

Pengaruh Permainan Kecil dalam Pemanasan Terhadap Motivasi Siswa

Meylani Ayu Wulandari ^{*1}, Abdul Salam Hidayat ², Setio Nugroho ³

meylaniaw@gmail.com ^{*1}, abdul.salamhidayat@fkip.unsika.ac.id ², setio.nugroho@fkip.unsika.ac.id ³

^{1,2,3} Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, FKIP Universitas Singaperbangsa Karawang

Abstract

The purpose of this study was to determine the effect of small games in warming up on student motivation in physical education learning. This study uses a quantitative approach. The research method used in this study is an experimental research method. This type of research is Pre-Experimental Design. While the form of research using the form of One - Group Pretest-Posttest Design. The implementation of this research was carried out in three stages, namely pretest, treatment, and posttest. This research was conducted at SMA Negeri 1 Telukjambe Barat. The population used is all students of class XI IPA 2, totaling 197 students. The sample in this study is cluster random sampling, namely class XI IPA 2, totaling 32 students. The independent variable is a small game in warming up and the variable is motivation to learn. The research instrument used a learning motivation questionnaire and data collection techniques with a Likert scale. Data analysis was carried out by testing validity, reliability, normality test, homogeneity test, and hypothesis testing. the results based on the calculation of the average pretest 84.00 and the average posttest results of 87.96. Result of $t_{count} -6.078 > t_{table} 2.040$. The magnitude of the effect is 4.51%. Thus it can be said that there is a significant effect of small games in warming up on students' motivation in physical education learning.

Keyword: Learning motivation; physical education learning; small games in warming up.

Abstrak

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh permainan kecil dalam pemanasan terhadap motivasi siswa dalam pembelajaran penjas. Penelitian ini menggunakan pendekatan Kuantitatif. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian eksperimen. Jenis penelitian ini *Pre-Experimental Design*. Sedangkan bentuk penelitian menggunakan bentuk *One – Grup Pretest-Posttest Design*. Pelaksanaan penelitian ini dilaksanakan dalam tiga tahapan yaitu *pretest, treatment, dan posttest*. Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Telukjambe Barat. Populasi yang digunakan adalah seluruh siswa kelas XI IPA 2 yang berjumlah 197 siswa. Sample dalam penelitian *cluster random sampling* yaitu kelas XI IPA 2 yang berjumlah 32 siswa. Variabel bebas adalah permainan kecil dalam pemanasan dan variabel terikat motivasi belajar. Instrumen penelitian menggunakan angket motivasi belajar dan teknik pengumpulan data dengan skala *likert*. Analisis data yang dilakukan dengan uji validitas, reliabilitas, uji normalitas, uji homogenitas, dan uji

hipotesis. Berdasarkan hasil perhitungan hasil rata-rata pretest 84,00 dan hasil rata-rata posttest sebesar 87,96. Hasil $t_{hitung} -6,078 > t_{tabel} 2,040$. Besarnya pengaruh adalah 4,51%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan permainan kecil dalam pemanasan terhadap motivasi siswa dalam pembelajaran pejas.

Kata kunci: Motivasi belajar; permainan kecil dalam pemanasan; pembelajaran pendidikan jasmani.

© 2022 UNIVERSITAS HAMZANWADI
Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan & Rekreasi
Fakultas Ilmu Pendidikan
E-ISSN 2614-8781

Info Artikel

Dikirim : 16 Agustus 2022

Diterima : 11 November 2022

Dipublikasikan : 30 Desember 2022

✉ Alamat korespondensi: jurnalporkes@hamzanwadi.ac.id

Universitas Singaperbangsa Karawang, Jl. HS. Ronggo Waluyo, Puseurjaya, Telukjambe Timur, Karawang, Jawa Barat. 41361, Indonesia

