian Journal of Sport Science and Coaching is licensed under a CC BY-NC-SA ([Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/))

PENDAHULUAN

Pendidikan memegang peranan penting dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia di suatu negara. Pendidikan merupakan modal kemajuan dan pembangunan berkelanjutan suatu bangsa sesuai dengan kebutuhan zaman. Salah satu indikator kemajuan suatu negara dapat dilihat dari tingkat pendidikan masyarakatnya secara umum. Indonesia sebagai negara berkembang harus lebih memperhatikan pendidikan. Penyelenggaraan pendidikan di Indonesia sendiri diatur dalam Undang-Undang Dasar (UUD) 1945 BAB XIII pasal 31 ayat (1) berbunyi: "Tiap-tiap warga negara berhak mendapatkan pengajaran" dan ayat (2) berbunyi: "Pemerintah mengusahakan dan menyelenggarakan satu sistem pengajaran Nasional yang diatur dengan Undang-undang". Pendidikan dapat mengubah setiap aspek proses belajar siswa melalui berbagai kegiatan, seperti melalui membaca, mengamati, mendengarkan, berbagi pengalaman, dan lain-lain.

Pendidikan jasmani adalah pembelajaran untuk mencapai tujuan tertentu melalui aktivitas jasmani. Menurut konsep pendidikan jasmani oleh Nixon dan Cozens (dalam Wira Indra Satya, 2009: 14), pendidikan jasmani diartikan sebagai tahapan proses pendidikan secara keseluruhan yang berkaitan dengan perubahan aktivitas dan tanggapan aktif otot. Menurut undang-undang no 4 tahun 1950 tentang dasar-dasar pendidikan dan pengajaran. Pasal 9 dinyatakan bahwa pendidikan jasmani adalah pendidikan yang mengarah pada keselarasan antara pertumbuhan jasmani dan perkembangan rohani.

Berdasarkan uraian di atas pendidikan jasmani yang dikemukakan oleh beberapa ahli tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani mempunyai hubungan yang sangat erat dengan kegiatan olahraga di dalamnya. Hal inilah yang akan peneliti kaji dalam penelitian yang dilakukan oleh peneliti. Beberapa siswa yang biasanya menghadapi pendidikan jasmani dengan senang hati akan mengikuti di belakang, namun siswa tersebut mudah pasif dalam menghadapi pendidikan jasmani dan kurang semangat untuk mengikuti pembelajaran. Siswa yang mengalami keadaan tersebut biasanya disebabkan oleh kurangnya kemampuan siswa dalam menguasai keterampilan gerak dasar, sehingga ketika siswa melakukan gerakan-gerakan yang tidak dikuasai siswa sering diejek oleh teman-temannya. Sikap siswa yang seperti inilah yang menurunkan semangat dan semangat siswa tersebut, dan akhirnya memilih untuk tidak mengambil mata pelajaran pendidikan jasmani

Motivasi belajar adalah proses pemberian semangat, arah, dan ketekunan perilaku dalam kegiatan belajar. Jika tujuan seseorang baik, motivasi seseorang akan baik. Dalam situasi belajar, tujuan batin siswa adalah memperoleh hasil belajar yang sebesar-besarnya, dan siswa dengan motivasi belajar yang kuat akan memiliki energi dan semangat yang besar untuk mengikuti kegiatan belajar. Menurut para ahli, motivasi belajar terbagi menjadi dua jenis, yaitu motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Motivasi intrinsik adalah motivasi yang tidak memerlukan rangsangan dari luar karena setiap orang memiliki kesadaran atau dorongan untuk melakukan sesuatu. Motivasi ekstrinsik mengacu pada motivasi yang membutuhkan rangsangan dari luar seperti guru, lingkungan keluarga, dan teman sebagai dorongan untuk melakukan kegiatan belajar.

Motivasi ekstrinsik muncul karena siswa kurang jelas tentang apa yang ingin dicapai, sehingga lingkungan siswa dapat memberikan dorongan dan semangat agar siswa termotivasi untuk belajar. Motivasi dari lingkungan dapat muncul karena siswa melihat atau mengamati orang lain yang dapat memberikan inspirasi dalam kehidupannya, sehingga memungkinkan siswa tertantang untuk proses belajar yang lebih baik. Dalam kegiatan pembelajaran di sekolah, guru seringkali berhadapan dengan karakteristik siswa, dan motivasi belajar mereka yang berbeda. Motivasi belajar siswa seringkali berbeda dan tidak tetap.

Berdasarkan pengamatan langsung peneliti di SMA Negeri 8 Tanjung Jabung Timur peneliti melihat bahwa motivasi belajar penjas siswi SMA Negeri 8 Tanjung Jabung Timur masih belum baik, Masih ada siswa yang memiliki motivasi tinggi dan sebaliknya, serta ada siswa yang belum termotivasi. Hal ini terlihat dari antusias dan pentingnya partisipasi siswa dalam pembelajaran. Kurangnya antusias siswa untuk mengikuti pembelajaran terlihat dari rendahnya respon sebagian siswa terhadap kegiatan belajar mengajar. Mereka tidak cukup termotivasi untuk berpartisipasi dalam pendidikan jasmani.

Berdasarkan data nilai UTS dan UAS semester 1 tahun 2022/2023 untuk mata pelajaran pendidikan jasmani di SMA Negeri 8 Tanjung Jabung Timur di peroleh bahwa hanya 40% dari keseluruhan siswa, siswi kelas XI yang memiliki nilai di atas KKM sebesar 75. Siswa yang mendapat nilai di bawah KKM harus tes kembali atau melaksanakan remedial agar hasil kognitif dan praktek dalam mata pelajaran pendidikan jasmani untuk mencapai ketuntasan. Salah satunya kebanyakan hampir 50% yang mendapatkan nilai di bawah KKM adalah siswi, karena terlihat pada saat jam pelajaran di mulai, masih ada sebagian besar belum siap untuk mengikuti pelajaran, ada yang belum memakai pakaian olahraga bahkan pada saat pelajaran di mulai ada siswi yang sibuk dengan kegiatannya sendiri tanpa memperhatikan guru yang sedang menjelaskan materi yang mengakibatkan pada saat praktek lapangan tidak bisa melakukan gerakan sehingga pada saat ujian tengah semester ataupun ujian semester mendapatkan nilai yang rendah.

