

**HUBUNGAN MOTIVASI BELAJAR DENGAN TINGKAT
KEBUGARAN JASMANI TERHADAP HASIL BELAJAR
PJOK PADA SISWA MAN 2 LUBUKLINGGAU**

SKRIPSI

Oleh :

Nama: Ahmad Nanda Pratama

Nomor Induk Mahasiswa: 06061382126077

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI DAN KESEHATAN



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

2025

**HUBUNGAN MOTIVASI BELAJAR DENGAN TINGKAT
KEBUGARAN JASMANI TERHADAP HASIL BELAJAR
PJOK PADA SISWA MAN 2 LUBUKLINGGAU**

SKRIPSI

Ahmad Nanda Pratama

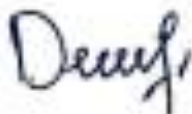
NIM : 06061382126077

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI DAN KESEHATAN

Disetujui untuk diajukan dalam ujian program akhir sarjana

Mengetahui,

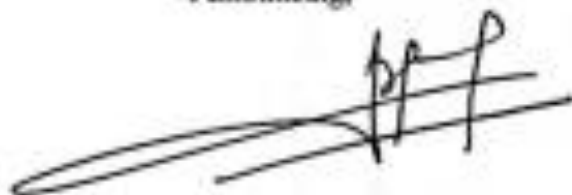
Koordinator Program Studi



Destriani, M.Pd

NIP. 198912012019032018

Pembimbing,



Drs. Syamsuramel, M.Kes

NIP. 196303081987031003

**HUBUNGAN MOTIVASI BELAJAR DENGAN TINGKAT
KEBUGARAN JASMANI TERHADAP HASIL BELAJAR
PJOK PADA SISWA MAN 2 LUBUKLINGGAU**

SKRIPSI

Ahmad Nanda Pratama

NIM : 06061382126077

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI DAN KESEHATAN

Disetujui untuk diajukan dalam ujian program akhir sarjana

Mengesahkan :

Mengetahui,



Koordinator Program Studi

Destriani, M.Pd

NIP. 198912012019032018

Pembimbing

Drs. Syamsuramel, M.Kes

NIP. 196303081987031003

**HUBUNGAN MOTIVASI BELAJAR DENGAN TINGKAT
KEBUGARAN JASMANI TERHADAP HASIL BELAJAR
PJOK PADA SISWA MAN 2 LUBUKLINGGAU**

SKRIPSI

Oleh

Ahmad Nanda Pratama

NIM : 06061382126077

Telah diujikan dan lulus pada :

Hari : SENIN

Tanggal : 17 MARET 2025

TIM PENGUJI

- 1. Ketua : Drs. Syamsuramel, M.Kes**
- 2. Anggota : Destriana, M.Pd**



**Palembang, Maret 2025
Koordinator Program Studi**


Destriana, M.Pd

NIP. 1989120120190310

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ahmad Nanda Pratama

Nim : 06061382126077

Program Studi : Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Menyatakan dengan sungguh-sungguh bahwa skripsi saya berjudul “Hubungan Motivasi Belajar Dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Terhadap Hasil Belajar PJOK Pada Siswa MAN 2 Lubuklinggau” ini adalah benar karya sendiri dan tidak melakukan penjiplakan dan pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku sesuai dengan peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2010 tentang pencegahan dan penanggulangan plagiat di Perguruan Tinggi. Apabila dikemudian hari, ada pelanggaran yang ditentukan dalam skripsi ini saya bersedia menanggung sanksi.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sungguh-sungguh tanpa pemaksaan dari pihak manapun.

Palembang, Maret 2025

Penulis,



Ahmad Nanda Pratama

NIM. 06061382126077

PRAKATA

Alhamdulillah, Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT atas segala nikmat dan karunianya serta berkat ridho-Nya, skripsi yang berjudul “Hubungan Motivasi Belajar Dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Terhadap Hasil Belajar PJOK Pada Siswa MAN 2 Lubuklinggau” ini bisa selesai disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana pendidikan (S.Pd) pada Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya. Dalam mewujudkan skripsi ini, penulis telah mendapat bantuan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada Drs. Syamsuramel, M.Kes, sebagai pembimbing atas segala bimbingan yang telah diberikan dalam penulisan skripsi ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Dr. Hartono, M.A, selaku Dekan FKIP Unsri, Destriani, M.Pd, selaku ketua program studi pendidikan jasmani dan kesehatan, yang telah memberikan kemudahan dalam pengurusan administrasi selama penulisan skripsi ini. Ucapan terima kasih juga kepada Destriana, M. Pd., selaku penguji yang telah memberikan saran dalam penulisan skripsi ini. Selanjutnya penulis juga mengucapkan terima kasih kepada pihak MAN 2 Lubuklinggau yang telah mendukung dan membantu selama penulis melakukan penelitian dalam rangka menyelesaikan skripsi ini. Tidak lupa kepada semua pihak yang telah memberi bantuan sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.