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang mengutamakan aktivitas fisik dan dapat merubah perilaku manusia secara menyeluruh baik dalam segi fisik, mental serta emosional. Selain itu juga dapat berguna untuk membentuk kebugaran jasmani dan rohani yang sehat. Sampai saat ini pendidikan jasmani dan olahraga menjadi mata pelajaran dasar namun sifatnya sangat penting untuk membina mutu sumber daya manusia. Dibutuhkan ketekunan dan kemampuan cepat tangkap untuk memahami pelajaran pendidikan jasmani dan olahraga. Menurut (Rasyidin et al 2017) pendidikan adalah segala pengalaman belajar yang berlangsung dalam segala lingkungan dan sepanjang hidup yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan individu. Pendidikan jasmani adalah suatu aktivitas olahraga yang dibuat semenarik mungkin dan menyenangkan yang bertujuan membentuk keseimbangan fisik dan jiwa, baik jasmani dan rohani serta pembentukan karakter (Zulkarnain & Hartati, 2015). Upaya besar seorang guru pendidikan jasmani dan olahraga dinilai sangat penting dan diutamakan demi memupuk kemampuan dasar siswa dalam menghadapi proses

pembelajarannya. Upaya pembinaan pengajar dan siswa melalui pendidikan jasmani dan olahraga membutuhkan kesabaran dan keikhlasan untuk berkorban.

Menurut Taufik dalam (Mudzakir, 2020) Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan berusaha mencapai tujuan pendidikan melalui aktivitas jasmani agar bisa memberikan dampak yang baik untuk kesehatan, pertumbuhan dan perkembangan manusia Indonesia. Pembelajaran penjas harus dilakukan secara terperinci dengan tahapan-tahapan sebagai berikut pada tahap awal dimulai dengan pemanasan (*warming up*), dilanjutkan dengan inti pembelajaran, kemudian diakhiri dengan penutup atau pendinginan (*cooling down*). Pada saat sekarang ini mulai banyak berkembang cara pemanasan seperti pemanasan formal, pemanasan permainan kecil, yang mengarah pada satu cabang olahraga. Ini diupayakan sebagai salah satu bentuk pemanasan pada saat pembelajaran penjas. Permainan-permainan ini diarahkan untuk memacu peserta didik agar dapat bergerak sehingga peserta didik lebih menyukai permainan untuk dapat meningkatkan fungsi alat-alat tubuh sebelum pelaksanaan inti pembelajaran penjas.

Berdasarkan hasil observasi di SMA Negeri 1 Telukjambe Barat. Pembelajaran pendidikan jasmani sudah baik namun ada beberapa siswa dikelas XI IPA 2 yang nilai pembelajarannya sedikit menurun. Hal itu dibuktikan dengan data nilai PJOK yang diberikan oleh guru kepada semester sebelumnya. Sejauh pengamatan pembelajaran PJOK bahwa pemanasan dalam pembelajaran dilaksanakan secara konvensional. Dari sarana dan prasarana cukup. Dari uraian hasil observasi diatas dapat ditemukan permasalahan bahwa peningkatan belajar siswa di kelas XI IPA 2 perlu dilakukan agar pembelajaran menjadi lebih efektif berdasarkan tujuan pembelajaran. Peneliti memberikan suatu pembaharuan pada proses pemanasan dengan cara permainan kecil agar motivasi siswa bisa meningkat pada kelas XI IPA 2. Oleh karena itu peneliti mengasumsikan salah satu permainan kecil dalam pembelajaran penjas yang membuat peserta didik bergerak dengan sendirinya, riang gembira yang di harapkan mampu meningkatkan motivasi belajar penjas yaitu pemanasan dengan permainan kecil. Permainan kecil adalah segala bentuk permainan yang tidak mempunyai peraturan baku dalam penerapannya. Permainan kecil yang dilakukan dalam pemanasan bisa dilakukan setiap pertemuan dengan harapan peserta didik tidak jenuh dan mau bergerak dengan sendirinya sehingga motivasi belajar penjas peserta didik meningkat dan terjaga.

Berbagai manfaat yang dapat dirasakan oleh peserta didik melalui permainan kecil, seringkali tidak disadari oleh peserta didik. Dengan adanya fasilitas dan peralatan olahraga yang cukup memadai untuk peserta didik, sehingga mampu menarik peserta didik untuk mengikuti pembelajaran penjas. Namun respon yang diberikan oleh peserta didik umumnya berbeda-beda, ada yang mengikuti dengan senang hati dan ada pula yang menolak. Penolakan mereka seringkali disertai kebiasaan, lingkungan, dan pergaulan yang mengkondisikan bahwa merupakan beban yang memberatkan peserta didik. Sehingga peserta didik dengan sengajaja tidak mengikuti pembelajaran penjas dengan tidak membawa seragam olahraga atau pergi ke kantin. Banyak diantara mereka mengeluhkan dengan gaya mengajar yang kurang menarik sehingga motivasi dari peserta didik terhadap pembelajaran penjas sangat kurang.