Banyak faktor yang mempengaruhi motivasi belajar siswa, yang dapat dikaitkan dengan dua faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal merujuk pada faktor yang berasal dari dalam diri siswi, seperti kondisi fisik dan mental, cita-cita, kemampuan siswi, konsentrasi, dan lain-lain. Kedua faktor eksternal tersebut berasal dari faktor di luar siswi itu sendiri, seperti upaya guru dalam mengajar siswi, fasilitas belajar dan kondisi lingkungan sekitar siswi.

Fasilitas belajar merupakan faktor eksternal yang mempengaruhi motivasi belajar siswa. Fasilitas belajar meliputi sarana dan prasarana. Fasilitas belajar merupakan salah satu faktor penting dalam membantu kegiatan belajar mengajar. Fasilitas sekolah dan belajar di rumah yang baik akan meningkatkan motivasi siswa.

Pengertian analisis, menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2002:43), "Analisis adalah menguraikan suatu pokok bahasan ke dalam bagian-bagiannya, dan mempelajari bagian-bagian itu sendiri serta hubungan antar bagian-bagian itu, guna memperoleh pengertian yang benar". Menurut kamus Bahasa Indonesia (2008:53): Analisis merupakan penguraian suatu pokok atas berbagai bagiannya dan penelaahan bagian itu sendiri, serta juga memiliki hubungan antar bagian untuk memperoleh pengertian yang sesuai dan pemahaman untuk arti keseluruhan.

Menurut komarudin (2001: 53), analisis adalah proses berpikir yang bertujuan untuk memecahkan suatu keseluruhan menjadi komponen-komponen, sehingga dapat mengidentifikasi tanda-tanda, hubungan antar komponen, dan fungsi masing-masing dalam suatu keseluruhan yang terpadu. Pendapat Harahap yang dikutip oleh Azwar (2019), juga menggambarkan analisis sebagai kegiatan

memecahkan atau menguraikan suatu unit menjadi bagian-bagian terkecil. Berdasarkan pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa analisis adalah suatu kegiatan berpikir yang membagi suatu benda menjadi bagian-bagian atau komponen-komponen sehingga dapat diketahui ciri-ciri dari bagian masing-masing bagian tersebut, kemudian hubungannya dengan fungsi setiap bagian dapat diidentifikasi dari keseluruhan.

Motivasi adalah perubahan energi dalam diri seseorang yang ditandai dengan munculnya adanya "perasaan/*feeling*" dan didahului dengan tanggapan adanya tujuan. Menurut Sardiman (dalam Ekawarna, 2013: 71) .Menurut (Idham Kholid, 2017). Motivasi adalah istilah yang paling sering dipakai untuk menjelaskan keberhasilan atau kegagalan hampir semua tugas yang rumit. Hampir semua pakar juga setuju bahwa suatu teori tentang motivasi berkenaan dengan faktor-faktor yang mendorong tingkah laku dan memberikan arah kepada tingkah laku itu, juga pada umumnya diterima bahwa motif seseorang untuk terlibat dalam satu kegiatan tertentu didasarkan atas kebutuhan yang mendasarinya.

Adapun teori motivasi belajar yang digunakan dalam penelitian ini adalah teori motivasi belajar yang dikembangkan oleh Hamzah B. Uno. Beliau mengatakan bahwa motivasi belajar dibedakan atas dua kelompok, yakni motivasi intrinsik dan ekstrinsik. Adapun ciri-ciri masing-masing kelompok motivasi ini adalah: (a) adanya hasrat dan keinginan untuk berhasil, (b) Adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar, (c) Adanya harapan dan cita-cita masa depan, (d) adanya penghargaan dalam belajar, (e) Adanya keinginan yang menarik dalam belajar, dan (f) Adanya lingkungan belajar yang kondusif. Tiga indikator pertama masuk dalam motivasi intrinsik, sedangkan tiga yang terakhir termasuk dalam motivasi ekstrinsik, (Hamzah B. Uno, 2017).

Sardiman (2001: 83) menyatakan bahwa motivasi belajar mempunyai tiga fungsi utama, yaitu motivasi, bimbingan dan pemilihan tindakan: "1) Motivasi berperan sebagai penggerak yang mendorong orang untuk bertindak. Tanpa motivasi tidak ada belajar. 2) Motivasi menentukan arah tindakan untuk mencapai suatu tujuan yang diinginkan, yaitu mencapai efisiensi yang maksimal, sehingga motivasi dapat memberikan arah dan tindakan yang harus dilakukan sesuai dengan rumusan tujuan, 3) Tugas motivasi adalah memilih suatu tindakan, yaitu memilih menentukan tindakan yang harus dilakukan dan mengesampingkan tindakan yang tidak baik untuk mencapai tujuan.

Siswa yang memahami bahwa belajar merupakan suatu kebutuhan yang harus dipenuhi akan selalu termotivasi untuk belajar. Motivasi menjadi mesin tindakan. Suatu tindakan tidak mungkin terjadi tanpa adanya sesuatu yang menggerakkannya. Semua siswa tentu ingin menguasai seluruh materi yang ditawarkan, dan penguasaan materi tersebut di lihat dari prestasi akademiknya. Motivasi mengarahkan aktivitas siswa untuk mencapai prestasi yang tinggi, salah satunya melalui pembelajaran. Ia harus belajar segala sesuatu, tentang, dari siapa dan dengan apa, tergantung motivasinya.

