

# Minat dan Motivasi Siswa dalam Mengikuti Pembelajaran PJOK

Nurfitria Darmawan\*, Rachmat Hidayat, A. Heri Riswanto

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

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

## Abstract

Low student interest and motivation in Physical Education, Sports, and Health (PJOK) learning is a critical issue at SD Negeri 19 Mappesau. Initial observations show symptoms of disinterest and inactivity among students, especially in grade V, which are strongly suspected to be related to limited sports facilities and infrastructure and teaching methods that lack variety. This study aims to analyze the level of student interest and motivation and identify the factors that influence them. The method used is quantitative descriptive with data collection techniques through questionnaires. The research sample consisted of 12 students from grade V selected using purposive sampling. The data were analyzed using descriptive statistics. The results showed that student interest was in the moderate category (42%), with intrinsic interest being more dominant. Meanwhile, student motivation was also in the moderate category (50%), with extrinsic motivation being lower due to the impact of limited facilities. The conclusion of the study reveals that the root of the problem lies not only in the internal aspects of students, but more in external factors such as the lack of sports equipment and teaching approaches that are not yet contextual. The implication is that context-aware teaching strategies and innovations in the use of local resources are needed to create more effective and enjoyable PJOK learning.

**Keyword:** Interest; motivation; physical education learning; elementary school; sports facilities.

## Abstrak

Rendahnya minat dan motivasi siswa dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) menjadi masalah kritis di SD Negeri 19 Mappesau. Observasi awal menunjukkan gejala ketidaktertarikan dan ketidakaktifan siswa, terutama di kelas V, yang diduga kuat terkait dengan keterbatasan sarana prasarana olahraga dan metode pengajaran yang kurang variatif. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat minat dan motivasi siswa serta mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhinya. Metode yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif dengan teknik pengumpulan data melalui kuesioner. Sampel penelitian berjumlah 12 siswa dari kelas V yang dipilih menggunakan *purposive sampling*. Data dianalisis secara statistik deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa minat siswa berada dalam kategori sedang (42%), dengan minat intrinsik lebih dominan. Sementara itu, motivasi siswa juga berada pada kategori sedang (50%), dengan motivasi ekstrinsik yang lebih rendah akibat dampak keterbatasan fasilitas. Simpulan penelitian mengungkap bahwa akar permasalahan tidak hanya terletak pada aspek internal siswa, tetapi lebih pada faktor eksternal seperti kurangnya alat olahraga dan pendekatan mengajar yang belum kontekstual. Implikasinya, diperlukan strategi *context-aware teaching* dan inovasi penggunaan sumber daya lokal untuk menciptakan pembelajaran PJOK yang lebih efektif dan menyenangkan.

**Kata Kunci:** Minat; motivasi; pembelajaran PJOK; Sekolah Dasar; fasilitas olahraga.

Received: 29 Agustus 2025 | Revised: 25, 27 September, 22 Oktober 2025

Accepted: - April 2025 | Published: 2 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 jasmani, olahraga, dan kesehatan (PJOK) memainkan peranan yang sangat penting dalam sistem pendidikan nasional Indonesia (Mumtazza et al., 2024). Program ini tidak hanya berfungsi sebagai sarana untuk meningkatkan kebugaran fisik siswa, tetapi juga berkontribusi dalam pengembangan karakter dan keterampilan sosial mereka. Dalam konteks ini, PJOK menjadi wahana yang strategis untuk membentuk generasi yang sehat, aktif, dan memiliki nilai-nilai positif dalam kehidupan sehari-hari. Menurut (Utama, 2011) tujuan utama PJOK adalah mengembangkan potensi peserta didik secara menyeluruh melalui aktivitas jasmani. Namun, tantangan yang dihadapi dalam praktiknya sering kali menghambat pencapaian tujuan tersebut.

Salah satu tantangan utama yang dihadapi dalam pembelajaran PJOK adalah rendahnya minat dan motivasi siswa (Hasibuan, 2024). Minat dan motivasi adalah dua elemen yang sangat berpengaruh terhadap keterlibatan siswa dalam proses belajar mengajar (Srimuliyani, 2023). Sebagaimana diungkapkan oleh Budiman (2017) minat adalah kecenderungan dan kegairahan yang tinggi terhadap suatu aktivitas. Sementara itu, motivasi dapat dipahami sebagai daya penggerak dalam diri siswa untuk mencapai tujuan belajar, seperti yang dijelaskan oleh (Cahyono et al., 2022) keduanya saling berkaitan dan berkontribusi pada tingkat partisipasi siswa dalam kegiatan pembelajaran, termasuk dalam PJOK.

Di SD Negeri 19 Mappesau, observasi awal menunjukkan bahwa minat dan motivasi siswa terhadap pembelajaran PJOK masih tergolong rendah. Hal ini terlihat dari kurangnya antusiasme siswa, terutama di kelas V, dalam mengikuti pelajaran. Misalnya, saat dilakukan aktivitas fisik seperti permainan bola atau senam, banyak siswa yang terlihat enggan untuk berpartisipasi secara aktif. Keterbatasan sarana dan prasarana olahraga menjadi salah satu faktor yang sangat signifikan dalam hal ini. Ketidacukupan alat olahraga, seperti bola, matras, dan lapangan yang memadai, dapat membuat siswa merasa kurang nyaman dan tidak termotivasi untuk berolahraga.