Berdasarkan beberapa penelitian yang relevan tentang permainan kecil terhadap minat siswa maka peneliti memperbaharui salah satu variabel bebas menjadi motivasi belajar siswa. Hal itu dilakukan agar motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran bisa meningkat. Maka judul penelitian “pengaruh permainan kecil dalam pemanasan terhadap motivasi siswa dalam pembelajaran penjas”.

Masalah dalam penelitian ialah beberapa siswa melakukan pemanasan kurang efektif sehingga mengakibatkan cedera, masih belum bisa menemui pemanasan yang menarik dan sering sekali pemanasan yang tidak sesuai dengan materi pembelajaran. Maka tujuan dalam penelitian ini ialah untuk mengetahui seberapa besar pengaruh permainan kecil dalam pemanasan terhadap motivasi siswa dalam pembelajaran penjas.

Pemainan Kecil dan Pemanasan

Menurut (Nurkusuma & Hartati, 2017) Permainan kecil adalah suatu bentuk permainan yang tidak mempunyai peraturan baku, baik mengenai peraturan permainannya, alat-alat yang digunakan, ukuran lapangan, maupun lama permainannya. Disamping itu belum mempunyai induk organisasi baik yang bersifat nasional maupun internasional. Permainan kecil sering diterjemahkan dalam bahasa Inggris sebagai *traditional games*, artinya permainan-permainan yang banyak diadopsi dari permainan tradisional yang ada di masyarakat. (Finalosa & Hartati, 2014) Permainan kecil adalah permainan yang tidak mempunyai peraturan yang baku, baik mengenai peraturan permainannya, alat-alat yang digunakan, ukuran lapangan, maupun lama permainannya. Permainan memungkinkan anak menyalurkan kelebihan energi fisik dan melepaskan emosi yang tertahan, yang meningkatkan kemampuan si anak untuk menghadapi masalah. (Syahrial et al 2020) Menyebutkan bahwa manfaat permainan yang didapat yaitu keceriaan, keterampilan baru dalam motorik halus dan kasar, sosialisasi, mengenal aturan, percaya diri, membantu perkembangan berpikir, dan perkembangan emosional yang baik. Selain itu permainan kecil memberikan gambaran bagi guru agar motivasi siswa menjadi meningkat. Permainan kecil dapat membantu mencapai tujuan pendidikan melalui pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan Kesehatan (Kusuma, 2015).

Dalam melakukan aktivitas olahraga pemanasan merupakan hal yang penting, Pemanasan sendiri merupakan suatu proses yang bertujuan untuk mengadakan perubahan-perubahan psikologis dalam tubuh kita dan menyiapkan organisme di dalam tubuh dalam menghadapi aktivitas tubuh yang lebih berat, prosedur pemanasan dilakukan dengan yang ringan hingga yang berat yang mencakup otot-otot yang akan digunakan dalam aktivitas fisik (Kurnia & Septiana, 2020). Pemanasan berguna untuk menghangatkan suhu otot, melancarkan aliran darah dan memperbanyak masuknya oksigen kedalam tubuh, memperbaiki kontraksi otot dan kecepatan gerak refleks, juga untuk mencegah kejang otot. Pemanasan sangat berguna untuk mempersiapkan tubuh secara psikologis dan fisik atau *physical performance* (Andi et al., 2021).

Motivasi dalam Pembelajaran Penjas

Menurut (Widigda & Hartati, 2020) Motivasi belajar ialah dorongan dari dalam diri (*internal*) maupun luar diri (*eksternal*) peserta didik yang sedang melakukan pembelajaran guna mewujudkan perubahan tingkah laku, pada umumnya dengan beberapa indikator ataupun unsur yang. Kemauan adalah dorongan yang terarah pada tujuan yang dikehendaki oleh akal pikiran (Endratmo & Hartati, 2013). Motivasi dapat juga dikatakan serangkaian usaha untuk menyediakan kondisi-kondisi tertentu sehingga seseorang mau dan ingin melakukan sesuatu, dan bila ia tidak suka, maka akan berusaha untuk meniadakan atau mengelakan perasaan tidak suka itu, jadi motivasi itu dapat dirangsang oleh faktor dari luar tetapi motivasi itu adalah tumbuh di dalam diri seseorang (Purba et al., 2022). Motivasi dari orang tua dapat menambah rasa percaya diri, memancing kecerdasan, potensi anak, dan juga memahami perkembangan anak serta kebutuhan pengembangan potensi dari setiap anak (Jannah et al., 2022).