Secara umum jenis motivasi dibedakan menjadi dua, yaitu motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Menurut Sardiman (2001:91): Motivasi intrinsik dan ekstrinsik

Motivasi intrinsik adalah "dorongan seseorang untuk melakukan sesuatu guna mencapai tujuan yang diinginkan" (Iskandar, 2009: 188). Motivasi intrinsik adalah motivasi yang ada dalam proses belajardan bersumber dari kebutuhan dan tujuan siswa Motivasi ini sering dianggap sebagai motivasi murni atau motivasi nyata, yang berasal dari dalam diri siswa, seperti keinginan untuk mempelajari keterampilan tertentu, memperoleh informasi dan pemahaman, mengembangkan sikap untuk

sukses, menikmati hidup secara sadar, berkontribusi pada kelompok, keinginan untuk menajadiri sendiri diterima oleh orang lain.

Menurut Saptono (2016:203) motivasi intristik adalah perubahan yang terjadi di dalam diri seseorang. Keadaan merasa tidak puas atau ketegangan psikologis. Dalam kegiatan belajar motivasi intristik sangat di perlukan terutama pada saat belajar mandiri. Motivasi intristik adalah motivasi yang di bawah ke dalam situasi belajar, yang berasal dari kebutuhan dan tujuan pembelajaran itu sendiri. (Menurut Hamalik dalam Manizar, 2015:175).

Menurut Maksum dalam Oktavian (2015:,302), motivasi ekstrinsik adalah motivasi yang berasal dari luar diri individu atau lingkungan sekitar untuk melakukan sesuatu. Menurut Husdarta dalam Kasim (2011:,667), motivasi ekstrinsik diartikan sebagai proses yang memotivasi seseorang untuk melakukan sesuatu. Mewakili keseluruhan proses pergerakan, termasuk situasi yang memotivasi, dorongan yang timbul dari luar individu.

Dari kutipan diatas, motivasi ekstrinsik merupakan dorongan terhadap perilaku seseorang yang berada di luar tindakan yang di lakukannya. Seseorang melakukan sesuatu karena adanya insentif dari luar, misalnya imbalan, dan untuk menghindari hukuman. Hal ini juga sering disebut dengan motivasi ekstrinsik.

Perbedaan siswa dan siswi dapat terlihat pada berbagai aspek. Perbedaan ini mungkin muncul dalam konteks pendidikan, dunia kerja, bidang politik, dan sejenisnya. Dalam penelitian ini, akan dibahas mengenai perbedaan karakter siswa dan siswi yang terjadi dalam ranah pendidikan. Menurut Fakhri (2006:71), konsep gender merujuk pada sifat-sifat yang melekat pada individu pria ataupun wanita, yang dibangun secara sosial dan budaya.

Perempuan dalam konteks pembelajaran di kelas sering kali diidentifikasi dengan keterampilan yang biasanya terkait dengan peran "ibu rumah tangga". Mereka diharapkan untuk menunjukkan sikap yang tenang, penuh penghargaan, perhatian, dapat dipercaya, dan kemampuan untuk berkerja sama. Disisi lain, harapan terhadap laki-laki cenderung lebih berfokus pada kriteria akademik seperti pengetahuan, kecakapan intelektual, dan kebiasaan kerja (Menurut Ollenburger dan Moore :199). Sejalan dengan nilai-nilai ini, di lingkungan sekolah, perempuan lebih cenderung lebih memilih kegiatan ekstrakurikuler yang bersifat feminim seperti seni, sementara laki-laki lebih suka terlibat dalam kegiatan yang bersifat maskulin seperti olahraga atau aktivitas pencinta alam yang menuntut kekuatan fisik. James dalam (Press, 2008: 67) menyajikan perbedaan antara laki-laki dan perempuan yang memiliki dampak pada proses pendidikan.

Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang menggunakan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan. Tujuan yang di capai bersifat komprehensif, meliputi aspek fisik, intelektual, emosional, sosial dan moral. Dalam pendidikan jasmani, pemberian pengalaman belajar bertujuan untuk mengembangkan kepribadian, keterampilan motorik, kepribadian harmonis, dan membentuk pola hidup sehat seimbang sepanjang hayat.

Menurut Bennet dalam Winarno (2006: 2), pendidikan jasmani merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari pendidikan dan pelaksanaan kegiatan yang bertujuan untuk menjamin perkembangan menyeluruh kualitas jasmani dan moral anak di sekolah, mempersiapkan mereka untuk hidup, berkerja dan belajar. Saputra (2011 :475) berpendapat bahwa hakikat pendidikan jasmani yang baik adalah siswa dapat menikmati pengalaman dan memilih untuk terus mengikuti kegiatan tersebut di luar jam sekolah.

Berdasarkan pernyataan di atas maka dapat dipahami bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari pendidikan pada umumnya.

Pendidikan jasmani secara umum mempunyai peranan penting dalam meningkatkan kualitas siswa. Terjadinya perubahan positif pada perilaku siswa seperti kebiasaan olahraga, kebugaran jasmani, kedisiplinan dan rasa hormat dari teman sebaya merupakan indikasi tercapainya hasil belajar melalui pendidikan jasmani.

Pendidikan jasmani merupakan upaya sadar untuk menciptakan lingkungan yang mempengaruhi potensi siswa untuk mengembangkan perilaku positif melalui aktivitas jasmani. Aktivitas jasmani merupakan suatu bentuk stimulasi yang dirancang untuk mempengaruhi potensi siswa dalam pendidikan jasmani di sekolah, mulai dari prasekolah hingga sekolah menengah. Melalui aktivitas fisik ini diharapkan tujuan pendidikan yang mencakup ranah kognitif, emosional, fisik, dan psikomotorik dapat tercapai.

