

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan memegang peranan krusial dalam kehidupan manusia karena melalui pendidikan, manusia dapat mengembangkan pengetahuan, keterampilan, dan kreativitasnya. Untuk mencapai hasil yang optimal, proses pembelajaran menjadi faktor penentu utama. Proses belajar mengajar melibatkan serangkaian kegiatan yang terstruktur, mulai dari perencanaan hingga evaluasi akhir. Salah satu bidang pendidikan yang berperan penting dalam pengembangan potensi individu adalah Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK). PJOK merupakan mata pelajaran yang dirancang untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kreativitas melalui aktivitas fisik yang sistematis, terencana, dan terarah. Tujuannya adalah mengembangkan aspek organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, dan emosional dalam kerangka sistem pendidikan nasional (Rahayu, 2013).

PJOK merupakan bentuk pendidikan holistik yang mencakup perkembangan fisik, motorik, mental, dan emosional peserta didik. Melalui pendidikan jasmani di sekolah, siswa tidak hanya meningkatkan kemampuan fisik tetapi juga mengasah pikiran dan jiwa mereka. Pendidikan jasmani juga memfasilitasi interaksi antara peserta didik dan pendidik dalam proses pembelajaran, sebagaimana diatur dalam Undang-Undang Pendidikan (2003). PJOK atau Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan diajarkan di berbagai jenjang pendidikan, mulai dari Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), hingga Sekolah Menengah Atas (SMA) atau sederajat.

Pendidikan jasmani bertujuan untuk mengembangkan berbagai aspek kehidupan siswa, termasuk kesegaran jasmani, keterampilan gerak, kemampuan berpikir kritis, keterampilan sosial, stabilitas emosional, moralitas, pola hidup sehat, dan kesadaran akan

lingkungan bersih. Hal ini dicapai melalui aktivitas fisik, olahraga, dan kesehatan yang dirancang secara sistematis untuk mendukung tujuan pendidikan nasional (Depdiknas, 2006).

Menurut Samsudin (2008), tujuan pendidikan jasmani meliputi: (a) membentuk karakter kuat melalui nilai-nilai yang terkandung dalam pendidikan jasmani, (b) membangun kepribadian yang kokoh, sikap cinta damai, toleransi, dan keterampilan sosial, (c) meningkatkan kemampuan berpikir kritis, (d) menumbuhkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerja sama, percaya diri, dan demokratis, serta (e) mengembangkan keterampilan gerak dan teknik.

Untuk mencapai pembelajaran pendidikan jasmani yang efektif, motivasi siswa memegang peranan penting. Motivasi belajar menentukan sejauh mana siswa berusaha dalam proses pembelajaran. Namun, dalam praktiknya, masih banyak ditemui masalah terkait motivasi siswa. Salah satu masalah yang sering muncul adalah kurangnya motivasi siswa untuk terlibat dalam aktivitas fisik, baik di dalam maupun di luar sekolah (Ntoumanis, dkk., 2011). Hal ini menjadi tantangan tersendiri bagi pendidik dalam menciptakan lingkungan belajar yang mendukung. Namun, rendahnya motivasi siswa dalam mengikuti aktivitas fisik sering menjadi kendala, terutama di SMP Negeri Lasiolat. Faktor seperti kurangnya variasi metode pengajaran, minimnya apresiasi, dan persepsi bahwa olahraga hanya untuk siswa berbakat dapat mengurangi antusiasme peserta didik. Program ini dirancang untuk menciptakan lingkungan pembelajaran PJOK yang menyenangkan, inklusif, dan memotivasi, sehingga siswa dapat termotivasi untuk berpartisipasi dalam melakukan aktivitas fisik di SMP Lasiolat

Berdasarkan pengamatan dan kajian terhadap berbagai jurnal nasional, internasional, serta skripsi melalui *Google Scholar*, belum ada penelitian yang secara khusus mengkaji motivasi siswa dalam mengikuti aktivitas fisik PJOK, khususnya di tingkat SMP Negeri

Lasiolat. Peneliti menemukan dua penelitian yang relevan, yaitu penelitian oleh Efendi (2019) yang mengkaji motivasi siswa kelas VIII SMP Negeri se-Kota Blitar, dan penelitian Fauzi (2019) yang meneliti motivasi peserta didik kelas VIII di wilayah Rayon II Kota Malang. Kedua penelitian tersebut hanya fokus pada motivasi intrinsik dan ekstrinsik, dengan sampel terbatas pada siswa kelas VIII, sementara penelitian saya mengenai motivasi siswa dalam melakukan aktifitas fisik PJOK.

Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengisi kesenjangan tersebut dengan mengkaji motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran PJOK khususnya aktifitas fisik di SMP Negeri Lasiolat. Penelitian ini menggunakan indikator motivasi yang lebih komprehensif, meliputi *Intrinsic Motivation*, *Identified Regulation*, *Introjected Regulation*, *External Regulation*, dan *Amotivation*. Dengan pentingnya peran guru PJOK dalam perkembangan siswa SMP di Kabupaten Belu dan belum adanya data terkait hal ini, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran menyeluruh tentang “Survei Pemberian Motivasi Dalam Melakukan Aktivitas Fisik Pendidikan Jasmani Olahraga, dan Kesehatan di SMP Negeri Lasiolat”.