Pembelajaran merupakan suatu serangkaian rencana kegiatan yang termasuk di dalamnya penggunaan metode dan pemanfaatan berbagai sumber daya atau kekuatan dalam suatu pembelajaran (Rahayu, 2016). Pembelajaran praktik merupakan suatu proses untuk meningkatkan keterampilan peserta didik dengan menggunakan berbagai metode yang sesuai dengan keterampilan yang diberikan dan peralatan yang digunakan (Nurrohman Jauhari et al., 2020). Kegiatan Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan di sekolah dasar lebih mengoptimalkan aktivitas bergerak dengan metode demonstrasi dari guru (Octaviano & Fathoni, 2022). Karakteristik siswa yang dapat mempengaruhi kegiatan belajar siswa antara lain sebagai berikut latar belakang, taraf pengetahuan, gaya belajar, proses berpikir, usia, kronologi, kepribadian, tingkat kematangan, keyakinan, lingkungan, sosial ekonomi dan lain sebagainya (Ramalisa, 2013). Karakteristik-karakteristik tersebut dapat melatarbelakangi seorang siswa SMA mengalami kecemasan, dalam penelitian ini khususnya kecemasan dalam menghadapi mata pelajaran matematika. Karakteristik-karakteristik tersebut meliputi perkembangan kognitif, perkembangan afektif, psikomotor, social serta emosional

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan Kuantitatif, Penelitian kuantitatif adalah dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistic dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Maufur & Puadah, 2015). Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian eksperimen. Jenis penelitian ini *pre-experimental design*. Sedangkan bentuk penelitian menggunakan bentuk *one grup pretest posttest design*. Pelaksanaan penelitian ini dilaksanakan dalam tiga tahapan yaitu *pretest*, *treatment*, dan *posttest*. Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Telukjambe Barat. Populasi yang

digunakan adalah seluruh siswa kelas XI IPA 2 yang berjumlah 197 siswa. Sample dalam penelitian *cluster random sampling* yaitu kelas XI IPA 2 yang berjumlah 32 siswa.

Variabel bebas adalah permainan kecil dalam pemanasan dan variabel terikat motivasi belajar. Teknik pengumpulan data dengan skala *likert*. Analisis data yang dilakukan dengan uji validitas, reliabilitas, uji normalitas, uji homogenitas, dan uji hipotesis, untuk menghitungnya menggunakan *SPSS for window 2*. Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati. Secara spesifik semua fenomena ini disebut variabel penelitian (Sugiyono, 2013). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah berupa soal dengan tipe soal uraian yang berjumlah 32 butir soal yang sebelumnya telah di ujicobakan dan terbukti valid oleh penelitian terdahulu.

Tabel 1. Kisi-kisi instrumen motivasi dalam pembelajaran penjas

Konstrak	Faktor	Indikator	Butir Pernyataan		Jumlah
			Negatif	Positif	
Motivasi belajar menurut Mc Clealand dalam Dimiyati dan Mudjiono (2006:88). Bahwa : Motivasi dalam konteks pembelajaran berdasarkan 3 jenis kebutuhan yang berbeda yaitu	a. Motivasi untuk berprestasi	1. Mampu menyelesaikan tugas.	13	5, 36	3
		2. Keinginan mendapatkan penghargaan.	17	28	2
		3. Belajar dengan semangat.	11	12, 25	3
		4. Menjadi yang terbaik	-	14, 34	2
a. Motivasi untuk berprestasi.	b. Motivasi untuk memperoleh kasih sayang	1. Membina hubungan sosial	-	20	1
b. Motivasi untuk memperoleh kasih sayang seperti rela berkorban untuk sesama.		2. Menjalin interaksi sosial	10	3	2
		3. Menjalin citra positif	8	1	2
c. Motivasi untuk berkuasa, Seperti kesetiaan tujuan perkumpulan.	c. Motivasi untuk menguasai materi pembelajaran.	4. Menyesuaikan diri dengan lingkungan	30, 17	27	3
		1. Mempunyai tujuan	19, 33	4, 21	4
		2. Mampume-nganalisa	6, 32	18, 23	4
		3. Meghadapi tantangan baru	9, 15	22	3
		4. Memahami materi dengan metode baru	16	37, 29	3
	Jumlah			32	32