Pendidikan jasmani merupakan bagian dari integral dari pendidikan melalui aktivitas jasmani yang bertujuan untuk meningkatkan individu secara fisik, intelektual dan emosional (Menteri pendidikan dan kebudayaan utama, 2011: 3). Bucher dalam utama (2011: 3) menyatakan bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari keseluruhan proses pendidikan yang bertujuan untuk mengembangkan diri secara jasmani, mental, emosi dan sosial melalui kegiatan aktivitas jasmani dipilih untuk mencapai hasil.

Menurut Bangun (2012: 1), tujuan pendidikan jasmani adalah untuk mengembangkan aspek jasmani, keterampilan motorik, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, kestabilan emosi, perbuatan estis, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan yang bersih. Lingkungan melalui aktivitas fisik, olahraga dan rencana kesehatan yang direncanakan dan dipilih secara sistematis.

Berdasarkan pandangan diatas, maka tujuan pendidikan jasmani adalah memberikan sumbangan nyata dalam kehidupan sehari-hari dengan mengupayakan peningkatan pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani peserta didik. Oleh karna itu penyelenggaraan pendidikan perlu terus di kembangkan kearah yang lebih optimal agar peserta didik menjadi lebih kreatif, inovatif, berkemampuan dan memiliki pola hidup sehat dan aktif agar memiliki kesehatan jasmani yang lebih baik serta memiliki pengetahuan dan pemahaman tentang manusia bergerak.

Kurikulum menurut UU Nomor 20 Tahun 2003 Pasal 1 Ayat (19) adalah seperangkat rencana dan pengaturan mengenai tujuan, isi, dan bahan pelajaran serta cara yang digunakan sebagai penyelenggaraan kegiatan pembelajaran untuk mencapai tujuan pendidikan tertentu. Pengembangan Kurikulum 2013 merupakan langkah lanjutan Pengembangan Kurikulum Berbasis Kompetensi yang telah dirintis pada Tahun 2004 dan KTSP 2006 yang mencakup kompetensi sikap, pengetahuan dan keterampilan secara terpadu.

Menurut E. Mulyasa, kurikulum 2013 yang berbasis Karakter dan Kompetensi lahir sebagai jawaban terhadap berbagai kritikan terhadap kurikulum 2006, serta sesuai dengan perkembangan keutuhan dan dunia kerja. Kurikulum 2013 merupakan salah satu upaya pemerintahn untuk mencapai keunggulan masyarakat bangsa dalam penguasaan ilmu dan teknologi seperti yang digariskan dalam haluan negara.

Menurut Wiwin (2018: 256-257) Kurikulum 2013 adalah implementasi dari UU No. 32 Tahun 2013. Kurikulum 2013 merupakan kelanjutan dan penyempurnaan dari kurikulum berbasis kompetensi (KBK) dan KTSP. Namun, di dalam kurikulum 2013 lebih fokus pada kompetensi sikap, pengetahuan, dan keterampilan secara terpadu, sebagaimana yang tertulis pada UU.

Berdasarkan uraian diatas kurikulum 2013 merupakan kurikulum yang telah dikembangkan bertahun-tahun dan telah memenuhi dua dimensi kurikulum, yaitu rencana dan pengaturan mengenai tujuan, isi, dan bahan pelajaran serta cara yang digunakan untuk kegiatan pembelajaran.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif untuk mengeksplorasi analisis motivasi siswi dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani di SMA Negeri 8 Tanjung Jabung Timur. Penelitian deskriptif merupakan jenis penelitian yang bertujuan untuk memberikan gambaran mengenai gejala, fenomena, atau peristiwa tertentu (Menurut Maksum dalam pratama, 2018: 562). Menurut Mulyadi (2011: 134) menyatakan bahwa penelitian kuantitatif mengadopsi pendekatan positivisme. Menurut Arikunto (Adhe saputra 2023:18), menyatakan bahwa pada umumnya penelitian deskriptif merupakan penelitian non hipotesis, sehingga dalam langkah penelitiannya tidak perlu merumuskan hipotesis. Dalam pengumpulan data penelitian ini, digunakan instrumen berupa angket.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, yaitu suatu penelitian yang bertujuan untuk mengetahui dan mendapatkan gambaran atau kenyataan yang sesungguhnya dari keadaan objek yang diteliti tanpa ada suatu maksud untuk mengambil kesimpulan-kesimpulan yang berlaku secara umum (Murniati, 2018: 72).

Populasi adalah seluruh individu yang diidentifikasi sebagai sumber data atau subjek penelitian (Menurut Arikunto 2006: 130). Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswi kelas XII SMA Negeri 8 Tanjung Jabung Timur yang berjumlah 60 siswi.

Populasi merujuk pada generalisasi dari subjek atau objek yang menjadi fokus penelitian untuk kemudian dianalisis, dan dari hasil tersebut diambil kesimpulan. Oleh karena itu, sampel merupakan bagian dari populasi yang menjadi objek penelitian. Menurut Maksum, (2016: 578), mengartikan sampel sebagai kecil individu atau objek yang dijadikan representasi dalam suatu penelitian.

Menurut Suharsimi Arikunto (2006: 134), jika jumlah subjek penelitian kurang dari 100, disarankan untuk mengambil semua subjek agar penelitian dapat dianggap sebagai penelitian populasi. Sebaliknya, jika jumlah subjeknya besar, bisa diambil sekitar 10-20%, 20-25%, atau lebih dari jumlah total subjek untuk menjadi sampel representatif penelitian.

Berdasarkan uraian diatas, Menurut Sugiyono (2017: 81) menyatakan sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Menurut Suharsimi Arikunto (2016: 174) sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Keseluruhan populasi yang berjumlah 60 siswi dijadikan sampel, sehingga disebut penelitian populasi/*total sampling*.