Selain itu, metode pembelajaran yang kurang variatif juga berkontribusi terhadap rendahnya minat siswa. Dalam konteks ini, guru sering kali menggunakan pendekatan yang monoton, di mana aktivitas yang dilakukan tidak cukup menarik perhatian siswa. Misalnya, jika guru hanya mengajarkan teknik dasar olahraga tanpa mengaitkannya dengan permainan atau kompetisi yang menyenangkan, siswa mungkin merasa bosan dan kehilangan minat. Oleh karena itu, penting bagi guru untuk merancang pembelajaran yang lebih kreatif dan interaktif, sehingga siswa dapat merasakan kesenangan dalam berolahraga. Kurangnya pendekatan personal dari guru dalam membangkitkan semangat belajar siswa juga menjadi faktor yang tidak bisa diabaikan.

Pendekatan yang lebih personal dan perhatian terhadap kebutuhan individu siswa dapat meningkatkan rasa percaya diri mereka. Misalnya, ketika seorang guru memberikan pujian atau pengakuan atas usaha siswa, hal ini dapat meningkatkan motivasi siswa untuk berpartisipasi lebih aktif. Sebaliknya, jika siswa merasa diabaikan atau tidak diperhatikan, mereka cenderung menjadi pasif dan tidak terlibat dalam pembelajaran. Observasi lebih lanjut di SD Negeri 19 Mappesau menunjukkan bahwa siswa cenderung pasif dan tidak terlibat secara penuh dalam

aktivitas fisik yang dilakukan. Hal ini bisa jadi disebabkan oleh kurangnya pemahaman siswa tentang pentingnya olahraga dan kesehatan.

Dalam banyak kasus, siswa mungkin tidak menyadari manfaat jangka panjang dari aktivitas fisik, seperti peningkatan kesehatan, kebugaran, dan kemampuan sosial. Oleh karena itu, penting bagi pendidik untuk menyampaikan informasi yang jelas dan menarik mengenai manfaat olahraga, agar siswa dapat memahami dan merasakan pentingnya berpartisipasi aktif dalam kegiatan PJOK. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis lebih dalam mengenai tingkat minat dan motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran PJOK di SD Negeri 19 Mappesau, serta mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhinya. Melalui penelitian ini, diharapkan dapat dirumuskan strategi yang efektif untuk meningkatkan partisipasi dan semangat belajar siswa, sehingga pembelajaran PJOK dapat berlangsung lebih optimal dan bermakna.

Penelitian ini akan melibatkan pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan kuesioner yang akan diberikan kepada siswa dan guru. Data yang diperoleh akan dianalisis untuk memberikan gambaran yang jelas tentang kondisi minat dan motivasi siswa serta faktor-faktor yang memengaruhinya. Dalam konteks yang lebih luas, penting untuk menyadari bahwa pendidikan jasmani tidak hanya berfokus pada aspek fisik, tetapi juga pada pengembangan karakter (Aldiansah et al., 2025). Siswa yang terlibat dalam aktivitas olahraga berkesempatan untuk belajar tentang kerjasama, disiplin, dan kepemimpinan (Batiurat et al., 2024). Misalnya, dalam permainan tim seperti sepak bola atau basket, siswa belajar untuk bekerja sama dengan rekan-rekan mereka untuk mencapai tujuan bersama.

Mereka juga belajar untuk menghargai perbedaan dan memahami pentingnya saling mendukung dalam mencapai kesuksesan. Oleh karena itu, pengembangan nilai-nilai sosial melalui PJOK sangat penting untuk membentuk karakter siswa yang baik (Saba, 2025). Dalam kesimpulannya, pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (PJOK) memiliki peran yang sangat penting dalam pengembangan siswa di SD Negeri 19 Mappesau. Namun, rendahnya minat dan motivasi siswa menjadi tantangan yang harus diatasi. Melalui penelitian ini, diharapkan dapat ditemukan solusi yang efektif untuk meningkatkan partisipasi siswa dalam pembelajaran PJOK.

Dengan memahami faktor-faktor yang memengaruhi minat dan motivasi siswa, guru dapat merancang strategi pembelajaran yang lebih menarik dan interaktif. Dengan demikian, pendidikan jasmani tidak hanya akan meningkatkan kebugaran fisik siswa, tetapi juga membentuk karakter yang positif dan nilai-nilai sosial yang penting untuk kehidupan mereka di masa depan.

## Metode

Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Menurut (Murjani, 2022; Afif et al., 2023) metode penelitian kuantitatif merupakan metode penelitian yang digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu dengan menggunakan instrumen dan analisis data yang bersifat kuantitatif/statistik untuk menguji hipotesis. Dengan demikian penelitian kuantitatif adalah suatu metode ilmiah yang menggunakan data yang bersifat kuantitatif berupa angka, grafik, tabel, dan analisis datanya bersifat kuantitatif/statistik untuk

menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SD 19 Mappesau sebanyak 60 orang.

