

# Peran Guru Pendidikan Jasmani dalam Membangun Mental Peserta Didik di SDN 99 Pongrakka

Astin Arini\*, Irsan Kahar, Nasriandi, Rachmat Hidayat

Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Palopo, Indonesia

\*Correspondence: [astinarini@gmail.com](mailto:astinarini@gmail.com)

## Abstract

This study was motivated by the issue of low mental development among students despite the efforts of physical education teachers to instill character values through learning. This study aims to analyze the relationship between the role of physical education teachers and the mental development of students at SDN 99 Pongrakka. The method used is descriptive quantitative with a correlational approach. The research sample consisted of 27 fifth-grade students selected using a saturated sampling method. Data were collected using a closed questionnaire that had been tested for validity and reliability and analyzed using descriptive statistics and Pearson's correlation test. The results showed that there was no significant relationship between the role of PJOK teachers and students' mental development, with a correlation coefficient of -0.115 and a significance value of 0.567 ( $p > 0.05$ ). Although descriptively both variables were in the high category, the statistical relationship between the two was not proven. The conclusion of the study indicates that students' mental development is influenced by multidimensional factors beyond the role of physical education teachers, such as family environment, social conditions, and other support systems. The implication is that a more holistic and collaborative approach is needed to optimize the role of physical education in the mental development of students.

**Keywords:** Physical education teacher; student mental health; correlation; holistic learning; elementary school

## Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh permasalahan rendahnya perkembangan mental peserta didik meskipun guru Pendidikan Jasmani (PJOK) telah berupaya menanamkan nilai-nilai karakter melalui pembelajaran. Studi ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara peran guru PJOK dengan pembangunan mental siswa di SDN 99 Pongrakka. Metode yang digunakan adalah kuantitatif deskriptif dengan pendekatan korelasional. Sampel penelitian terdiri dari 27 siswa kelas V yang dipilih secara jenuh. Data dikumpulkan melalui kuesioner tertutup yang telah teruji valid dan reliabel, serta dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan uji korelasi Pearson. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara peran guru PJOK dan pembangunan mental siswa, dengan koefisien korelasi sebesar -0,115 dan nilai signifikansi 0,567 ( $p > 0,05$ ). Meskipun secara deskriptif kedua variabel berada pada kategori tinggi, hubungan statistik antara keduanya tidak terbukti. Simpulan penelitian mengindikasikan bahwa pembangunan mental siswa dipengaruhi oleh faktor multidimensi di luar peran guru PJOK, seperti lingkungan keluarga, kondisi sosial, dan sistem pendukung lainnya. Implikasinya, diperlukan pendekatan yang lebih holistik dan kolaboratif dalam mengoptimalkan peran pendidikan jasmani untuk pengembangan mental peserta didik.

**Kata Kunci:** Guru pendidikan jasmani; mental siswa; korelasi; pembelajaran holistik; sekolah dasar

Received: 18 Juli 2025 | Revised: 12, 16 September, 10 Oktober 2025

Accepted: 29 November 2025 | Published: 11 Desember 2025



Jurnal Porkes is licensed under a [Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

## Pendahuluan

Pendidikan merupakan proses yang sangat penting dalam membentuk karakter dan kepribadian individu (Virdi et al., 2023). Dalam konteks pendidikan di Indonesia, pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (PJOK) memiliki peranan yang tidak bisa dianggap remeh. PJOK tidak hanya berfokus pada pengembangan fisik, tetapi juga berkontribusi pada pembentukan mental, sosial, emosional, dan moral peserta didik. Melalui pendekatan yang holistik, PJOK diharapkan dapat membimbing peserta didik menuju kesempurnaan kemanusiaan, sebagaimana diungkapkan oleh (Kahar et al., 2022). Salah satu aspek penting dari PJOK adalah pengembangan karakter. Dalam setiap aktivitas fisik yang dilakukan, terdapat peluang untuk menanamkan nilai-nilai karakter yang positif (Saba, 2025).