Instrumen merujuk pada alat ukur yang digunakan untuk mengumpulkan informasi dari subjek atau objek penelitian. Menurut Suharsimi Arikunto (2006: 192) menjelaskan bahwa instrumen pengumpulan data adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatannya mengumpulkan agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah olehnya. Dalam penelitian ini, instrumen yang digunakan adalah angket. Suharsimi Arikunto (2006: 195) mendefinisikan angket sebagai sejumlah pertanyaan atau pernyataan yang digunakan untuk menggali informasi dari sampel, seperti laporan pribadinya atau pengetahuan yang dimilikinya.

Angket adalah kumpulan pertanyaan yang disusun untuk mendapatkan data langsung dari sumber melalui proses komunikasi atau mengajukan pertanyaan. Sugiyono (2010: 142) menjelaskan bahwa kuesioner atau angket merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan memberikan serangkaian pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab. Angket merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberikan seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk jawabnya (Sugiyono dalam Anggrawan, 2022: 113).

Angket dalam penelitian ini dirancang sedemikian rupa sehingga responden hanya memberikan tanda centang (✓) pada kolom atau tempat yang sesuai. Pertanyaan tertulis diberikan kepada responden untuk dijawab, dan peneliti memberikan skor menggunakan skala Likert dengan lima opsi jawaban, seperti sangat setuju (ST), setuju (S), kurang setuju (KS), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS). Skor untuk jawaban pada pertanyaan atau pernyataan positif adalah ST-5, S-4, KS-3, TS-2, dan STS-1. Sebelum penulis menyusun angket, langkah awal yang diambil adalah kisi-kisi angket. Hal ini dilakukan untuk mengarahkan pelaksanaan angket agar sesuai dengan variabel, indikator, dan deskriptornya.

Tabel 1 Alternatif Jawaban Angket Skala Likert

Alternatif jawaban	positif	negatif
Sangat Setuju	5	1
Setuju	4	2
Kurang Setuju	3	3
Tidak Setuju	2	4
Sangat Tidak Setuju	1	5

Sumber: Sugiyono (2012 : 107)

Menurut Nazir (1998) wawancara adalah proses memperoleh keterangan untuk tujuan penelitian dengan cara tanya jawab sambil bertatap muka antara si pewawancara dengan responden dengan menggunakan alat dinamakan *interview guide* (Panduan wawancara).

Dalam penelitian ini yang di wawancarai adalah guru PJOK SMA Negeri 8 Tanjung Jabung Timur. Bapak Dhika Bayu Kahardani S,Pd. Dalam wawancara yang dilakukan peneliti mengumpulkan informasi tentang bagaimana hasil belajar siswi, proses belajar siswi dan motivasi belajar siswi dalam mata pelajaran PJOK di SMA Negeri 8 Tanjung Jabung Timur.

Dokumentasi merupakan teknik pelengkap dari teknik observasi dan wawancara, sedangkan hasil yang diperoleh dari teknik dokumentasi berupa foto, video, gambar dan bagan serta struktur dan catatan yang diperoleh dari subjek penelitian, dan di perkuat oleh pendapat dokumendapat digunakan sebagai sumber data dan dimanfaatkan sebagai sebagai barang pembuktian, penafsiran, dan pemaknaan suatu peristiwa.

Metode analisis data yang diterapkan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif kuantitatif dengan menggunakan persentase. Penggunaan persentase dipilih untuk mempermudah peneliti dalam mengukur dan mengumpulkan hasil. Hasil penelitian, yang terdiri dari pernyataan dengan jawaban berbentuk skala, dikonversi menjadi skor sehingga dapat diungkapkan dalam bentuk persentase. Adapun rumus yang digunakan :

$$P = \frac{F}{N} \times 100 \%$$

Keterangan:

P = Angka persentase

F = Frekuensi

N = jumlah seluruh subjek atau responden

Sumber : Sudijono(2016: 386)

Setelah menentukan persentase, dilakukan konversi dengan mengkonversi ke standar kualitatif atau dengan menetapkan kriteria persentase tertentu. Basis setiap persentase yang diperoleh adalah:

Tabel 2 Kriteria Penilaian

Persentase	Kriteria
81%-100%	Sangat Baik
61%-80%	Baik
41%-60%	Cukup Baik
21% - 40%	Kurang Baik
0% - 20%	Sangat Kurang Baik

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian akan digambarkan sesuai dengan tujuan dan hipotesis yang diajukan sebelumnya. Angket yang disebarakan ditujukan kepada Siswi dalam Mengikuti Pembelajaran Penjas di SMA Negeri 8 Tanjung Jabung Timur". Selanjutnya penelitian dilakukan pada sample sebanyak 60 orang siswi sebagai responden dalam waktu 90 menit responden dapat mengisi angket tersebut dengan baik. Mengingat tugas responden hanya memberikan tanda checklist pada jawaban yang dipilih.