Dalam penelitian ini jumlah sampelnya berjumlah 12 siswa, maka teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Pertimbangan tertentu oleh peneliti berhubung kelas V yang paling rendah minat dan motivasi belajarnya. Teknik pengumpulan data adalah kuesioner atau sering disebut angket adalah metode pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi atau mengajukan seperangkat pertanyaan atau pertanyaan tertulis kepada responden (Daruhadi & Sopiati, 2024). Selanjutnya kuesioner tersebut diisi oleh para responden sesuai yang mereka kehendaki secara independen dengan tanpa adanya paksaan (Herlina, 2019:49). Observasi berarti pengamatan secara langsung terhadap gejala yang diteliti, dalam arti luas, observasi meliputi pengamatan secara langsung maupun tidak langsung terhadap objek yang sedang diteliti (Djollong, 2014).

Dokumentasi yaitu pengumpulan data yang didasarkan pada dokumen atau catatan yang ada pada lokasi penelitian (Daruhadi & Sopiati, 2024). Dokumentasi menurut (Sugiyono 2013:24; Eprizal, 2024) yaitu catatan peristiwa yang sudah berlaku. Dokumen ini bisa berbentuk tulisan, gambar atau karya monumental dari seseorang. Validitas penelitian kuantitatif berbeda dengan penelitian kualitatif, validitas tidak memiliki konotasi yang sama dengan peneliti kualitatif dan tidak pula sejajar dengan reliabilitas ataupun generalisasi dalam penelitian kuantitatif (Subhaktiyasa, 2024). Dengan melakukan uji validitas data, peneliti dapat memastikan bahwa data yang dikumpulkan akurat, relevan dan dapat dipercaya sehingga hasil penelitian dapat diandalkan dan digunakan untuk membuat keputusan yang tepat.

Teknik analisis data menurut (Handayani, 2023:82) merupakan “proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil catatan lapangan dan dokumentasi dengan mengorganisasikan data kedalam kategori dan memasukkan kedalam pola dan memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami diri sendiri dan orang lain”.

Tabel 1. Rentangan norma minat dan motivasi

No	Rentangan Norma	Kategori
1	$M + 1,5 \text{ SD}$ ke atas	Sangat Tinggi
2	$M + 0,5 \text{ SD}$ s.d $M + 1,5 \text{ SD}$	Tinggi
3	$M - 0,5 \text{ SD}$ s.d $M + 0,5 \text{ SD}$	Sedang
4	$M - 1,5 \text{ SD}$ s.d $M - 0,5 \text{ SD}$	Rendah
5	$M - 1,5 \text{ SD}$ ke bawah	Sangat Rendah

## Hasil

Variabel penelitian ini yaitu minat dan motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran pjok di SDN 19 Mappesau. Data penelitian diperoleh dari kuesioner yang diisi oleh responden. Data minat dan motivasi sebelum dianalisis dan dideskripsikan, dengan tujuan untuk mempermudah penyajian penelitian. Minat dan motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran PJOK di SDN 19 Mappesau diamati dalam dua faktor yaitu intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Hasil analisis deskriptif data minat dan motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran PJOK di SDN 19 Mappesau adalah sebagai berikut.

Tabel 2. Hasil analisis deskriptif

Data	Mean	Median	Mode	Std.Dev	Min	Max
Minat	43,83	43,50	41	3,786	36	50
Minat Intrinsik	17,25	18,00	18	1,913	12	20
Minat Ekstrinsik	26,58	26,00	25	2,429	23	30
Motivasi	41,17	41,50	40	4,840	31	48
Motivasi Intrinsik	16,17	16,00	16	2,038	12	19
Motivasi Ekstrinsik	25,00	25,50	21	3,191	19	29

Hasil analisis deskriptif pada data minat siswa dalam mengikuti pembelajaran PJOK di SDN 19 Mappesau, diperoleh nilai *mean* (rerata) sebesar 43,83, nilai median sebesar 43,50, nilai modus/mode sebesar 41, dan nilai standar deviasi sebesar 3,786, nilai minimum sebesar 36, dan nilai maksimum sebesar 50. Hasil analisis deskriptif pada data minat intrinsik siswa dalam mengikuti pembelajaran PJOK di SDN 19 Mappesau, diperoleh nilai *mean* (rerata) sebesar 17,25, nilai median sebesar 18,00, nilai modus/mode sebesar 18, dan nilai standar deviasi sebesar 1,913, nilai minimum sebesar 12, dan nilai maksimum sebesar 20. Hasil analisis deskriptif pada data minat ekstrinsik siswa dalam mengikuti pembelajaran PJOK di SDN 19 Mappesau, diperoleh nilai *mean* (rerata) 26,58, nilai median sebesar 26,00, nilai modus/mode sebesar 25, dan nilai standar deviasi sebesar 2,429, nilai minimum sebesar 23, dan nilai maksimum sebesar 30.