HASIL dan PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini digunakan untuk mengetahui “pengaruh permainan kecil dalam pemanasan terhadap motivasi siswa dalam pembelajaran penjas”. Dalam penelitian ini menggunakan 3 tahap yaitu *pretest* (tes awal), *treatment* (perlakuan), dan *posttest* (tes akhir) sebanyak 10 kali pertemuan. Adapun deskripsi data hasil *pretest*, *posttest* dan teknik analisis

data menggunakan uji validitas, reliabilitas, uji normalitas, uji homogenitas, dan uji hipotesis, untuk menghitungnya menggunakan *SPSS for Window 2* dengan hasil sebagai berikut.

Tabel 2. Tabel hasil nilai *pretest* dan *posttest*

	N	Sum	Mean	Std. Deviation	Persentase
<i>Pretest</i>	32	2688.00	84.0000	5.21784	52.5 %
<i>Posttest</i>	32	2815.00	87.9688	3.51480	55.0 %
Valid N (listwise)	32				

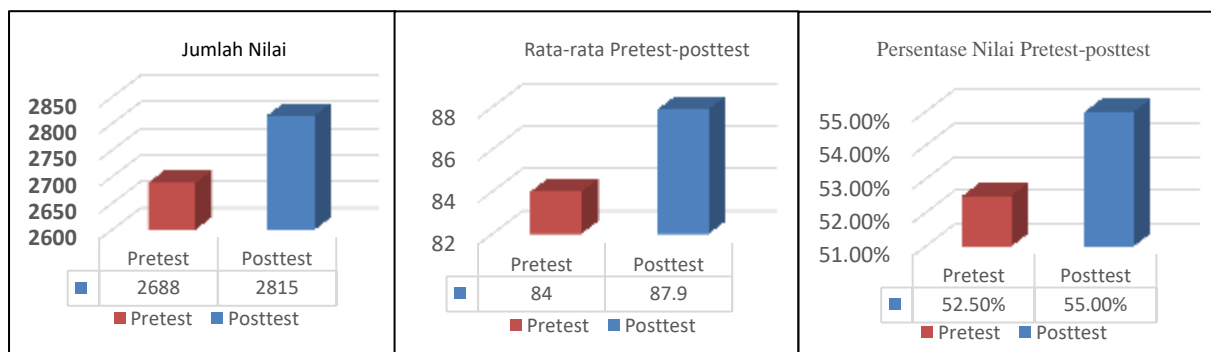


Diagram 1. Jumlah nilai, rata-rata dan persentase nilai *pretest posttest*

Pada tabel 1 dapat dilihat bahwa nilai rata-rata hasil skor motivasi belajar peserta didik untuk masing-masing peserta didik berdasarkan sebelum dan sesudah diberi *treatment*. Jika dilihat berdasarkan rata-rata hasil skor motivasi belajar, dengan rata-rata skor untuk motivasi belajar kelas XI IPA 2 sebelum *treatment* yaitu 84,00 dan untuk motivasi belajar sesudah *treatment* yaitu 87,96, terdapat perbedaan yang cukup tinggi diantara nilai rata-rata sebelum dan sesudah *treatment* dengan peningkatan yaitu 3,96. Dari nilai standar deviasi *pretest* didapat hasil 5,21 sedangkan pada nilai standar deviasi *posttest* 3,51. Jumlah nilai yang diperoleh dari *pretest* 2688 dan jumlah nilai yang diperoleh dari *posttest* 2815. Presentase yang diperoleh dari nilai *pretest* adalah 52,5% dan presentase yang di peroleh dari nilai *posttest* adalah 55,0%.

Tabel 3. Hasil uji normalitas data

		Pretest	Posttest
N		32	32
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	84.000	87.968
		0	8
	Std. Deviation	5.2178	3.5148
		4	0

Most Extreme Differences	Absolute Positive	.143	.129
	Negative	.138	.094
Test Statistic		-.143	-.129
Asymp. Sig. (2-tailed)		.143	.129
Keterangan		.096 ^c	.194 ^c
		Normal	Normal

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa nilai sig. dari *pretest* adalah 0,096 sedangkan nilai sig. pada *posttest* adalah 0,194. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa kedua nilai *pretest* dan *posttest* dapat dikatakan berdistribusi normal karena nilai sig. > 0,05.