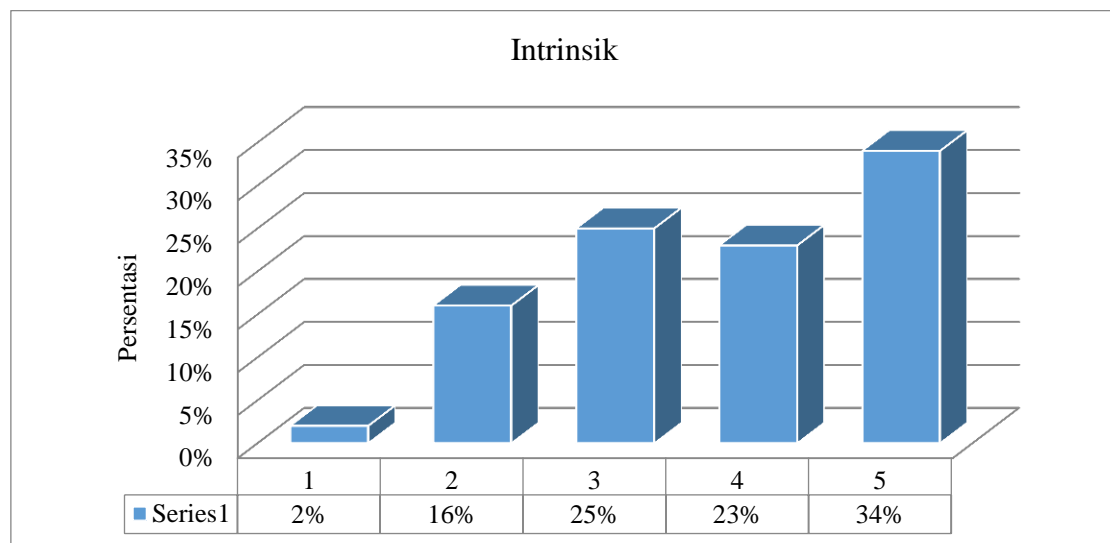
Data-data tersebut diolah dalam bentuk tabel dan kemudian dianalisis. Berikut merupakan analisis yang didapat setiap indikator butir pernyataan yang dijawab responden:

Tabel 3 Motivasi siswi dalam mengikuti pembelajaran Penjas

Pernyataan	Skor Jawaban					JSP	%
	5	4	3	2	1		
1	28	19	8	4	1	249	83
2	24	15	3	5	3	202	67.3
3	4	13	33	10	0	191	63.7
4	32	22	5	1	0	265	88.3
5	37	14	4	4	1	262	87.3
6	6	9	23	22	0	179	59.7
7	6	9	27	18	0	183	61
8	35	18	5	1	1	265	88.3
9	34	14	5	4	3	252	84
10	10	2	10	36	2	162	54
11	5	21	33	1	0	210	70
12	28	19	8	4	1	249	83
13	25	24	3	5	3	243	81
14	8	9	27	16	0	189	63
Jumlah	282	208	194	131	15		1033.6
Rata-rata	20	15	14	9	1		74%
%	34	25	23	16	2		

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa Motivasi siswi dalam mengikuti pembelajaran penjas di SMA Negeri 8 Tanjung Jabung Timur Pada Indikator Intrinsik termasuk dalam kategori Baik yaitu sebesar 74%. Untuk jawaban pernyataan Sangat Setuju Memiliki rata-rata 20 orang dengan persentasi 34%. Untuk jawaban pernyataan Setuju Memiliki rata-rata 15 orang dengan persentasi 25%. Untuk jawaban pernyataan Kurang Setuju Memiliki rata-rata 14 orang dengan persentasi 23%. Untuk jawaban pernyataan Tidak Setuju Memiliki rata-rata 9 orang dengan

persentasi 16%. Untuk jawaban pernyataan Sangat Tidak Setuju Memiliki rata-rata 1 orang dengan persentasi 2%.

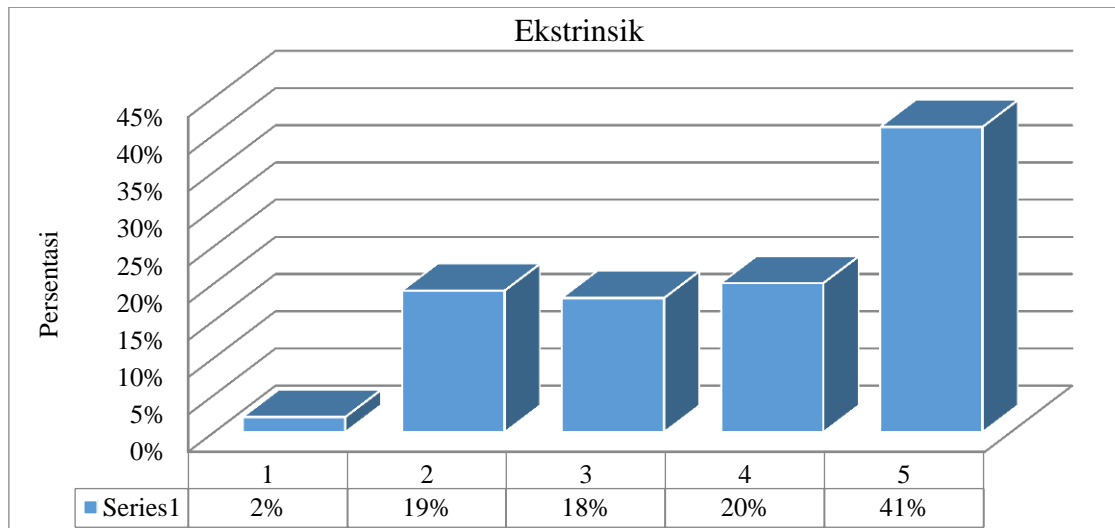


Gambar 1 Motivasi siswi dalam mengikuti pembelajaran penjas Pada Indikator Intrinsik.

Tabel 4 Motivasi siswi dalam mengikuti pembelajaran Penjas Pada Indikator Ekstrinsik.

Pernyataan	Skor Jawaban					JSP	%
	5	4	3	2	1		
15	31	22	6	1	0	263	87.7
16	37	14	4	4	1	262	87.3
17	10	3	9	37	1	164	54.7
18	5	7	36	11	1	184	61.3
19	33	20	5	1	1	263	87.7
20	34	14	5	4	3	252	84
21	10	4	16	29	1	173	57.7
22	35	16	5	2	2	260	86.7
23	40	16	2	1	1	273	91
24	12	3	21	24	0	183	61
Jumlah	247	119	109	114	11		87.7
Rata-rata	25	12	11	11	1		87.3
%	41	20	18	19	2		

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa Motivasi siswi dalam mengikuti pembelajaran penjas di SMA Negeri 8 Tanjung Jabung Timur Pada Indikator Ekstrinsik termasuk dalam kategori Sangat Baik yaitu sebesar 87.3%. Untuk jawaban pernyataan Sangat Setuju Memiliki rata-rata 25 orang dengan persentasi 41%. Untuk jawaban pernyataan Setuju Memiliki rata-rata 12 orang dengan persentasi 20%. Untuk jawaban pernyataan Kurang Setuju Memiliki rata-rata 11 orang dengan persentasi 18%. Untuk jawaban pernyataan Tidak Setuju Memiliki rata-rata 11 orang dengan persentasi 19%. Untuk jawaban pernyataan Sangat Tidak Setuju Memiliki rata-rata 1 orang dengan persentasi 2%.