Hasil analisis deskriptif pada data motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran PJOK di SDN 19 Mappesau, diperoleh nilai *mean* (rerata) sebesar 41,17, nilai median sebesar 41,50, nilai modus/mode sebesar 40, dan nilai standar deviasi sebesar 4,840, nilai minimum sebesar 31, dan nilai maksimum sebesar 48. Hasil analisis deskriptif pada data motivasi intrinsik siswa dalam mengikuti pembelajaran PJOK di SDN 19 Mappesau, diperoleh nilai *mean* (rerata) sebesar 16,17, nilai median sebesar 16,00, nilai modus/mode sebesar 16, dan nilai standar deviasi sebesar 2,038, nilai minimum sebesar 12, dan nilai maksimum sebesar 19. Hasil analisis deskriptif pada data motivasi ekstrinsik siswa dalam mengikuti pembelajaran PJOK di SDN 19 Mappesau, diperoleh nilai *mean* (rerata) sebesar 25,00, nilai median sebesar 25,50, nilai modus/mode sebesar 21, dan nilai standar deviasi sebesar 3,191, nilai minimum sebesar 19, dan nilai maksimum sebesar 29.

Data penelitian ini dianalisis menggunakan teknik statistik deskriptif. Adapun teknik perhitungannya menggunakan presentase. Data dikategorikan menjadi lima kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah. Pengkategorian dibuat berdasarkan *mean* dan *standar deviasi* hasil perhitungan deskriptif yang telah dilakukan sebelumnya. Hasil pengkategorian masing-masing data penelitian adalah hasil perhitungan deskriptif data minat siswa diperoleh nilai *mean* sebesar 43,83 dan nilai standar deviasi sebesar 3,786. Nilai *mean* dan standar deviasi tersebut digunakan sebagai dasar pengkategorian data. Hasil pengkategorian data minat siswa dalam mengikuti pembelajaran PJOK di SDN 19 Mappesau dapat dilihat pada tabel berikut

Tabel 3. Kategori data minat

Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
$x > 50$	1	8%	Sangat Tinggi

46 sd 49	3	25%	Tinggi
42 sd 45	5	42%	Sedang
38 sd 41	2	17%	Rendah
$x < 38$	1	8%	Sangat Rendah
Total	12	100%	

Tabel di atas diketahui siswa yang masuk dalam kategori sangat tinggi sebanyak 1 orang atau setara dengan 8%, siswa yang masuk dalam kategori tinggi sebanyak 3 orang atau setara dengan 25%, siswa yang masuk dalam kategori sedang sebanyak 5 orang atau setara dengan 42%, siswa yang masuk dalam kategori rendah sebanyak 2 orang atau setara dengan 17% mempunyai minat rendah dan siswa yang masuk dalam kategori sangat rendah sebanyak 1 orang atau setara dengan 8%. Hasil perhitungan deskriptif data minat intrinsik siswa diperoleh nilai mean sebesar 17,25 dan nilai standar deviasi sebesar 1,913. Nilai mean dan standar deviasi tersebut digunakan sebagai dasar pengkategorian data. Hasil pengkategorian data minat intrinsik siswa dalam mengikuti pembelajaran PJOK di SDN 19 Mappesau dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 4. Kategori data minat intrinsik

Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
$x > 21$	0	0%	Sangat Tinggi
19 sd 20	1	8%	Tinggi
17 sd 18	9	76%	Sedang
14 sd 16	1	8%	Rendah
$x < 14$	1	8%	Sangat Rendah
Total	12	100%	

Tabel di atas diketahui siswa yang masuk dalam kategori sangat tinggi sebanyak 0 orang atau setara dengan 0%, siswa yang masuk dalam kategori tinggi sebanyak 1 orang atau setara dengan 8%, siswa yang masuk dalam kategori sedang sebanyak 9 orang atau setara dengan 76%, siswa yang masuk dalam kategori rendah sebanyak 1 orang atau setara dengan 8% mempunyai minat intrinsik rendah dan siswa yang masuk dalam kategori sangat rendah sebanyak 1 orang atau setara dengan 8%. Hasil perhitungan deskriptif data minat ekstrinsik siswa diperoleh nilai *mean* sebesar 26,58 dan nilai standar deviasi sebesar 2,429. Nilai *mean* dan standar deviasi tersebut digunakan sebagai dasar pengkategorian data. Hasil pengkategorian data minat intrinsik siswa dalam mengikuti pembelajaran PJOK di SDN 19 Mappesau dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 5. Kategori data minat ekstrinsik

Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
$x > 31$	0	0%	Sangat Tinggi
29 sd 30	4	33%	Tinggi
26 sd 28	2	17%	Sedang
23 sd 25	6	50%	Rendah
$x < 23$	0	0%	Sangat Rendah
Total	12	100	



Tabel di atas diketahui siswa yang masuk dalam kategori sangat tinggi sebanyak 0 orang atau setara dengan 0%, siswa yang masuk dalam kategori tinggi sebanyak 4 orang atau setara dengan 33%, siswa yang masuk dalam kategori sedang sebanyak 2 orang atau setara dengan 17%, siswa yang masuk dalam kategori rendah sebanyak 6 orang atau setara dengan 50% mempunyai minat ekstrinsik rendah dan siswa yang masuk dalam kategori sangat rendah sebanyak 0 orang atau setara dengan 0%. Hasil perhitungan deskriptif data motivasi siswa diperoleh nilai *mean* sebesar 41,17 dan nilai standar deviasi sebesar 4,840. Nilai *mean* dan standar deviasi tersebut digunakan sebagai dasar pengkategorian data. Hasil pengkategorian data motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran PJOK di SDN 19 Mappesau dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 6. Kategori data motivasi

Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
$x > 49$	0	0%	Sangat Tinggi
45 sd 48	3	25%	Tinggi
40 sd 44	6	50%	Sedang
34 sd 39	2	17%	Rendah
$x < 34$	1	8%	Sangat Rendah
Total	12	100%	

Tabel di atas diketahui siswa yang masuk dalam kategori sangat tinggi sebanyak 0 orang atau setara dengan 0%, siswa yang masuk dalam kategori tinggi sebanyak 3 orang atau setara dengan 25%, siswa yang masuk dalam kategori sedang sebanyak 6 orang atau setara dengan 50%, siswa yang masuk dalam kategori rendah sebanyak 2 orang atau setara dengan 17% mempunyai motivasi rendah dan siswa yang masuk dalam kategori sangat rendah sebanyak 1 orang atau setara dengan 8%. Hasil perhitungan deskriptif data motivasi intrinsik siswa diperoleh nilai *mean* sebesar 16,17 dan nilai standar deviasi sebesar 2,038. Nilai *mean* dan standar deviasi tersebut digunakan sebagai dasar pengkategorian data. Hasil pengkategorian data motivasi intrinsik siswa dalam mengikuti pembelajaran PJOK di SDN 19 Mappesau dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 7. Kategori data motivasi intrinsik

Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
$x > 20$	0	0%	Sangat Tinggi
18 sd 19	3	25%	Tinggi
16 sd 17	5	42%	Sedang
13 sd 15	3	25%	Rendah
$x < 13$	1	8%	Sangat Rendah
Total	12	100%	

Tabel di atas diketahui siswa yang masuk dalam kategori sangat tinggi sebanyak 0 orang atau setara dengan 0%, siswa yang masuk dalam kategori tinggi sebanyak 3 orang atau setara dengan 25%, siswa yang masuk dalam kategori sedang sebanyak 5 orang atau setara dengan 42%, siswa yang masuk dalam kategori rendah sebanyak 3 orang atau setara dengan 25% mempunyai motivasi intrinsik rendah dan siswa yang masuk dalam

kategori sangat rendah sebanyak 1 orang atau setara dengan 8%. Hasil perhitungan deskriptif data motivasi ekstrinsik siswa diperoleh nilai *mean* sebesar 25,00 dan nilai standar deviasi sebesar 3,191. Nilai *mean* dan standar deviasi tersebut digunakan sebagai dasar pengkategorian data. Hasil pengkategorian data motivasi ekstrinsik siswa dalam mengikuti pembelajaran PJOK di SDN 19 Mappesau dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 8. Kategori data motivasi ekstrinsik

Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
$x > 31$	0	0%	Sangat Tinggi
28 sd 30	3	25%	Tinggi
24 sd 27	6	50%	Sedang
20 sd 23	2	17%	Rendah
$x < 20$	1	8%	Sangat Rendah
Total	12	100	

Tabel di atas diketahui siswa yang masuk dalam kategori sangat tinggi sebanyak 0 orang atau setara dengan 0%, siswa yang masuk dalam kategori tinggi sebanyak 3 orang atau setara dengan 25%, siswa yang masuk dalam kategori sedang sebanyak 6 orang atau setara dengan 50%, siswa yang masuk dalam kategori rendah sebanyak 2 orang atau setara dengan 17% mempunyai motivasi ekstrinsik rendah dan siswa yang masuk dalam kategori sangat rendah sebanyak 1 orang atau setara dengan 8%.

## Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa minat siswa dalam mengikuti pembelajaran PJOK di SD Negeri 19 Mappesau berada pada kategori sedang (42%). Angka ini menunjukkan bahwa meskipun ada ketertarikan, masih banyak ruang untuk perbaikan. Penting untuk memahami bahwa minat adalah faktor kunci dalam proses pembelajaran. Menurut (Renninger & Hidi, 2016:73), minat dapat mendorong keterlibatan belajar yang lebih dalam. Dalam konteks ini, minat siswa yang berada pada kategori sedang menunjukkan bahwa ada potensi yang belum sepenuhnya dimanfaatkan. Misalnya, jika kita melihat lebih jauh, kita bisa mempertimbangkan faktor-faktor yang mungkin mempengaruhi minat siswa, seperti metode pengajaran yang digunakan oleh guru.

Variasi metode mengajar guru, seperti yang dinyatakan oleh (Imawati & Maulana, 2021), memainkan peran penting dalam membangkitkan minat siswa. Jika guru hanya menggunakan satu metode pengajaran yang monoton, siswa mungkin akan kehilangan minat. Sebaliknya, penggunaan berbagai metode, seperti permainan, diskusi kelompok, atau pembelajaran berbasis proyek, dapat meningkatkan keterlibatan siswa. Dalam hal ini, contoh konkret dapat diambil dari sekolah-sekolah yang berhasil menerapkan pendekatan pembelajaran aktif dan interaktif, yang terbukti berhasil meningkatkan minat siswa. Motivasi siswa juga berada pada tingkat sedang (50%). Angka ini menunjukkan bahwa meskipun siswa memiliki minat yang cukup, mereka mungkin tidak merasa terdorong untuk berpartisipasi secara aktif dalam pembelajaran.