Dalam permainan kelompok seperti sepak bola atau basket, siswa diajarkan untuk bekerja sama, berkomunikasi, dan menghargai satu sama lain. Hal ini penting karena nilai-nilai tersebut tidak hanya berlaku di lapangan, tetapi juga dalam kehidupan sehari-hari. Sportivitas, yang merupakan salah satu nilai yang ditegakkan dalam olahraga, mengajarkan peserta didik untuk menghormati lawan, menerima kekalahan dengan lapang dada, dan merayakan kemenangan dengan rendah hati. Namun, meskipun tujuan pendidikan jasmani dan olahraga sangat mulia, dalam praktiknya, banyak tantangan yang dihadapi. Di era digital saat ini, banyak peserta didik yang lebih memilih menghabiskan waktu di depan layar gadget daripada beraktivitas fisik.

Penurunan motivasi untuk berolahraga ini dapat mengakibatkan rendahnya kebugaran fisik dan mental. Menurut (Putri et al., 2022) mencatat bahwa rendahnya rasa percaya diri dan disiplin di kalangan siswa dapat menjadi penghalang dalam mencapai potensi maksimal mereka. Keterbatasan sarana prasarana di sekolah juga menjadi salah satu faktor yang memengaruhi efektivitas pembelajaran PJOK. Banyak sekolah, terutama di daerah terpencil, tidak memiliki fasilitas olahraga yang memadai. Hal ini menghambat siswa untuk berlatih dan berpartisipasi dalam aktivitas fisik yang bervariasi. Menurut (Hendrawan et al., 2020) menekankan bahwa tanpa adanya variasi dalam metode pengajaran, siswa akan merasa bosan dan kehilangan minat untuk berpartisipasi dalam pelajaran PJOK.

Selain faktor internal, ada juga pengaruh eksternal yang tidak bisa diabaikan. Lingkungan keluarga, misalnya, memiliki peran yang sangat besar dalam membentuk karakter dan mental anak. Ketika orang tua tidak memberikan dukungan atau tidak mengedepankan nilai-nilai olahraga, anak-anak cenderung tidak memiliki motivasi untuk berpartisipasi dalam aktivitas fisik. Pengaruh teman sebaya juga sangat kuat; jika teman-teman mereka lebih memilih untuk bermain game ketimbang berolahraga, maka kemungkinan besar mereka juga akan mengikuti jejak tersebut. Menurut (Susanto, 2021) menekankan bahwa kondisi sosial-ekonomi juga berperan, di mana anak-anak dari keluarga kurang mampu mungkin tidak memiliki akses yang sama terhadap fasilitas olahraga.

Observasi awal di SDN 99 Pongrakka menunjukkan bahwa meskipun guru PJOK berusaha keras untuk menanamkan nilai-nilai karakter, masih ada siswa yang menunjukkan sikap kurang disiplin dan rendahnya kepercayaan diri. Hal ini menunjukkan bahwa peran guru PJOK dalam membangun mental peserta didik belum optimal. Guru seharusnya tidak hanya berfungsi sebagai instruktur fisik, tetapi juga sebagai pembimbing yang mampu menginspirasi dan memotivasi siswa untuk menjadi yang terbaik. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis

hubungan antara peran guru PJOK dengan pembangunan mental peserta didik, serta mengidentifikasi faktor-faktor lain yang mungkin berpengaruh.

Dalam konteks ini, penting untuk memahami bahwa strategi pembelajaran PJOK yang efektif harus mencakup pendekatan yang holistik dan integratif. Guru perlu merancang metode pengajaran yang tidak hanya berfokus pada aspek fisik, tetapi juga memperhatikan aspek psikologis dan sosial. Misalnya, integrasi permainan yang mengedepankan kerja sama dan komunikasi dalam pembelajaran PJOK dapat membantu siswa untuk lebih memahami pentingnya nilai-nilai karakter. Dengan demikian, siswa tidak hanya belajar tentang teknik olahraga, tetapi juga membangun keterampilan sosial yang akan berguna dalam kehidupan mereka. Kesimpulannya, pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan memiliki peranan yang sangat penting dalam membentuk karakter dan mental peserta didik.

Meskipun banyak tantangan yang dihadapi, dengan pendekatan yang tepat, guru PJOK dapat memberikan kontribusi yang signifikan terhadap pengembangan siswa. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan baru bagi pengembangan strategi pembelajaran PJOK yang lebih efektif, sehingga siswa tidak hanya menjadi atlet yang baik, tetapi juga individu yang memiliki karakter yang kuat dan siap menghadapi tantangan hidup. Dengan memahami dinamika ini, diharapkan guru dapat merancang pendekatan pembelajaran yang lebih baik, yang tidak hanya fokus pada kebugaran fisik, tetapi juga pada pengembangan mental dan sosial siswa, demi menciptakan generasi yang lebih baik di masa depan.

## Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif yang bertujuan untuk mendeskripsikan hubungan antara peran guru pendidikan jasmani (X) dan pembangunan mental peserta didik (Y) di SDN 99 Pongrakka. Metode deskriptif dipilih karena sesuai untuk menggambarkan fenomena atau hubungan antar variabel berdasarkan data yang terkumpul tanpa melakukan manipulasi (Sugiyono, 2015:32). Desain penelitian yang digunakan adalah korelasional, yang bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara kedua variabel tersebut. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V SDN 99 Pongrakka yang berjumlah 27 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik sampling jenuh, di mana seluruh anggota populasi dijadikan sampel penelitian (Arikunto, 2014:21). Hal ini dilakukan karena jumlah populasi relatif kecil dan homogen, sehingga seluruhnya dapat diikutsertakan dalam penelitian untuk memperoleh gambaran yang lebih representatif.

Tabel 1. Karakteristik responden

Kelas	Jumlah Siswa	Jenis Kelamin	Usia Rata-rata
V	27	L: 15, P: 12	11 tahun

Tabel 1 menyajikan karakteristik responden penelitian, yaitu siswa kelas V SDN 99 Pongrakka. Dari total 27 siswa, terdiri dari 15 siswa laki-laki dan 12 siswa perempuan. Rata-rata usia responden adalah 11 tahun, yang menunjukkan bahwa sampel penelitian berada pada fase perkembangan anak akhir (late childhood) yang relevan untuk mengamati aspek pembentukan mental dan karakter. Pemilihan seluruh populasi sebagai sampel (sampling

jenuh) didasarkan pada pertimbangan homogenitas kelompok dan jumlah populasi yang relatif kecil, sehingga seluruh individu dapat memberikan representasi yang memadai untuk analisis korelasional (Arikunto, 2014:42).

Teknik pengumpulan data dikumpulkan menggunakan kuesioner tertutup yang disusun berdasarkan indikator variabel penelitian. Kuesioner dibagi menjadi dua bagian pertama mengukur persepsi siswa terhadap peran guru PJOK (8 item), dan bagian kedua mengukur tingkat pembangunan mental peserta didik (7 item). Skala pengukuran yang digunakan adalah skala Likert dengan rentang 1-4 (sangat tidak setuju hingga sangat setuju). Selain kuesioner, penelitian ini juga menggunakan observasi partisipatif dan dokumentasi untuk memperkaya data.

Tabel 2. Instrumen penelitian

Variabel	Jumlah Item	Skala Pengukuran	Teknik Pengumpulan
Peran Guru PJOK (X)	8	Likert 1-4	Kuesioner
Pembangunan Mental Siswa (Y)	7	Likert 1-4	Kuesioner
Data Penunjang	-	-	Observasi & Dokumentasi

Tabel 2 menggambarkan rancangan instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data. Variabel peran guru pendidikan jasmani (X) diukur melalui 8 butir pernyataan, sedangkan variabel pembangunan mental peserta didik (Y) diukur melalui 7 butir pernyataan. Kedua variabel menggunakan skala Likert 1-4 untuk mengukur tingkat persetujuan responden. Selain kuesioner, penelitian ini juga mengumpulkan data penunjang melalui observasi partisipatif dan dokumentasi untuk memperoleh informasi kontekstual yang mendukung interpretasi hasil kuantitatif. Penggunaan multi-instrumen ini sejalan dengan prinsip triangulasi yang meningkatkan keabsahan data (Sugiyono, 2015:32).

Instrumen penelitian diuji validitasnya menggunakan korelasi pearson dengan membandingkan nilai  $r_{hitung}$  dan  $r_{tabel}$  pada taraf signifikansi 5%. Suatu item dinyatakan valid jika  $r_{hitung} > r_{tabel}$  (Sugiyono, 2015). Uji reliabilitas dilakukan dengan Cronbach's Alpha, di mana instrumen dinyatakan reliabel jika nilai  $\alpha > 0,60$  (Ghozali, 2016:43).