Tabel 4. Hasil uji homogenitas

		Levene Statistic	df	df2	Sig.
Pretest- posttest	Based on Mean	1.475	1	62	.229
	Based on Median	1.177	1	62	.282
	Based on Median and with adjusted df	1.177	1	48.8	.283
	Based on trimmed mean	1.388	1	62	.243
					67

Dari tabel 3 menunjukkan bahwa nilai sig. pada tabel lebih kecil dari taraf signifikan 0,05 (0,229 > 0,05), sesuai dengan taraf signifikan maka dapat ditarik kesimpulan bahwa data dalam penelitian ini adalah homogen.

Tabel 5. Hasil uji hipotesis

Paired Samples Test				
		t	df	Sig. (2-tailed)
Pair 1	Pretest - Posttest	-6.078	31	.000

Berdasarkan dari tabel *pretest* dan *posttest* yang di analisis dengan uji t (*dependent sample*), dilihat nilai t_{hitung} yakni -6,078, $df = 31$ diperoleh dari rumus $N-1$, dan t_{tabel} pada taraf signifikan sebesar 0,05 sebesar 2,040. Untuk mengetahui ada atau tidak pengaruh dari permainan kecil dalam pemanasan, dapat diketahui pada nilai signifikan yang menunjukkan bahwa nilai sig. (2-tailed) < 0,05 (0,000 < 0,05) maka dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh signifikan permainan kecil dalam pemanasan yang dilakukan di SMA Negeri 1 Telukjambe Barat.

Pembahasan

Data hasil penelitian menunjukkan hasil bahwa terdapat pengaruh pemberian permainan kecil dalam pemanasan terhadap motivasi belajar siswa, hal ini di buktikan dengan hasil uji hipotesis dengan menggunakan uji-T diperoleh nilai signifikansi sebesar 0.000 sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis penelitian diterima karena nilai signifikansi lebih kecil daripada 0.05. Data tersebut sesuai dengan tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui seberapa besar pengaruh pemberian permainan terhadap motivasi siswa dalam belajar. Kemudian setelah diberi perlakuan dengan menggunakan permainan kecil nilai rata-rata posttest 87,96 setelah diberi perlakuan pembelajaran menggunakan permainan kecil dalam pemanasannya ada peningkatan motivasi siswa terlihat dari hasil rata-rata belajar sebanyak 3,96 atau 4,51%. Dalam hal ini dapat dikatakan bahwa pembelajaran melalui permainan kecil dalam pemanasan mampu meningkatkan motivasi siswa kelas XI IPA 2 SMA Negeri 1 Telukjambe Barat sebesar 4,51%.

SIMPULAN

Bedasarkan hasil penelitian analisis data, pengujian hipotesis dan pembahasan untuk hasil *pretest* dan *posttest* diperoleh kesimpulan bahwa permainan pemanasan kecil dalam pemanasan terhadap motivasi siswa dalam pembelajaran penjas di SMA Negeri 1 telukjambe Barat terdapat pengaruh yang signifikan. Hal itu dapat dilihat dari perubahan hasil sebelum diberikan perlakuan (*pretest*) dengan sesudah diberikan perlakuan (*posttest*), dengan peningkatan hasil sebesar 4,51%. Kesimpulan dalam penelitian ini yaitu “terdapat peningkatan motivasi belajar melalui permainan kecil dalam pemanasan pada siswa XI IPA 2 di SMA Negeri 1 Telukjambe Barat”. Pembelajaran dengan permainan ternyata mampu meningkatkan motivasi belajar siswa kelas XI IPA 2 SMA Negeri 1 Telukjambe Barat. Hal ini berarti bahwa permainan kecil dalam pemanasan merupakan salah satu upaya yang tepat guna untuk meningkatkan motivasi belajar siswa kelas XI IPA 2 SMA Negeri 1 Telukjambe Barat.

PERNYATAAN PENULIS

Dengan ini menyatakan bahwa artikel dengan judul pengaruh permainan kecil dalam pemanasan terhadap motivasi siswa dalam pembelajaran penjas belum pernah dipublikasikan sebelumnya dalam jurnal lain dan merupakan karya penulis. Apabila dikemudian hari ditemukan artikel ini di jurnal atau media lain maka penulis siap menerima sanksi dari jurnal porkes.