Motivasi adalah pendorong utama dalam proses belajar, dan dalam konteks PJOK, motivasi ekstrinsik sering kali berperan besar (Fitriya et al., 2025). Namun, penelitian ini mengungkapkan bahwa ketersediaan fasilitas olahraga menjadi faktor yang lebih krusial dalam membangkitkan motivasi ekstrinsik. Dengan kata lain, meskipun siswa memiliki ketertarikan terhadap aktivitas fisik, kurangnya alat olahraga yang memadai dapat menghambat mereka untuk berpartisipasi secara aktif. Sebagai contoh, di SDN 19 Mappesau, siswa mungkin memiliki keinginan untuk bermain sepak bola atau basket, tetapi jika tidak ada bola atau lapangan yang memadai, keinginan tersebut tidak dapat terwujud.

Hal ini sejalan dengan temuan (Panjaitan & Fardana, 2023) yang menyatakan bahwa variasi permainan yang menarik dapat meningkatkan motivasi siswa. Dengan demikian, perbaikan infrastruktur olahraga di sekolah menjadi langkah yang sangat penting untuk meningkatkan motivasi siswa. Salah satu temuan unik dari penelitian ini adalah adanya pola partisipasi gender yang tidak lazim. Umumnya, stereotip menyatakan bahwa siswa putra lebih antusias dalam pelajaran PJOK, namun di SDN 19 Mappesau, siswa putri justru menunjukkan semangat yang lebih tinggi. Fenomena ini menarik untuk dianalisis lebih lanjut. Salah satu kemungkinan adalah bahwa metode pengajaran yang diterapkan belum mampu menjangkau preferensi belajar seluruh siswa.

Misalnya, jika kegiatan yang dilakukan lebih bersifat kompetitif dan agresif, siswa putri mungkin merasa kurang nyaman. Sebaliknya, jika kegiatan tersebut lebih berfokus pada kerjasama dan kolaborasi, siswa putri mungkin akan lebih bersemangat. Kurangnya model peran (role model) olahragawan pria yang dekat dengan keseharian siswa juga dapat mempengaruhi pola partisipasi ini. Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Syarifuddin & Rahman, 2021), keberadaan model peran yang relevan dapat meningkatkan motivasi siswa, terutama dalam konteks olahraga. Jika siswa tidak melihat adanya sosok yang mereka anggap sebagai panutan dalam dunia olahraga, mereka mungkin merasa kurang terdorong untuk berpartisipasi.

Teori Interest-Driven Learning yang dikemukakan oleh (Renninger & Hidi, 2016:120) menemukan konteksnya yang spesifik dalam studi ini. Teori ini mengemukakan bahwa minat akan mendorong keterlibatan belajar. Namun, dalam kondisi minim fasilitas, minat intrinsik saja tidak cukup. Hal ini menunjukkan bahwa guru perlu berupaya ekstra untuk mentransformasi minat intrinsik siswa menjadi partisipasi aktif. Sebagai contoh, guru dapat memanfaatkan potensi lokal dan permainan tradisional sebagai alternatif alat bantu mengajar. Misalnya, jika di daerah tersebut terdapat permainan tradisional yang populer, guru dapat mengintegrasikannya ke dalam pembelajaran PJOK. Ini tidak hanya akan menarik minat siswa, tetapi juga memperkenalkan mereka pada budaya lokal.

Dukungan teori dari (Deci & Ryan, 2017:92) mengenai motivasi intrinsik dan ekstrinsik juga mendapatkan dimensi baru dalam konteks penelitian ini. Temuan ini memperkuat teori tersebut dengan menunjukkan bahwa dalam lingkungan yang miskin sumber daya, keseimbangan antara kedua jenis motivasi ini menjadi sangat rentan. Motivasi intrinsik siswa yang sebenarnya ada, gagal berkembang optimal karena tidak didukung oleh lingkungan eksternal yang memadai. Hal ini menegaskan pentingnya pendekatan yang lebih holistik dalam meningkatkan motivasi siswa, yang tidak hanya berfokus pada aspek kognitif-motivasional, tetapi juga pada perbaikan faktor eksternal.

Inovasi yang ditawarkan dari penelitian ini adalah perlunya pendekatan context-aware teaching dalam PJOK. Dalam pendekatan ini, guru dituntut untuk merancang aktivitas fisik dengan mempertimbangkan keterbatasan sarana yang ada, sekaligus memanfaatkan potensi lokal dan dinamika sosial siswa di kelas. Dengan pendekatan ini, diharapkan terjadi sinergi antara minat intrinsik siswa dan dukungan eksternal, yang pada akhirnya dapat mendorong keterlibatan siswa secara lebih optimal dan bermakna. Kesimpulannya, penelitian ini menunjukkan bahwa minat dan motivasi siswa dalam pembelajaran PJOK di SD Negeri 19 Mappesau berada pada kategori sedang, dengan faktor-faktor yang mempengaruhi minat dan motivasi tersebut sangat beragam.