Palembang, Maret 2025

Penulis,



Ahmad Nanda Pratama

NIM: 06061382126077

PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmannirrahim

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala rahmat, hidayah, dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan baik. Dalam kesempatan ini, penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Allah Swt yang telah memberikan segala kemudahan dalam menyelesaikan skripsi ini.
2. Kedua orang tua, ayah dan ibu tercinta terima kasih atas dukungan, kasih sayang yang tiada henti, yang selalu memberikan doa dan dukungan untuk saya sehingga saya bisa menempuh pendidikan dan menyelesaikan penulisan skripsi ini. Sosok yang selalu percaya pada kemampuan saya dan menjadi penyemangat dalam setiap langkah yang saya ambil terutama dalam penulisan skripsi ini.
3. Saudara serta keluarga tercinta, yang telah memberikan doa, dukungan, dan kasih sayang tiada henti selama penulisan skripsi ini,
4. Dosen pembimbing skripsi Drs. Syamsuramel, M. Kes. Terima kasih banyak karena telah membimbing, mengarahkan, mendukung, dan memberikan saran yang terbaik kepada saya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
5. Dosen penguji skripsi Destriana, M.Pd. Terima kasih banyak karena telah membimbing, mengarahkan, mendukung, dan memberikan saran yang terbaik kepada saya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
6. Bapak/ibu dosen beserta seluruh staf akademik Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan. Terima kasih kepada semua bapak dan ibu dosen telah mengajarkan ilmu pengetahuan dan keterampilan yang sangat berharga selama masa studi saya. Ilmu yang diberikan dapat menjadi landasan bagi saya dalam penyusunan skripsi ini.
7. Seluruh guru beserta staf ahli di MAN 2 Lubuklinggau yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian serta memberikan kemudahan saat proses melakukan penelitian di sekolah.

8. Teman-teman seperjuangan pendidikan jasmani dan kesehatan, terima kasih teman-teman telah memberikan semangat, inspirasi, dukungan dan bantuan kepada saya selama penyusunan skripsi ini.

MOTTO HIDUP

“Dan bersabarlah kamu, sesungguhnya janji Allah adalah benar”

(QS ; Ar-Rum : 60)

“Pray For the Best Prepare For the Worst”

DAFTAR ISI

DAFTAR ISI	x
ABSTRAK	xii
ABSTRACT	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang Masalah	1
1.2.1 Identifikasi Masalah	8
1.2.2 Batasan Masalah	8
1.2.3 Rumusan Masalah	8
1.3 Tujuan Penelitian.....	8
1.4 Manfaat Penelitian.....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
2.1 Kajian Teori.....	Error! Bookmark not defined.
2.1.1 Motivasi Belajar	Error! Bookmark not defined.
2.1.2 Kebugaran Jasmani.....	Error! Bookmark not defined.
2.1.3 Hakikat Hasil Belajar PJOK.....	Error! Bookmark not defined.
2.3 Kerangka Berpikir	Error! Bookmark not defined.
BAB III METODE PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
3.1 Metode Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.2 Data Operasional Variabel Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.3 Waktu dan Tempat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.4. Populasi	Error! Bookmark not defined.
3.5 Sampel	Error! Bookmark not defined.
3.6 Teknik pengumpulan data	Error! Bookmark not defined.
3.7 Instrumen penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.7.1 Instrumen Untuk Mengukur Motivasi Belajar	Error! Bookmark not defined.
3.7.3 Instrumen Untuk Mengukur Hasil Belajar PJOK....	Error! Bookmark not defined.
3.8 Teknik analisis data.....	Error! Bookmark not defined.