DAFTAR PUSTAKA

Andi, I., Samodra, Y. T. J., & Gustian, U. (2021). Identifikasi kebiasaan pemanasan pada mata pelajaran pendidikan jasmani di sekolah. *Edu Sportivo: Indonesian Journal of*

- Physical Education*, 2(3), 164–170.
[https://doi.org/10.25299/es:ijope.2021.vol2\(3\).7504](https://doi.org/10.25299/es:ijope.2021.vol2(3).7504)
- Afriani, H. (2018). Modifikasi Peraturan Permainan Tradisional Presean Tingkat Sekolah Dasar (SD). *Jurnal Porkes*, 1(2), 48-51. <https://doi.org/10.29408/porkes.v1i2.1416>
- Ashari, M. A. (2021). Pengembangan Permainan Gobak Sodor Dalam Meningkatkan Motorik Anak Usia 5-6 Tahun Di Tk Husnul Khotimah Jiken. *Jurnal Porkes*, 4(2), 134-139. <https://doi.org/10.29408/porkes.v4i2.4850>
- Amrulloh, M. A. F., & Hartati, S. C. Y. (2019). PENERAPAN PERMAINAN KECIL TERHADAP MOTIVASI BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN, DAN OLAHRAGA (Pada siswa kelas VII SMP Ainul Ulum Mojoagung Jombang). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 7(3). <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/9/article/view/29669>
- Dandi, M., & Nurhidayat, N. (2022). Analisis Tingkat Kedisiplinan Siswa dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler. *Jurnal Porkes*, 5(1), 272-282. <https://doi.org/10.29408/porkes.v5i1.5739>
- Endratmo, E. D., & Hartati, S. C. Y. (2013). Pengaruh Permainan Kecil Sebagai Bentuk Pemanasan Terhadap Motivasi Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Permainan Bolavoli. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan Volume 01 Nomor 03 Tahun 2013*, 562 - 564 *Pengaruh*, 01, 562–564. <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/9/article/view/4678>
- Finalosa, F., & Hartati, S. C. Y. (2014). Pengaruh Pemberian Permainan Kecil Dalam Pemanasan Terhadap Minat Siswa Dalam Pembelajaran Bola Basket. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 02(03), 807. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/article/view/10035>
- Hendra, H., & Afriani, H. (2019). Modifikasi Permainan Tradisional Presean Tingkat Sekolah Dasar (SD). *Jurnal Porkes*, 2(1), 13-16. <https://doi.org/10.29408/porkes.v2i1.1468>
- Jannah, M., Susanto, I. H., & Mustar, Y. S. (2022). Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Motivasi Berlatih Atlet Karate Gokasi. *Jurnal Porkes (Jurnal Pendidikan Olahraga Kesehatan & Rekreasi)*, 5(1), 117–129. <https://doi.org/10.29408/porkes.v5i1>
- Jumesam, J., & Hariadi, N. (2020). Pengembangan Model Pembelajaran Motorik Untuk Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Porkes*, 3(2), 119-126. <https://doi.org/10.29408/porkes.v3i2.2638>
- Kurnia, D., & Septiana, R. A. (2020). Implementasi Permainan Kecil Sebagai Bentuk Pemanasan Terhadap Minat Siswa dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani. *Physical Activity Journal*, 2(1), 90. <https://doi.org/10.20884/1.paju.2020.2.1.3302>
- Kusuma, A. P. (2015). *Persepsi Siswa Terhadap Permainan Kecil Dalam Proses Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Di Smp Negeri 5 Padang Panjang*. 2(1), 20. <http://ejournal.unp.ac.id/students/index.php/pjs/article/view/1775>
- Maufur, S., & Puadah, A. (2015). Pengaruh Bimbingan Orang Tua Terhadap Kemampuan Membaca Siswa Kelas Rendah Di Sd Negeri Cimohong 02 Kecamatan Bulakamba