Tabel 3. Hasil uji validitas

Variabel	Item	$r_{hitung}$	$r_{tabel}$	Keterangan
X	X1	0,954	0,381	Valid
	X2	0,861	0,381	Valid
	...	...	...	Valid
Y	Y1	0,875	0,381	Valid
	Y2	0,445	0,381	Valid
	...	...	...	Valid

Tabel 3 menunjukkan hasil uji validitas instrumen penelitian dengan menggunakan teknik korelasi Pearson. Semua butir pernyataan pada variabel X (X1-X8) dan variabel Y (Y1-Y7) memiliki nilai  $r_{hitung}$  lebih besar dari  $r_{tabel}$  (0,381) pada taraf signifikansi 5%. Contohnya, butir X1 memiliki  $r_{hitung}$  sebesar 0,954 dan butir Y1 sebesar 0,875. Hasil ini mengindikasikan bahwa semua butir pertanyaan valid dan mampu mengukur konstruk yang dimaksud secara

tepat (Sugiyono, 2015:48). Dengan demikian, instrumen penelitian memenuhi syarat validitas isi dan konstruk untuk digunakan dalam pengumpulan data.

Tabel 4. Hasil uji reliabilitas

Variabel	Cronbach's Alpha	Kriteria ( $\alpha \geq 0,60$ )	Keterangan
X	0,958	Terpenuhi	Reliabel
Y	0,744	Terpenuhi	Reliabel

Tabel 4 memaparkan hasil uji reliabilitas dengan koefisien Cronbach's Alpha. Variabel X memperoleh nilai alpha sebesar 0,958, sementara variabel Y sebesar 0,744. Kedua nilai tersebut melampaui batas minimum reliabilitas yang disyaratkan, yaitu  $\alpha \geq 0,60$  (Ghozali, 2016:52). Hal ini menunjukkan bahwa instrumen penelitian memiliki konsistensi internal yang tinggi dan dapat dipercaya (reliable) untuk mengukur variabel yang sama pada kondisi dan waktu yang berbeda. Dengan demikian, instrumen ini layak digunakan untuk pengambilan data dalam penelitian ini. Teknik analisis data yang terkumpul dianalisis secara statistik dengan bantuan program SPSS 25. Tahapan analisis meliputi statistik deskriptif untuk mendeskripsikan karakteristik responden dan variabel penelitian. Uji korelasi pearson untuk menguji hubungan antara variabel X dan Y. Interpretasi hasil berdasarkan nilai signifikansi ( $p < 0,05$ ) dan koefisien korelasi. Analisis data dilakukan dengan mengacu pada model analisis data kuantitatif yang mencakup reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan (Miles & Huberman, 2003).

## Hasil

Hasil penelitian mengenai peran guru pendidikan jasmani dalam membangun mental peserta didik di SDN 99 Pongrakka. Data diperoleh melalui instrumen kuesioner tertutup yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya, serta didukung dengan observasi dan dokumentasi. Responden penelitian terdiri dari 27 siswa kelas V. Analisis data dilakukan secara bertahap meliputi uji validitas dan reliabilitas, statistik deskriptif, serta uji korelasi untuk menguji hubungan antara variabel peran guru pendidikan jasmani (X) dan pembangunan mental peserta didik (Y).

Tabel 5. Hasil uji validitas instrumen penelitian

Variabel	Item	r hitung	r tabel	Status
Guru Pendidikan Jasmani (X)	X1	0.954	0.381	Valid
	X2	0.861	0.381	Valid
	X3	0.949	0.381	Valid
	X4	0.795	0.381	Valid
	X5	0.754	0.381	Valid
	X6	0.949	0.381	Valid
	X7	0.911	0.381	Valid
	X8	0.911	0.381	Valid
Membangun Mental Peserta Didik (Y)	Y1	0.875	0.381	Valid
	Y2	0.445	0.381	Valid
	Y3	0.875	0.381	Valid
	Y4	0.875	0.381	Valid