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
4.1 Hasil Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	Error! Bookmark not defined.
4.1.2 Karakteristik Sampel Peneltian	Error! Bookmark not defined.
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	62
5.1 Kesimpulan.....	62
5.2 Saran.....	63
DAFTAR PUSTAKA	64

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara Motivasi Belajar dengan Hasil Belajar PJOK; Kebugaran Jasmani dengan Hasil Belajar PJOK; serta Motivasi Belajar dengan Tingkat Kebugaran Jasmani secara bersama-sama dengan Hasil Belajar PJOK siswa MAN 2 Lubuklinggau. Penelitian ini adalah penelitian korelasi. Sampel dalam penelitian ini adalah peserta didik MAN 2 Lubuklinggau yang berjumlah 120 siswa. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan Proporsional Sampling. Pengumpulan data menggunakan instrument TKPN, dan angket kuesioner. Hasil uji regresi menunjukkan bahwa nilai koefisien determinasi $R=470$ putri dan $R=510$ putra yang berarti bahwa motivasi belajar (X^1) dan kebugaram jasmani (X^2) berkorelasi sedang terhadap hasil belajar (Y). Jadi kesimpulanya adalah kebugaran jasmani (X^1) dan motivasi (X^2) memiliki hubungan terhadap hasil belajar (Y) dan memiliki korelasi sedang dengan pedoman derajat hubungan.

Kata kunci: *Motivasi belajar, Kebugaran jasmani, Hasil belajar*

ABSTRACT

This research aims to determine the relationship between Learning Motivation and Learning Outcomes in Physical Sports and Health Education; Physical Fitness with Physical Sport and Health Education Learning Outcomes; as well as Learning Motivation and Physical Fitness together with the Learning Outcomes of Physical Sport and Health Education for student of State Islamic High School 2 Lubuklinggau. This research is a correlation research. The sample in this research were students of State Islamic High School Lubuklinggau, totaling 120 students. The sampling technique in this research was 'Proportional Sampling. Data collection used TKPN instruments and questionnaires. The results of the regression test show that the determination coefficient value is $R=470$ for woman and $R=510$ for man, which means that motivation ($X1$) and physical fitness ($X2$) are moderate correlated with learning outcomes (Y). So the conclusion is that motivation ($X1$) and physical fitness ($X2$) have a relationship with learning outcomes (Y) and have moderate correlation with the guidelines for the degree of relationship.

Keywords : *Learning Motivation, Physical Fitness, Physical Education Learning Outcomes.*

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani dan olahraga merupakan komponen yang penting dalam sistem pendidikan yang bersifat universal. Pencapaian tujuan pendidikan merupakan hal yang sudah seharusnya ada dalam pelaksanaan pendidikan jasmani. Namun, perlu diperhatikan bahwa tujuan dilaksanakannya pendidikan jasmani bukan hanya sekadar aktivitas jasmani, melainkan pengembangan kapasitas kemampuan anak didik melalui aktivitas fisik atau jasmani juga perlu diperhatikan. Pendidikan jasmani sebagai proses pembelajaran menjadikan aktivitas jasmani sebagai wadah untuk meningkatkan individu baik secara organik, kognitif, persepsi dan emosi, maupun neuromuskuler individu tersebut sebagai system dalam pendidikan nasional. Menurut (Gunadi, 2018) pendidikan jasmani yang dirumuskan dan diberlakukan dengan strategi dan proses pembelajaran yang efektif dan efisien akan dapat berperan dan memberikan manfaat yang signifikan pada pembentukan karakter dan kepribadian anak didik. Pendidikan jasmani yaitu suatu proses pembelajaran yang memfokuskan pada pengembangan kemampuan fisik, kesehatan, dan olahraga. Tujuannya adalah mengembangkan potensi siswa secara menyeluruh, mencakup aspek fisik, mental, serta emosional melalui aktivitas fisik dan olahraga.

Motivasi adalah kemampuan seseorang yang mendorong seseorang untuk melakukan suatu aktivitas untuk memenuhi kebutuhan. Motivasi dalam pembelajaran jasmani merupakan salah satu komponen penunjang yang dapat mendorong anak didik untuk mengikuti pembelajaran dengan sungguh-sungguh. Menurut (Sitompul, dalam Panjaitan & Fardana, 2023) motivasi belajar sangatlah dibutuhkan pada proses pembelajaran, baik pembelajaran yang dilakukan di sekolah bahkan di rumah.