- Kabupaten Breb. *Al Ibtida: Jurnal Pendidikan Guru MI*, 2(1).
<https://doi.org/10.24235/al.ibtida.snj.v2i1.178>
- Mudzakir, D. O. (2020). Pengaruh Permainan Olahraga Tradisional Terhadap Motivasi Dalam Pembelajaran Penjas Di Sekolah Dasar. *Jurnal Maenpo: Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi*, 10(1), 44–49.
<https://doi.org/10.35194/jm.v10i1.941>
- Nurkusuma, T. W., & Hartati, S. C. Y. (2017). Penerapan permainan kecil terhadap motivasi belajar siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan pada siswa kelas v Sdn Babatan 5 Kecamatan Wiyung Surabaya. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 5(1), 110–116.
<https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/9/article/view/19998>
- Nurrohman Jauhari, M., Sambira, & Zakiah, Z. (2020). Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Pelaksanaan Pembelajaran Penjas Adaptif Di Sekolah Luar Biasa. *Journal STAND: Sports and Development*, 1(1), 63–70.
<http://jurnal.unipasby.ac.id/index.php/stand/about/submissions>
- Nurhayati, F., Wibowo, S., & Febriyanti, I. (2022). Evaluasi Pelaksanaan Pembelajaran Daring dan Hasil Belajar Mahasiswa pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Porkes*, 5(1), 79-93. <https://doi.org/10.29408/porkes.v5i1.5313>
- Octaviano, P. S. W., & Fathoni, M. (2022). *Efektivitas Penerapan Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan Berbasis Media Sosial*. 5(1), 45–56.
<https://doi.org/10.29408/porkes.v5i1>
- Purba, O. Z., Iyakrus, Bayu, W. I., & Victoria, A. R. (2022). *Survei Motivasi Berolahraga Pada Peserta Didik*. 5(1), 94–104. <https://doi.org/10.29408/porkes.v5i1>
- Prayoga, A. S., Utomo, A. W. B., & Wahyudi, A. N. (2020). Upaya Meningkatkan Kompetensi Ketrampilan Gerak Dasar Lokomotor Lari Melalui Permainan Sederhana Di Kelas Iv Sekolah Dasar Negeri 02 Lego Kulon Kecamatan Kasreman Kabupaten Ngawi Tahun Ajaran 2019/2020. *Jurnal Porkes*, 2(2), 77-84.
<https://doi.org/10.29408/porkes.v2i2.1748>
- Pambudi, Y. T., Widorotama, A., Fahri, A. S., & Farkhan, M. M. (2022). Korelasi Efikasi Diri dan Motivasi Belajar dengan Hasil Belajar Mahasiswa Pendidikan Jasmani. *Jurnal Porkes*, 5(1), 158-167. <https://doi.org/10.29408/porkes.v5i1.5350>
- Rahayu, E. T. (2016). *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*.
- Ramalisa, Y. (2013). *Proses Berpikir Kritis Siswa Sma Tipe Kepribadian Thinking Dalam Memecahkan Masalah Matematika*. 03(April), 42–47.
<https://doi.org/10.22437/edumatica.v3i01.1407>
- Rasyidin, H. W., Sadulloh, U., Suyitno, H. Y., Kesuma, D., Somarya, D., Kurniasih, H., Robandi, H. B., Setiasih, H. O., Hendriani, H. A., Nuryani, H. P., & Syaripudin, H. T. (2017). *Landasan Pendidikan*. Upi Press.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.

- Syahrial, D., Sudijandoko, A., & Priambodo, A. (2020). Pengaruh Permainan Kecil Berdasarkan Tingkat Motor Educability Terhadap Motivasi Dan Keterampilan Passing Permainan Futsal. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 6(1), 195–203. <https://doi.org/10.36312/jime.v6i1.1251>
- Saputra, R. (2021, December). Motivasi siswa terhadap permainan kecil dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani. In *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Jasmani dan Kesehatan* (Vol. 1, No. 1, pp. 63-70). <http://ejournal.fkip.unsri.ac.id/index.php/semnaspnjas/article/view/188>
- Widigda, B. T., & Hartati, S. C. Y. (2020). Pengaruh Permainan Kecil Terhadap Motivasi Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani , Olahraga Dan Kesehatan Pada Siswa Kelas X Sma Negeri 1 Jombang. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 8(33), 75–78. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/article/view/36940>
- Wardani, I. K. (2022). Pengaruh Permainan Olahraga Tradisional Terhadap Motivasi Belajar Dalam Pembelajaran Penjas Di Sekolah Dasar. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan)*, 6(2). <http://dx.doi.org/10.58258/jisip.v6i2.3151>
- Zulkarnain, A. M., & Hartati, S. C. Y. (2015). Pengaruh Pemberian Permainan Kecil Dalam Pemanasan Terhadap Minat Siswa Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan (Studi Pada Siswa Kelas Viii Smp Negeri 3 Kamal, Bangkalan). *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 3(1), 160–165. <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/9/article/view/13504>