Ketersediaan fasilitas olahraga, metode pengajaran yang digunakan, serta pola partisipasi gender menjadi aspek-aspek penting yang perlu diperhatikan. Untuk meningkatkan keterlibatan siswa, diperlukan pendekatan yang lebih inovatif dan kontekstual yang dapat mengoptimalkan potensi siswa dan mengatasi keterbatasan yang ada. Dengan demikian, diharapkan pembelajaran PJOK dapat menjadi lebih menarik dan bermakna bagi semua siswa, terlepas dari gender dan latar belakang mereka. Penelitian ini memberikan kontribusi yang berarti bagi pengembangan pendidikan fisik di sekolah dasar, terutama dalam konteks keterbatasan sumber daya. Ke depan, diharapkan ada penelitian lanjutan yang dapat mengeksplorasi lebih dalam tentang strategi-strategi yang efektif dalam meningkatkan minat dan motivasi siswa di bidang PJOK, serta bagaimana cara mengimplementasikannya dalam konteks yang beragam.

## Simpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan maka dapat diambil kesimpulan bahwa minat siswa dalam mengikuti pembelajaran PJOK di SDN 19 Mappesau tergolong rendah. Sementara itu, tingkat motivasi siswa sedikit lebih tinggi, namun masih tergolong sedang. Hal ini menunjukkan bahwa diperlukan upaya lebih lanjut untuk meningkatkan minat dan motivasi siswa agar pembelajaran PJOK dapat berlangsung lebih efektif dan menyenangkan. Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa tingkat minat siswa kelas V dalam mengikuti pembelajaran PJOK di SD Negeri 19 Mappesau secara umum masih tergolong dalam kategori sedang (42%).

Meskipun demikian, minat intrinsik siswa (seperti rasa senang terhadap aktivitas fisik) menunjukkan nilai yang lebih tinggi daripada minat ekstrinsik, yang menunjukkan adanya potensi internal yang dapat dikembangkan. Tingkat motivasi siswa juga berada pada kategori sedang (50%). Motivasi ekstrinsik, seperti penghargaan dari guru dan dukungan teman sebaya, masih memegang peranan penting dalam mendorong partisipasi siswa, selain motivasi intrinsik yang berasal dari keinginan untuk sehat dan bugar. Rendahnya minat dan motivasi ini dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain keterbatasan sarana dan prasarana olahraga, metode pembelajaran yang kurang variatif dan menarik, serta kurangnya pendekatan yang menekankan pada aspek kesenangan dan permainan dalam proses pembelajaran.

Oleh karena itu, untuk meningkatkan minat dan motivasi siswa, diperlukan upaya yang terencana dan berkelanjutan dari guru dan sekolah. Beberapa implikasi yang dapat direkomendasikan adalah bagi guru menginovasi metode pembelajaran dengan lebih banyak

memasukkan unsur permainan (*game-based learning*) dan tantangan yang menyenangkan. Memberikan umpan balik positif dan penghargaan untuk membangun motivasi ekstrinsik yang sehat. Menciptakan lingkungan belajar yang inklusif dan mendukung, dimana setiap siswa merasa dihargai kontribusinya. Bagi sekolah berupaya untuk melengkapi sarana dan prasarana olahraga yang mendukung variasi aktivitas pembelajaran. Memfasilitasi pengembangan profesional guru PJOK melalui pelatihan mengenai strategi pembelajaran aktif dan kreatif. Dengan upaya tersebut, diharapkan pembelajaran PJOK dapat berlangsung lebih efektif, menyenangkan, dan pada akhirnya mampu meningkatkan tidak hanya aspek fisik, tetapi juga aspek sosial dan emosional siswa secara menyeluruh.

## Pernyataan Penulis

Penulis menyatakan bahwa artikel ini merupakan karya asli yang belum pernah dipublikasikan pada jurnal ilmiah manapun, baik dalam bentuk cetak maupun digital, dan tidak sedang dalam proses pengajuan di tempat lain. Segala bentuk kutipan dan referensi telah dicantumkan sesuai dengan kaidah ilmiah yang berlaku. Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, arahan, dan motivasi selama proses penulisan artikel ini.

## Daftar Pustaka

- Aldiansah, R., Fauzi, R. A., Ayudia, T., Kurnia, M. A., Suryani, K., & Hamzah, R. M. (2025). Pendidikan Jasmani Mengembangkan Karakter Siswa. *Jurnal Performa Olahraga*, 10(1), 44-50. <https://performa.ppj.unp.ac.id/index.php/kepel/article/view/721>
- Afif, Z., Azhari, D. S., Kustati, M., & Sepriyanti, N. (2023). Penelitian Ilmiah (Kuantitatif) Beserta Paradigma, Pendekatan, Asumsi Dasar, Karakteristik, Metode Analisis Data dan Outputnya. *Innovative: Journal of Social Science Research*, 3(3), 682-693. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/2260>
- Batiurat, W., Tomas, S. K., & Kelbulan, E. (2024). Peran Penting Guru Olahraga dalam Pendidikan Karakter di Sekolah. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 23(4), 264-269. <https://ppjp.ulm.ac.id/journal/index.php/multilateralpjkr/article/view/20961>
- Budiman, B. (2017). Peningkatan Minat Belajar Pendidikan Jasmani Melalui Pendekatan Taktis. *Jurnal Olahraga*, 3(2), 67-74. <https://doi.org/10.37742/jo.v3i2.74>
- Cahyono, D. D., Hamda, M. K., & Prahastiwi, E. D. (2022). Pimikiran Abraham Maslow Tentang Motivasi dalam Belajar. *Tajdid: Jurnal Pemikiran Keislaman dan Kemanusiaan*, 6(1), 37-48. <https://doi.org/10.52266/tajdid.v6i1.767>
- Daruhadi, G., & Sopiati, P. (2024). Pengumpulan Data Penelitian. *J-CEKI: Jurnal Cendekia Ilmiah*, 3(5), 5423-5443. <https://ulilalbabinstitute.co.id/index.php/J-CEKI/article/view/5181>
- Djollong, A. F. (2014). Tehnik Pelaksanaan Penelitian Kuantitatif. *Istiqra: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam*, 2(1), 1-12. <https://jurnal.umpar.ac.id/index.php/istiqra/article/view/224>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2017). *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior*. New York: Springer.