Pentingnya peranan motivasi dalam pembelajaran PJOK hendaknya merupakan hal yang harus dipahami oleh para pendidik sehingga proses pembelajaran ataupun aktivitas dalam konteks pembelajaran maka kebutuhan

tersebut berhubungan dengan masalah untuk mendapatkan pelajaran sesuai dengan yang diharapkannya. Motivasi dalam pembelajaran terutama bagi siswa sangatlah berperan penting, ibaratkan sebagai dinamo pada mesin yang bergerak untuk mendorong siswa berperilaku aktif ketika belajar untuk mencapai hasil yang diharapkan, yakni seperti prestasi belajar (Ginting, dalam Panjaitan & Fardana, 2023).

Menurut (Emda, 2018) motivasi merupakan sekumpulan usaha dalam memberikan kondisi-kondisi tertentu agar seseorang berkeinginan untuk melakukan sesuatu, dan apabila seseorang tersebut tidak suka maka akan berupaya untuk mengelakkan atau menghilangkan perasaan tidak suka tersebut. Motivasi tidak hanya dapat dirangsang oleh faktor dari luar, namun motivasi juga muncul dari individu itu sendiri. Sementara, faktor dari luar yang dapat menumbuhkan motivasi dalam diri seseorang untuk belajar adalah lingkungan.

Menurut Slameto, terdapat dua faktor yang dapat membawa pengaruh seseorang ketika belajar, yaitu Faktor internal seperti jasmaniah, psikologis, dan kelelahan; Faktor eksternal seperti keluarga, sekolah, dan masyarakat Semangat belajar siswa dipengaruhi oleh banyak hal. Oleh karena itu, adanya stimulasi dari luar diri beserta keinginan yang timbul pada individu siswa itu sendiri sangatlah mempengaruhi motivasi belajar siswa tersebut. Motivasi belajar yang berasal dari luar diri siswa akan memberikan pengaruh besar terhadap tumbuhnya motivasi instrinsik pada diri siswa (Emda, 2018). Motivasi belajar muncul dengan adanya dorongan yang bersumber dari individu itu sendiri maupun dari luar untuk melakukan aktivitas pembelajaran. Motivasi belajar yang baik dapat mendorong semangat belajar dan membantu siswa mencapai tujuannya.

Jasmani yang buger merupakan suatu kondisi yang sangat diimpikan oleh setiap individu. Jasmani yang buger memberikan kesan seseorang tersebut tampak lebih dinamis/semangat sehingga terciptalah produktivitas kerja. Masyarakat pada saat ini sudah sangat menyadari manfaat dari kebugaran jasmani, hal ini terbukti dengan berkembangnya pusat-pusat kebugaran dan seringnya kegiatan olahraga diselenggarakan, hal tersebut didasarkan untuk terciptnya kebugaran jasmani. Dalam kurikulum pendidikan di Indonesia, mata pelajaran PJOK juga terdapat

peningkatan terkait dengan jam mata pelajaran dari yang sebelumnya dua jam per minggu hingga menjadi tiga jam per minggunya (Darmawan, 2017).

Kebugaran jasmani dapat diartikan sebagai aspek dari hidup yang berkualitas yang berkaitan dengan kondisi status dari kesehatan jasmani yang positif (Sudiana, 2014). Secara umum, kebugaran jasmani ini merupakan hal utama atau awal dari kesegaran, artinya ketika seseorang dalam kondisi yang segar salah satu aspek penting yang ditampilkan adalah ke namun sebaliknya, ketika seseorang dengan kebugaran jasmani yang sangat tinggi juga akan tampak tidak berdaya jika seseorang tersebut tidak memiliki kebugaran yang merupakan komponen dari hidup terutama keberlanjutan kesegaran rohani maupun sosial. Pada dasarnya, kebugaran jasmani merupakan ciri awal, penyongsong dan sumber kekuatan individu untuk mendorong pertumbuhkembangan jasmani yang lebih mumpuni, sehingga aspek lain dapat tercapai dengan penuh harapan terhadap keadaan penampilan jasmaninya. Berdasarkan penjelasan tersebut, diketahui bahwa tanpa menyadari keadaan kebugaran jasmani yang baik seseorang juga tidak dapat mencapai kesegaran secara merata.