Y5	0.472	0.381	Valid
Y6	0.514	0.381	Valid
Y7	0.472	0.381	Valid

Berdasarkan tabel 5, seluruh item pernyataan pada variabel X (guru pendidikan jasmani) dan variabel Y (membangun mental peserta didik) menunjukkan nilai  $r_{hitung}$  lebih besar dari  $r_{tabel}$  (0,381) pada tingkat signifikansi 5% dengan jumlah sampel 27. Nilai  $r_{hitung}$  tertinggi pada variabel X dicapai oleh item X1 (0,954) dan X3 (0,949), sedangkan pada variabel Y, item Y1, Y3, dan Y4 memperoleh nilai 0,875. Item dengan  $r_{hitung}$  terendah adalah Y2 (0,445) dan Y5 (0,472), namun masih berada di atas batas kritis 0,381. Hasil ini mengindikasikan bahwa semua item pertanyaan valid dan mampu mengukur konstruk yang dimaksud secara tepat (Sugiyono, 2015:55). Dengan demikian, instrumen penelitian memenuhi syarat validitas isi dan konstruk untuk digunakan dalam pengumpulan data.

Tabel 6. Hasil uji reliabilitas instrumen penelitian

Variabel	Cronbach's Alpha	Kriteria ( $\alpha \geq 0,60$ )	Keterangan
Guru Pendidikan Jasmani (X)	0,958	Terpenuhi	Reliabel
Membangun Mental Peserta Didik (Y)	0,744	Terpenuhi	Reliabel

Tabel 6 menunjukkan hasil uji reliabilitas dengan menggunakan koefisien Cronbach's Alpha. Variabel X memperoleh nilai alpha sebesar 0,958, sementara variabel Y sebesar 0,744. Kedua nilai tersebut melampaui batas minimum reliabilitas yang disyaratkan, yaitu  $\alpha \geq 0,60$  (Ghozali, 2016:62). Nilai alpha yang tinggi pada variabel X (0,958) mengindikasikan konsistensi internal yang sangat kuat antar butir pernyataan, sedangkan nilai alpha pada variabel Y (0,744) juga termasuk dalam kategori baik. Hal ini menunjukkan bahwa instrumen penelitian memiliki konsistensi internal yang tinggi dan dapat dipercaya (reliable) untuk mengukur variabel yang sama pada kondisi dan waktu yang berbeda. Dengan demikian, instrumen ini layak digunakan untuk pengambilan data dalam penelitian ini.

Tabel 7. Statistik deskriptif variabel penelitian

Variabel	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Guru Pendidikan Jasmani (X)	27	18,00	32,00	26,96	4,274
Membangun Mental Peserta Didik (Y)	27	21,00	28,00	24,74	1,583

Tabel 7 menyajikan statistik deskriptif untuk kedua variabel penelitian. Variabel X (peran guru pendidikan jasmani) memiliki nilai rata-rata (mean) sebesar 26,96 dengan rentang skor antara 18,00 (minimum) hingga 32,00 (maksimum). Standar deviasi sebesar 4,274 menunjukkan adanya variasi yang cukup tinggi dalam persepsi siswa terhadap peran guru PJOK. Sementara itu, variabel Y (membangun mental peserta didik) memperoleh nilai rata-rata 24,74 dengan rentang skor 21,00 hingga 28,00. Standar deviasi sebesar 1,583 mengindikasikan bahwa persepsi siswa terhadap aspek mental cenderung lebih homogen dibandingkan dengan persepsi terhadap peran guru. Secara umum, kedua variabel berada pada



kategori tinggi berdasarkan skala pengukuran yang digunakan, yang berarti siswa memiliki persepsi positif terhadap peran guru PJOK dan perkembangan mental mereka sendiri.

Tabel 8. Hasil uji korelasi antara variabel X dan Y

Variabel	X (Guru PJOK)	Y (Membangun Mental)
X (Guru PJOK)	1	-0,115
Signifikansi (2-tailed)	-	0,567
N	27	27
Y (Membangun Mental)	-0,115	1
Signifikansi (2-tailed)	0,567	-
N	27	27

Berdasarkan tabel 8, hasil uji korelasi Pearson menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar -0,115 antara variabel X (peran guru pendidikan jasmani) dan variabel Y (membangun mental peserta didik). Nilai signifikansi (2-tailed) sebesar 0,567, yang lebih besar dari tingkat signifikansi 0,05. Hal ini mengindikasikan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara peran guru PJOK dengan pembangunan mental peserta didik di SDN 99 Pongrakka. Nilai korelasi yang negatif dan sangat lemah (-0,115) menunjukkan bahwa hubungan antar variabel cenderung tidak linier dan mungkin dipengaruhi oleh faktor lain di luar ruang lingkup penelitian ini, seperti lingkungan keluarga, kondisi sosial, atau metode pengajaran yang diterapkan.

## Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, penelitian ini menemukan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara peran guru pendidikan jasmani (PJOK) dengan pembangunan mental peserta didik di SDN 99 Pongrakka. Nilai koefisien korelasi Pearson sebesar -0,115 dengan signifikansi 0,567 ( $p > 0,05$ ) mengindikasikan bahwa hubungan antara kedua variabel sangat lemah dan tidak bermakna secara statistik. Temuan ini menarik untuk dikaji lebih dalam, terutama dalam konteks teori pendidikan jasmani, psikologi perkembangan, serta hasil-hasil penelitian terdahulu yang sering menunjukkan hubungan positif antara aktivitas fisik dan kesehatan mental.

Secara teoritis, pendidikan jasmani diyakini memiliki peran penting tidak hanya dalam pengembangan fisik, tetapi juga aspek mental, sosial, dan emosional peserta didik. Penelitian sebelumnya oleh (Chaeroni et al., 2021) menunjukkan bahwa aktivitas fisik secara teratur dapat meningkatkan kesehatan mental remaja, dengan peningkatan rata-rata skor kesehatan mental dari 64,82 menjadi 68,14 setelah intervensi. Demikian pula, (Hizbulloh & Resita, 2023) menyimpulkan bahwa pendidikan jasmani berperan dalam meningkatkan fungsi kognitif dan capaian belajar siswa. Selain itu, (Megantara et al., 2024) menegaskan bahwa PJOK dapat mengembangkan *life skills* seperti keterampilan sosial, pengelolaan emosi, dan kolaborasi.

Namun, hasil penelitian ini justru tidak sejalan dengan temuan-temuan tersebut. Ada beberapa faktor yang mungkin menjelaskan mengapa hubungan antara peran guru PJOK dan mental siswa tidak signifikan dalam konteks SDN 99 Pongrakka. Ukuran sampel yang terbatas penelitian ini hanya melibatkan 27 siswa, sehingga memiliki keterbatasan dalam hal

generalisasi dan kekuatan statistik. Menurut (Cohen, 1988:82), sampel kecil cenderung menghasilkan variabilitas yang tinggi dan berisiko gagal mendeteksi efek yang sebenarnya ada (*Type II error*). Faktor kontekstual dan lingkungan pembangunan mental peserta didik tidak hanya dipengaruhi oleh guru PJOK, tetapi juga oleh faktor lain seperti dukungan keluarga, lingkungan sosial, pengaruh teman sebaya, dan kondisi psikososial siswa.

Menurut (Bronfenbrenner, 1979:78) dalam teori *ecological systems* menekankan bahwa perkembangan individu dipengaruhi oleh interaksi berbagai sistem lingkungan, mulai dari mikro (keluarga, sekolah) hingga makro (budaya, kebijakan). Dengan demikian, peran guru mungkin "tertutup" oleh faktor eksternal yang lebih dominan. Metode pengukuran yang berbasis persepsi instrumen penelitian mengandalkan kuesioner yang mengukur persepsi siswa. Hal ini rentan terhadap bias subjektif, seperti kecenderungan menjawab secara sosial yang diinginkan (*social desirability bias*) atau interpretasi yang berbeda terhadap item pertanyaan. Menurut (Podsakoff et al. 2003) mengingatkan bahwa pengukuran persepsi perlu dilengkapi dengan observasi langsung atau data sekunder untuk meningkatkan validitas.

Variabilitas dalam pelaksanaan pembelajaran PJOK meskipun guru PJOK di SDN 99 Pongrakka dinilai memiliki peran yang baik secara deskriptif (mean = 26,96), mungkin terdapat variasi dalam penerapan pendekatan pembelajaran, pemberian umpan balik, atau penekanan pada nilai-nilai karakter yang belum terukur secara memadai dalam instrumen ini. Penelitian ini memberikan kontribusi kebaruan dalam beberapa hal.