Gambar 2 Motivasi siswi dalam mengikuti pembelajaran Penjas pada indikator ekstrinsik.

Hasil penelitian berikut adalah untuk menjawab rumusan masalah yang ada dalam penelitian ini. Berdasarkan hasil pengolahan data maka hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 5 Motivasi siswi dalam mengikuti pembelajaran Penjas

No	Skor Pernyataan					JSP	%
	SS	S	KS	TS	STS		
1	28	19	8	4	1	249	83.0
2	24	15	3	5	3	202	67.3
3	4	13	33	10	0	191	63.7
4	32	22	5	1	0	265	88.3
5	37	14	4	4	1	262	87.3
6	6	9	23	22	0	179	59.7
7	6	9	27	18	0	183	61.0
8	35	18	5	1	1	265	88.3
9	34	14	5	4	3	252	84.0
10	10	2	10	36	2	162	54.0
11	5	21	33	1	0	210	70.0
12	28	19	8	4	1	249	83.0
13	25	24	3	5	3	243	81.0
14	8	9	27	16	0	189	63.0
15	31	22	6	1	0	263	87.7
16	37	14	4	4	1	262	87.3
17	10	3	9	37	1	164	54.7
18	5	7	36	11	1	184	61.3
19	33	20	5	1	1	263	87.7
20	34	14	5	4	3	252	84.0
21	10	4	16	29	1	173	57.7
22	35	16	5	2	2	260	86.7
23	40	16	2	1	1	273	91.0
24	12	3	21	24	0	183	61.0
Jumlah							1792.7
Rata-rata							74.7%

Dari hasil perhitungan di atas dapat disimpulkan bahwa Motivasi siswi dalam mengikuti pembelajaran penjas di SMA Negeri 8 Tanjung Jabung Timur termasuk dalam kategori Baik dengan besaran persentase sebesar 74.7%.

Motivasi adalah perubahan energi dalam diri seseorang yang ditandai dengan munculnya adanya "perasaan/*feeling*" dan didahului dengan tanggapan adanya tujuan. Menurut Sardiman (dalam Ekawarna, 2013: 71). Menurut (Idham Kholid, 2017). Motivasi adalah istilah yang paling sering dipakai untuk menjelaskan keberhasilan atau kegagalan hampir semua tugas yang rumit. Hampir semua pakar juga setuju bahwa suatu teori tentang motivasi berkenaan dengan faktor-faktor yang mendorong tingkah laku dan memberikan arah kepada tingkah laku itu, juga pada umumnya diterima bahwa motif seseorang untuk terlibat dalam satu kegiatan tertentu didasarkan atas kebutuhan yang mendasarinya.

Sardiman (2001: 83) menyatakan bahwa motivasi belajar mempunyai tiga fungsi utama, yaitu motivasi, bimbingan dan pemilihan tindakan: "1) Motivasi berperan sebagai penggerak yang mendorong orang untuk bertindak. Tanpa motivasi tidak ada belajar. 2) Motivasi menentukan arah tindakan untuk mencapai suatu tujuan yang diinginkan, yaitu mencapai efisiensi yang maksimal, sehingga motivasi dapat memberikan arah dan tindakan yang harus dilakukan sesuai dengan rumusan tujuan, 3) Tugas motivasi adalah memilih suatu tindakan, yaitu memilih menentukan tindakan yang harus dilakukan dan mengesampingkan tindakan yang tidak baik untuk mencapai tujuan.

Siswa yang memahami bahwa belajar merupakan suatu kebutuhan yang harus dipenuhi akan selalu termotivasi untuk belajar. Motivasi menjadi mesin tindakan. Suatu tindakan tidak mungkin terjadi tanpa adanya sesuatu yang menggerakkannya. Semua siswa tentu ingin menguasai seluruh materi yang ditawarkan, dan penguasaan materi tersebut di lihat dari prestasi akademiknya. Motivasi mengarahkan aktivitas siswa untuk mencapai prestasi yang tinggi, salah satunya melalui pembelajaran. Ia harus belajar segala sesuatu, tentang, dari siapa dan dengan apa, tergantung motivasinya.

Motivasi siswi dalam mengikuti pembelajaran penjas di SMA Negeri 8 Tanjung Jabung Timur Pada Indikator Intrinsik termasuk dalam kategori Baik yaitu sebesar 74% hasil tersebut menunjukkan anak dari diri sendiri baik termotivasi mengikuti pembelajaran penjas. Untuk jawaban pernyataan Sangat Setuju Memiliki rata-rata 20 orang dengan persentasi 34%. hasil tersebut menunjukkan anak dari diri sangat setuju mengikuti pembelajaran penjas, Untuk jawaban pernyataan Setuju Memiliki rata-rata 15 orang dengan persentasi 25% hasil tersebut menunjukkan anak dari diri setuju mengikuti pembelajaran penjas. Untuk jawaban pernyataan Kurang Setuju Memiliki rata-rata 14 orang dengan persentasi 23% hasil tersebut menunjukkan anak dari diri kurang setuju mengikuti pembelajaran penjas. Untuk jawaban pernyataan Tidak Setuju Memiliki rata-rata 9 orang dengan persentasi 16% hasil tersebut menunjukkan anak dari diri tidak setuju mengikuti pembelajaran penjas. Untuk jawaban pernyataan Sangat Tidak Setuju Memiliki rata-rata 1 orang dengan persentasi 2% artinya anak tersebut sama sekali tidak menyukai pembelajaran penjas.