Menurut (Destriana 2022) kebugaran jasmani dianggap penting disebabkan oleh manfaatnya bagi tubuh manusia, yakni tubuh terasa lebih sehat sampai berkurangnya beban pikiran yang oleh sebab itu mengakibatkan tubuh merasa lebih baik dan bahagia. Selain kebugaran jasmani, keutamaan lain dari memelihara kondisi tubuh dan mental yang sehat ialah kekonsistenan dalam menjaga pola makan. Namun pada kenyataannya, beberapa peserta didik masih ditemukan mengalami masalah kebugaran jasmani. Masalah kebugaran jasmani para peserta didik ini juga merupakan hal yang perlu menjadi perhatian karena akan mempengaruhi keadaan peserta didik dalam kegiatan belajar, begitupun hasil belajar peserta didik tersebut. Kebugaran jasmani ialah kemampuan tubuh untuk secara efektif dan efisien dalam melakukan aktivitas fisik, termasuk aspek fisik, mental dan emosional.

Pentingnya kebugaran jasmani pada siswa juga terlihat dari kemampuan mereka untuk berpartisipasi aktif dalam kegiatan sekolah dan ekstrakurikuler. Peserta didik yang dikatakan memiliki kebugaran jasmani yang baik cenderung

lebih energik, mempunyai konsentrasi yang lebih baik, dan dapat mengatasi stres dengan lebih efektif. Selain itu, partisipasi dalam kegiatan fisik seperti olahraga dan permainan tim dapat mengembangkan keterampilan sosial seperti kerjasama, kepemimpinan, dan sportivitas. Kegiatan-kegiatan ini juga memberikan kesempatan bagi siswa untuk menjalin persahabatan dan meningkatkan rasa percaya diri. Jadi dapat disimpulkan kebugaran jasmani pada siswa adalah kemampuan tubuh untuk secara efektif dan efisien melakukan aktivitas fisik, termasuk aspek fisik, mental dan emosional yang mendukung proses belajar dan pengembangan diri (Destriana et al., 2023)

Menurut (Somayana, 2020) hasil belajar siswa adalah prestasi yang diperoleh oleh siswa tersebut melalui keaktifan bertanya dan menjawab pertanyaan dan mendapatkan hasil belajar sebagaimana dicapai secara akademis melalui ujian dan tugas. Pemikiran bahwa keberhasilan seorang siswa tidaklah ditentukan oleh nilai yang tertera di raport atau di ijazah, akan tetapi keberhasilan siswa tersebut dalam bidang kognitif merupakan pemikiran yang sering muncul di kalangan akademis. Hal tersebut dapat diketahui melalui hasil belajar seorang siswa.

Berhasil atau tidaknya pembelajaran pada seseorang dipengaruhi oleh banyak faktor, baik faktor internal, yakni yang berasal dari dalam diri individu, maupun faktor eksternal, yakni faktor yang berasal dari luar diri individu. Pemahaman terhadap faktor-faktor yang membawa pengaruh keberhasilan belajar seorang siswa sangatlah esensial untuk dilakukan agar dapat membantu para siswa dalam mencapai hasil belajar mereka dengan sangat baik (Sunarti Rahman, 2021).

Singkatnya, pendidikan jasmani dan olahraga memiliki tujuan untuk mengembangkan kapasitas yang dipunya oleh setiap siswa baik pada aspek kognitif, afektif, maupun psikomotorik (Budi, 2019; Alif Nurzaqi, 2015; Rink & Hall, 2008). Pada aspek kognitif, peserta didik diharapkan telah dapat mengetahui dan memahami (Khiyarusoleh, 2016) mengenai materi pembelajaran pendidikan jasmani. Perkara tersebut penting untuk dilakukan karena ketika siswa mengetahui dan memahami secara teoritis materi pada pembelajaran PJOK diharapkan dapat membantu peserta didik dalam pelaksanaan praktiknya.