- Epriyal, E. (2024). Pelaksanaan Fungsi Badan Permusyawaratan Desa (BPD) di Desa Pangkalan Indarung Kecamatan Singing Kabupaten Kuantan Singingi. *Jurnal Juhanperak*, 5(1), 280-293.  
<https://ejournal.uniks.ac.id/index.php/PERAK/article/view/3501>
- Fitriya, E., Kurahman, O. T., Tarsono, T., Nurhayati, F., Santora, P., & Rosulina, D. (2025). Peran Motivasi Intrinsik dan Ekstrinsik dalam Meningkatkan Hasil Belajar Pendidikan Agama Islam. *Didaktika: Jurnal Kependidikan*, 14(1 Februari), 1055-1064.  
<https://www.jurnaldidaktika.org/contents/article/view/1750>
- Herlina, V. (2019). *Panduan praktis mengolah data kuesioner menggunakan SPSS*. Elex Media Komputindo.
- Handayani, L. T. (2023). *Buku Ajar Implementasi Teknik Analisis Data Kuantitatif (Penelitian Kesehatan)*. PT. Scifintech Andrew Wijaya.
- Hasibuan, J. A. S., Siregar, S., Giawa, I. B., & Zai, E. B. (2024). Permasalahan yang Dihadapi oleh Seorang Guru dalam Merancang Pembelajaran Penjas. *JPKO Jurnal Pendidikan dan Keolahragaan*, 2(02), 111-113.  
<https://journal.sabajayapublisher.com/index.php/jpko/article/view/479>
- Imawati, V., & Maulana, A. (2021). Minat Belajar Siswa dalam Mengikuti Proses Pembelajaran PJOK. *Patria Educational Journal (PEJ)*, 1(1), 87-93.  
<https://doi.org/10.28926/pej.v1i1.439>
- Mumtazza, H. S., Pramanta, I. A. D., Kurniawan, D., Raubun, G. R. Y., & Hambali, B. (2024). Pentingnya Pendidikan Jasmani dalam Meningkatkan Partisipasi Siswa dalam Olahraga dan Kegiatan Fisik. *Integrated Sport Journal (ISJ)*, 2(2), 9-17.  
<https://ejournal.indrainstitute.id/index.php/isj/article/view/768>
- Murjani, M. (2022). Prosedur Penelitian Kuantitatif. *Jurnal Cross-border*, 5(1), 687-713.  
<https://journal.iaisambas.ac.id/index.php/Cross-Border/article/view/1141>
- Panjaitan, K., & Fardana, N. (2023). Peningkatan Motivasi Belajar Siswa Melalui Pendekatan Permainan dalam Pembelajaran Penjas. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 7(1), 54-61. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v7i1.6857>
- Renninger, K.A., & Hidi, S. (2016). *The Power of Interest for Motivation and Engagement*. New York: Routledge.
- Srimuliyani, S. (2023). Menggunakan Teknik Gamifikasi untuk Meningkatkan Pembelajaran dan Keterlibatan Siswa di Kelas. *Educare: Jurnal Pendidikan dan Kesehatan*, 1(1), 29-35. <https://doi.org/10.70437/jedu.v1i1.2>
- Saba, U. U. (2025). Membangun Pendidikan Karakter Siswa Melalui Pembelajaran Jasmani. *JPKO Jurnal Pendidikan dan Keolahragaan Olahraga*, 3(01).  
<https://journal.sabajayapublisher.com/index.php/jpko/article/view/369>
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.
- Subhaktiyasa, P. G. (2024). Menentukan Populasi dan Sampel: Pendekatan Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 9(4), 2721-2731.  
<https://jipp.unram.ac.id/index.php/jipp/article/view/2657>

- Syarifuddin, A., & Rahman, A. (2021). Pengaruh Strategi Pembelajaran Aktif terhadap Motivasi dan Minat Belajar PJOK Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 10(1), 45–53.
- Utama, A. B. (2011). Pembentukan Karakter Anak Melalui Aktivitas Bermain dalam Pendidikan Jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 8(1), 1-9.  
<https://journal.uny.ac.id/index.php/jpji/article/view/3477>