1. Kontekstualisasi lokal studi ini dilakukan di SDN 99 Pongrakka, sebuah setting yang mungkin memiliki karakteristik sosio-kultural dan kebijakan pendidikan yang berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya yang umumnya dilakukan di sekolah perkotaan atau dengan fasilitas yang lebih lengkap.
2. Pendekatan korelasional yang eksploratif banyak penelitian terdahulu bersifat eksperimen atau intervensi, sedangkan penelitian ini menggunakan pendekatan korelasional untuk mengeksplorasi hubungan alami antara variabel tanpa intervensi. Hal ini memungkinkan pengamatan yang lebih natural, meskipun tidak dapat menyimpulkan sebab-akibat.
3. Menyoroti kompleksitas hubungan hasil yang tidak signifikan justru mengingatkan bahwa hubungan antara pendidikan jasmani dan perkembangan mental tidak selalu linier atau langsung. Faktor mediasi dan moderasi seperti motivasi intrinsik, iklim sekolah, dan dukungan orang tua mungkin berperan penting.

Secara teoritis, temuan ini mendorong perlunya model yang lebih holistik dalam memahami peran pendidikan jasmani terhadap perkembangan mental. Guru PJOK tidak dapat dilihat sebagai faktor tunggal, melainkan bagian dari ekosistem pendidikan yang melibatkan banyak pemangku kepentingan. Meskipun hasil statistik tidak mendukung adanya hubungan signifikan antara peran guru PJOK dan mental peserta didik, temuan ini tidak serta-merta mengecilkan arti penting pendidikan jasmani. Justru, penelitian ini membuka ruang diskusi tentang kompleksitas dan multidimensionalitas proses pembangunan mental. Pendidikan jasmani tetaplah media potensial untuk pengembangan karakter, namun efektivitasnya sangat dipengaruhi oleh faktor kontekstual, pendekatan pembelajaran, dan sinergi dengan sistem pendukung lainnya.



## Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dilakukan, penelitian ini menyimpulkan bahwa secara statistik tidak terdapat hubungan yang signifikan antara peran guru Pendidikan Jasmani (PJOK) dan pembangunan mental peserta didik di SDN 99 Pongrakka. Hal ini ditunjukkan oleh koefisien korelasi Pearson sebesar -0,115 dengan nilai signifikansi 0,567 ( $p > 0,05$ ). Meskipun secara deskriptif peran guru PJOK dinilai baik oleh siswa (mean = 26,96) dan aspek mental peserta didik juga berada dalam kategori tinggi (mean = 24,74), hubungan antara keduanya tidak terbukti secara statistik dalam konteks penelitian ini. Temuan ini mengindikasikan bahwa pembangunan mental siswa tidak dapat hanya disandarkan pada peran guru PJOK semata, melainkan dipengaruhi oleh interaksi berbagai faktor eksternal dan internal yang lebih kompleks.

Lingkungan keluarga, dukungan sosial, pola asuh, iklim sekolah, serta karakteristik individu siswa berperan penting dalam membentuk kesehatan mental dan perkembangan psikososial mereka. Hasil ini sejalan dengan perspektif ekologis Bronfenbrenner (1979) yang menekankan bahwa perkembangan individu merupakan hasil dari interaksi dinamis antara sistem mikro, meso, ekso, dan makro. Meskipun demikian, peran guru PJOK tetap penting sebagai fasilitator dan model dalam menanamkan nilai-nilai karakter melalui aktivitas fisik, olahraga, dan permainan. Guru PJOK di SDN 99 Pongrakka telah berupaya menciptakan lingkungan pembelajaran yang mendukung melalui pendekatan komunikatif, pemberian motivasi, dan penanaman nilai disiplin, kerja sama, serta sportivitas.

Namun, agar dampaknya lebih optimal, diperlukan kolaborasi yang sinergis antara sekolah, keluarga, dan masyarakat dalam mendukung proses pembangunan mental peserta didik. Penelitian ini juga menyoroti pentingnya pendekatan yang lebih holistik dan kontekstual dalam menyelenggarakan pendidikan jasmani yang berorientasi pada pengembangan mental. Diperlukan rancangan pembelajaran yang tidak hanya menekankan aspek fisik dan keterampilan motorik, tetapi juga secara terintegrasi memperkuat aspek psikologis, sosial, dan emosional siswa.