Selanjutnya pada aspek afektif, peserta didik diharapkan mampu memperlihatkan sikap positif selama pembelajaran pendidikan jasmani (Rohmat nurjaya, 2016). Hal ini dapat ditunjukkan seperti sikap untuk menghargai teman, dapat bekerjasama, percaya diri, keaktifan selama pembelajaran, dan sikap lainnya. Pada bidang ini kecakapan sosial peserta didik akan berkembang karena di dalam pembelajaran ikatan sosial antar peserta didik haruslah terjalin dengan baik. Selanjutnya pada aspek psikomotor, peserta didik akan dihadapkan pada pengembangan hingga penguasaan gerak dan kemampuan motoriknya. Hal tersebut sangatlah penting untuk dikuasai mengingat banyaknya pengalaman dan penguasaan gerak dapat menjadi bekal bagi peserta didik pada kegiatan gerak yang lebih mendalam di masa hadapan. Ketiga domain tujuan pada pendidikan jasmani tersebut merupakan bekal bagi peserta didik sehingga sangat penting untuk dicapai (Setiawan et al., 2020). Hasil belajar merupakan sebuah keahlian yang akan didapat siswa setelah mengikuti kegiatan belajar mengajar. Hasil belajar dapat diukur melalui tes, seperti tes tertulis, tes lisan, dan tes perbuatan yang meliputi penilaian pada aspek kognitif, afektif, dan psikomotor.

Berdasarkan hasil Observasi dan Wawancara yang telah dilakukan dengan guru PJOK di Madrasah Aliyah Negeri (MAN) 2 Lubuklinggau terdapat permasalahan yang timbul antara lain ada 120 peserta didik yang ternyata rata-rata disiplin dan ada juga yang tidak disiplin, hal ditandai dengan terdapatnya siswa yang sering datang terlambat serta bolos di jam pelajaran sekolah. Hasil wawancara dengan guru PJOK di MAN 2 Lubuklinggau juga menyatakan bahwa banyak siswa yang merasakan kelelahan setelah pelajaran PJOK. Hal ini dibuktikan dengan respon guru PJOK MAN 2 Lubuklinggau pada saat wawancara yang menerangkan bahwa sebagian besar dari siswa kerap mengalami kelelahan pada saat berlangsungnya pembelajaran. Peserta didik terlihat kurang responsif terhadap materi yang diberikan oleh guru.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Suryo Utomo pada tahun 2022 mengenai “Hubungan Kebugaran Jasmani, Motivasi Belajar, Kecerdasan Intelektual Dan Kebiasaan Belajar Dengan Prestasi hasil belajar Pendidikan Jasmani Peserta Didik Kelas Khusus Olahraga Sekolah Menengah Atas Negeri Se-

Daerah Iatimewa Yogyakarta”. Dari penelitian tersebut diperoleh hasil bahwa prestasi hasil belajar pendidikan jasmani yang dilakukan menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kedua variabel, yakni kebugaran jasmani dan prestasi hasil belajar pendidikan jasmani. Didapati pula nilai korelasi yang terbentuk antar kedua variabel juga didapati memiliki hubungan. Berdasarkan hasil tersebut, kedua variabel penelitian ini dapat dinyatakan kuat dan memiliki hubungan yang positif.

Penelitian lainnya seperti yang telah dilakukan oleh Denny Mahendra Kushendar pada tahun 2023 mengenai “Hubungan Antara Kebugaran Jasmani dan Kecerdasan dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas VIII di SMP N 1 Kedungreja Cilacap”. Hasil dari penelitian ini diperoleh bahwa adanya hubungan positif dan signifikan antara variabel kebugaran jasmani yang dalam penelitian tersebut merupakan (X1) dan variabel kecerdasan (X2) terhadap prestasi belajar siswa (Y), baik secara individu maupun secara berkelompok.

Hal yang sama seperti penelitian telah yang dilakukan oleh Ariyanti pada tahun 2023 mengenai “hubungan antara perilaku hidup sehat dan motivasi belajar dengan prestasi belajar pendidikan jasmani siswa kelas XI SMA N 1 Bayat”. Berdasarkan hasil dari penelitian tersebut, didapati adanya hubungan yang positif dan signifikan antara pola hidup sehat dengan peraian prestasi belajar pada pendidikan jasmani.