Begitu juga pada jawaban ekstrisik, motivasi siswi dalam mengikuti pembelajaran penjas di SMA Negeri 8 Tanjung Jabung Timur Pada Indikator Ekstrinsik termasuk dalam kategori Sangat Baik yaitu sebesar 87.3%. Untuk jawaban pernyataan Sangat Setuju Memiliki rata-rata 25 orang dengan persentasi 41%. Untuk jawaban pernyataan Setuju Memiliki rata-rata 12 orang dengan persentasi 20%. Untuk jawaban pernyataan Kurang Setuju Memiliki rata-rata 11 orang dengan persentasi 18%. Untuk jawaban pernyataan Tidak Setuju Memiliki rata-rata 11 orang dengan persentasi 19% pada hasil jawaban tidak setuju artinya anak-anak tidak

setuju dengan pembelajaran penjas apalagi yang menjawab pernyataan Sangat Tidak Setuju Memiliki rata-rata 1 orang dengan persentasi 2%. Motivasi siswi dalam mengikuti pembelajaran penjas di SMA Negeri 8 Tanjung Jabung Timur termasuk dalam kategori Baik dengan besaran persentase sebesar 74.7%.

Berdasarkan hasil yang di peroleh di pertegas dari hasil wawancara Guru penjas, pada pelaksanaan pembelajaran, sebelum memulai belajar dilapangan terlebih dahulu guru menanyakan kondisi kesehatan siswa, setelah itu dilakukan pemanasan, untuk pemanasan tersebut di pimpin salah satu siswa baik peregangan statis maupun dinamis.

Setelah dilakukan pemanasan dilanjutkan pembelajaran, biasanya siswa sangat senang melakukan olahraga khususnya di lapangan, namun pada pelaksanaan praktek ada juga yang tidak melakukan secara penuh, atau kurang termotivasi, dikarenakan takut melakukan gerakan, praktek olahraga tidak semua siswa mampu melakukannya.

KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa motivasi siswi dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani di SMA Negeri 8 Tanjung Jabung Timur tergolong baik pada aspek intrinsik dengan persentase 74%, sedangkan pada aspek ekstrinsik termasuk dalam kategori sangat baik dengan persentase 87,3%. Secara keseluruhan, motivasi siswi dalam mengikuti pembelajaran Penjas berada dalam kategori baik. Temuan ini mengindikasikan bahwa faktor intrinsik dan ekstrinsik berperan penting dalam meningkatkan partisipasi siswi dalam pembelajaran Penjas, sehingga diperlukan strategi pembelajaran yang lebih inovatif dan lingkungan yang mendukung untuk mempertahankan serta meningkatkan motivasi mereka dalam berolahraga.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. (2006) *Prosedur Penelitian*. PT Rineka Cipta. Jakarta.
- Azwar, (2019). Analisis Kualitas Layanan Sistem Manajemen Apartur Responsif Terpadu Menggunakan Metode Servqual. Universitas Muhammadiyah Riau.
- Bangun, S. Y. (2012). Analisis Tujuan Materi Pelajaran Dan Metode Pembelajaran Dalam Pendidikan Jasmani. *Cerdas Sifa Pendidikan*, 1(1).
- Cahyadi, (2003). Analisis dan Aspek Kesehatan bahan tambahan pangan. Jakarta Bumi Aksara
- Enco Mulyasa (2013), Pengembangan dan Implementasi Kurikulum 2013, Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Fakih, M. (2006). Analisis Gender dan Transformasi Sosial. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Hamzah B. Uno, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2011). Model Pembelajaran.
- Idham Kholid, (2017) "Motivasi dalam Pembelajaran Bahasa Asing", *Jurnal Tadris*, vol 10 No. 1
- Kamus Besar Bahasa Indonesia. 2002.
- Kasim, M. (2011). Pentingnya Motivasi dan Minat terhadap Manajemen Kinerja Guru dalam Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan. *Academica*, 3(2).
- Mulyadi, M. (2011). Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif Serta Pemikiran Dasar Menggabungkannya. *Jurnal studi komunikasi dan media*, 15(1), 128-137.
- Murniati, S. (2019). Tinjauan Kondisi Fisik Atlet Sepakbola Kabupaten Kerinci Dalam Rangka Persiapan Mengikuti Porprov Xxii Bungo Tebo 2018. *Halaman Olahraga Nusantara: Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 2(1), 72-78.

- Oktavian, O. (2015). Pengaruh Penyelenggaraan Unesa Cup Basket Terhadap Motivasi Siswa Dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Bola Basket. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 3(1).
- Putra, A. J. (2022). Persepsi Siswa dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Drumband di SMP N 11 Muaro Jambi. *Jurnal Cerdas Sifa Pendidikan*, 11(2), 109-118.
- Saptono, Y.J. (2016). Motivasi dan Keberhasilan Belajar Siswa. *Regula Fidei*, 1(1), 189-212.
- Saputra, A. (2023). Keterampilan Teknik Dasar Passing Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola pada Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Cerdas Sifa Pendidikan*, 12(1), 13-21.
- Saputra, Y. M. (2011). Model Pengawasan Pembelajaran Pendidikan Jasmani di SD. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, 3(3).
- Sardiman, A.M, (2008). Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Slameto. (2010). Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya, Edisi Revisi, Jakarta: Rineka Cipta.
- Winarno, M.E. (2006). Dimensi Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga. Malang: Laboratorium Jurusan Ilmu Keolahragaan.
- Wiwin Fachrudin Yusuf (2018). Implementasi Kurikulum 2013 (K13) Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Sekolah Dasar (SD).