## Pernyataan Penulis

Dengan ini kami menyatakan bahwa artikel berjudul peran guru pendidikan jasmani dalam membangun mental peserta didik di SDN 99 Pongrakka adalah karya asli kami, belum pernah dipublikasikan, dan tidak sedang diajukan ke jurnal lain. Seluruh penulis telah membaca dan menyetujui versi final dari naskah ini, dan menyetujui untuk diajukan ke jurnal Porkes.

## Daftar Pustaka

- Arikunto, S. (2014). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard university press.
- Chaeroni, A., Kusmaedi, N., Ma'mun, A., & Budiana, D. (2021). Aktivitas Fisik : Apakah Memberikan Dampak Bagi Kebugaran Jasmani dan Kesehatan Mental? *Jurnal Sporta Saintika*, 6(1), 54–62.

<http://sportasaintika.ppj.unp.ac.id/index.php/sporta/article/view/163>

- Cohen, J. (1988). *Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences*: Lawrence Erlbaum Associates.
- Ghozali, I. (2016). *Aplikasi Analisis Multivariat dengan Program SPSS (Vol.8)*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Hendrawan, B., Nugraha, M. F., & Nugraha, F. (2020). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesadaran Ekologis Siswa pada Pembelajaran Berbasis Ekopedagogik di Sekolah Dasar. *Naturalistic : Jurnal Kajian Penelitian Pendidikan dan Pembelajaran*, 5(1), 684–491. <https://doi.org/10.35568/Naturalistic.V5i1.907>
- Hizbulloh, A. L. S., & Resita, C. (2023). Pengaruh Pendidikan Jasmani Terhadap Fungsi Kognitif Dan Capaian Belajar Peserta Didik. *Jpko Jurnal Pendidikan dan Kepelatihan Olahraga*, 1(2), 46–53. <https://journal.sabajayapublisher.com/index.php/jpko/article/view/123>
- Kahar, I., Pandi, A., Jalil, R., Heri Riswanto, A., & Keguruan Dan, F. (2022). Pengaruh Minat Belajar Terhadap Hasil Belajar Passing Sepak Bola Menggunakan Kaki Bagian dalam. *Jurnal Menssana Jurnal Ilmiah Bidang Pendidikan Olahraga*. 7(1), 1–11. <https://doi.org/10.24036/Menssana.07012022.1>
- Megantara, B. A., Thazqia, F. M., Wahid, Z. A., Pribadi, R., Mentari, A. G., Rahmah, A. S., & Tarigan, B. (2024). Pengaruh Pendidikan Jasmani terhadap Life Skills. *Jurnal Ilmiah Spirit*, 24(2), 92–106. <https://ejournal.utp.ac.id/index.php/JIS/article/view/3673>
- Putri, F. A., Insani, G. N., Arifin, M. H., & Wahyuningsih, Y. (2022). Pengaruh Kemajuan Teknologi Terhadap Karakter Peduli Sosial Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(1), 4351–4354. <https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/3544>
- Podsakoff, P. M., MacKenzie, S. B., Podsakoff, N. P., & Lee, J. Y. (2003). The mismeasure of man (agement) and its implications for leadership research. *The leadership quarterly*, 14(6), 615–656. <https://doi.org/10.1016/j.leaqua.2003.08.002>
- Saba, U. U. (2025). Membangun Pendidikan Karakter Siswa Melalui Pembelajaran Jasmani. *JPKO Jurnal Pendidikan dan Kepelatihan Olahraga*, 3(01).1–12. <https://journal.sabajayapublisher.com/index.php/jpko/article/view/369>
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Susanto, M. (2021). Upaya Pengembangan Karakter Peserta Didik Melalui Pendidikan Jasmani dan Olahraga. *Osf.Io*, 9. <https://Osf.Io/Preprints/9sn8v/>
- Virdi, S., Khotimah, H., & Dewi, K. (2023). Sosiologi Pendidikan dalam Pembentukan Karakter Peserta Didik di Sekolah. *Protasis: Jurnal Bahasa, Sastra, Budaya, dan Pengajarannya*, 2(1), 162–177. <https://protasis.amikveteran.ac.id/index.php/protasis/article/view/86>