B. Identifikasi Masalah

1. Motivasi siswa kelas VIII SMP Negeri Lasiolat dalam Mengikuti aktivitas fisik pada pembelajaran PJOK masih bervariasi dan cenderung belum optimal
2. Sebagian siswa kurang aktif dan kurang antusias saat mengikuti kegiatan aktivitas fisik dalam pembelajaran.
3. Kurangnya dorongan motivasi dapat mempengaruhi partisipasi siswa dalam aktivitas fisik selama pembelajaran PJOK

C. Batasan Masalah

Dari identifikasi masalah di atas peneliti membatasi masalah yang akan diteliti dengan hanya berfokus kepada pemberian motivasi terhadap aktifitas fisik dalam pembelajaran Pendidikan jasmani, Kesehatan, dan olahraga pada siswa kelas VIII SMP Negeri Lasiolat

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah dan batasan masalah di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: seberapa besar pengaruh pemberian motivasi terhadap tingkat aktivitas fisik dalam pembelajaran pendidikan jasmani, kesehatan, dan olahraga pada siswa kelas VII SMP Negeri Lasiolat

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, penelitian ini mempunyai tujuan yaitu untuk mengetahui pengaruh pemberian motivasi dalam melakukan aktivitas fisik pada kelas VII SMP Negeri Lasiolat Kab Belu.

F. Manfaat penelitian

1. Bagi Siswa

Hasil dari penelitian ini agar memotivasi siswa SMP untuk lebih giat berolahraga dengan mengikuti mata pelajaran (PJOK) yang ada di sekolah. dan dapat digunakan sebagai pendorong untuk meningkatkan hasil belajar yang maksimal.

2. Bagi Sekolah

Peneliti berharap penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan dalam melakukan evaluasi terhadap pembelajaran PJOK di sekolah.

3. Bagi Peneliti

Dapat menjadi pembelajaran yang berharga sekaligus pengalaman yang tak ternilai apabila gagasan ini dapat bermanfaat kepada orang lain. Hasil dari penelitian diharapkan

dapat menambah wawasan, pengetahuan, dan pengalaman baru bagi peneliti serta menjadi sumber informasi.

4. Bagi Guru PJOK

Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai evaluasi untuk dapat memotivasi siswa pada saat pembelajaran PJOK.

5. Jurusan Pendidikan jasmani kesehatan dan Rekreasi

Dapat dijadikan rujukan untuk penelitian yang memiliki permasalahan yang sama.

G. Ruang Lingkup Penelitian

Dalam mempertimbangkan batasan dalam penelitian ini, maka ruang lingkup penelitian ini dapat dilihat pada tabel 1.1

Tabel 1. 1 Ruang Lingkup 1

Konsep	Variabel	Sub Variabel	Indikator	Instrumen
Pemberian motivasi dalam aktivitas fisik pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (PJOK) di SMP Negeri Lasiolat Kab Belu	Motivasi	a. <i>Intrinsic Motivation</i>	- menyenangkan	Obsevasi
			- Hal baru	Wawancara
			- Menyukai	Dokumentasi
			- Memuaskan	
		b. <i>Identified Regulation</i>	- Keterampilan baru	
			- Prestasi	
			- Meningkatkan diri	
			- Bermanfaat	
		c. <i>Introjected Regulation</i>	- Ingin dilihat baik	
			- Merasa tidak enak	
			- Takut	
			- Terganggu	
		d. <i>Eksternal Regulation</i>	- Kesulitan	
			- Rutinitas	
			- Cemas	
			- tekanan	
		e. <i>motivation</i>	- Tidak sungguh-sungguh	
			- Sia-sia	
			- Membuang waktu	
			- malas	

H. Asumsi Penelitian

1. Motivasi siswa SMP Negeri Lasiolat dalam mengikuti aktivitas aktifitas fisik PJOK.
2. Siswa terdorong dan mau mengikuti aktivitas fisik PJOK.

3. Siswa mengisi lembar angket yang sudah dibagi.

I. Definisi istilah

1. Motivasi adalah dorongan atau keinginan dari dalam seseorang untuk melakukan tindakan untuk mencapai tujuan tertentu sehingga ia merasa senang dan merasa puas.
2. *Intrinsic Motivation* adalah dorongan atau keinginan yang menimbulkan rasa senang untuk melakukan sesuatu.
3. *Identified Regulation* adalah perasaan yakin yang muncul dari dalam karena tindakan yang dilakukan membawa manfaat dan kepuasan.
4. *Introjected Regulation* adalah adanya keinginan atau dorongan untuk melakukan tindakan karena khawatir jika tidak melakukan seperti merasa bersalah atau malu jika tidak melakukan.
5. *Eksternal Regulation* adalah keinginan yang muncul akibat pengaruh dari luar seperti perasaan takut dihukum atau ingin mendapatkan hadiah.
6. *Motivation* adalah perasaan tidak sungguh-sungguh yang muncul di luar kendali dirinya akibat tindakan yang dilakukan hanya membuang-buang waktu dan tidak ada artinya sehingga mengalami perasaan ketidakmampuan dan tidak memiliki harapan.
7. PJOK adalah wahana pendidikan, dapat memberikan kesempatan bagi peserta didik untuk mempelajari hal-hal penting. Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif dan kecerdasan emosi