Berdasarkan pemaparan di atas, Penelitian ini memiliki perbedaan pada aspek untuk menafsir tingkat kebugaran jasmani, yaitu menggunakan TKPN sebagai instrumen penelitian yang berbeda dari penelitian terdahulu yang di harapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan khususnya guru PJOK. Penelitian ini mengkaji hubungan antara motivasi belajar siswa dengan tingkat kebugaran jasmani terhadap hasil belajar PJOK pada siswa MAN 2 Lubuklinggau. Sebelumnya peneliti berfokus pada dua variabel walaupun Sudah banyak penelitian yang mengkaji tentang Motivasi Belajar dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Terhadap Hasil Belajar namun masing-masing peneliti itu berbeda di daerah tertentu memiliki karakteristik tersendiri terkait tema tersebut. Akan tetapi perbedaan yang menjadi pembeda penelitian ini dengan penelitian

sebelumnya adalah jumlah sampel, instrumen dan teknik analisis data dan tempat penelitian yaitu di MAN 2 Lubuklinggau. Pengamatan ini menjadi dasar bagi peneliti untuk melakukan penelitian yang berjudul “Motivasi Belajar dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Terhadap Hasil Belajar PJOK Pada Siswa MAN 2 Lubuklinggau.

1.2 Permasalahan penelitain

1.2.1 Identifikasi Masalah

1. Terdapat siswa MAN 2 Lubuklinggau yang sering datang terlambat .
2. Terdapat siswa MAN 2 Lubuklinggau yang bolos pada saat jam pelajaran di sekolah.
3. Terdapat banyak siswa MAN 2 Lubuklinggau yang mudah mengalami kelelahan pada saat pembelajaran.

1.2.2 Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dijelaskan di atas, terdapat beberapa permasalahan yang menyebabkan belum efektif dan optimalnya motivasi belajar siswa di MAN 2 Lubuklinggau, namun dikarenakan keterbatasan kemampuan peneliti maka penelitian ini dibatasi untuk tidak mengkaji semua masalah yang ada pada identifikasi permasalahan di atas. Oleh karena itu, untuk meningkatkan kefokuskan penelitian maka penelitian ini dibatasi pada motivasi belajar dan kebugaran jasmani siswa MAN 2 Lubuklinggau.

1.2.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan antara motivasi belajar terhadap hasil belajar PJOK siswa MAN 2 Lubuklinggau?
2. Apakah terdapat hubungan antara kebugaran jasmani dengan hasil belajar PJOK siswa MAN 2 Lubuklinggau?
3. Apakah terdapat hubungan motivasi belajar dengan kebugaran jasmani terhadap hasil belajar PJOK siswa MAN 2 Lubuklinggau?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian:

1. Untuk mengetahui hubungan antara motivasi belajar terhadap hasil belajar PJOK siswa MAN 2 Lubuklinggau.
2. Untuk mengetahui hubungan antara kebugaran jasmani dengan hasil belajar PJOK siswa MAN 2 Lubuklinggau.

3. Untuk mengetahui hubungan antara motivasi belajar dengan kebugaran jasmani terhadap hasil belajar PJOK siswa MAN 2 Lubuklinggau.

1.4 Manfaat Penelitian

Kegunaan penelitian:

1. Kegunaan dapat dijadikannya bahan kajian bagi peneliti selanjutnya, agar hasil penelitian dapat lebih terperinci dan memberikan sumbangsih pengetahuan bagi masyarakat luas.
2. Kegunaan secara praktis
 - a. Memberikan refleksi terhadap siswa di MAN 2 Lubuklinggau agar mengetahui seberapa jauh kapasitas kebugaran jasmaninya yang diharapkan akan dapat mengintensifkan kebugaran jasmaninya sebagai modal pokok dalam mengikuti proses pembelajaran.
 - b. Memberikan umpan balik kepada guru PJOK tentang pentingnya kebugaran jasmani terhadap hasil belajar pada mata pelajaran PJOK terutama di MAN 2 Lubuklinggau.

DAFTAR PUSTAKA

- Abduh, I., Humaedi, H., & Agusman, M. (2020). Analisis Hubungan Tingkat Kesegaran Jasmani terhadap Hasil Belajar Siswa. *JOSSAE : Journal of Sport Science and Education*, 5(2), 75. <https://doi.org/10.26740/jossae.v5n2.p75-82>
- ANANDA MUHAMAD TRI UTAMA. (2022). Hubungan Kebugaran Jasmani, Motivasi Belajar, Kecerdasan Intelektual dan Kebiasaan Belajar dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Peserta Didik kelas Khusus Olahraga Sekolah Menengah Atas Negeri Se-Daerah Istimewa Yogyakarta. 9, 356–363.
- Andriani, R., & Rasto, R. (2019). Motivasi belajar sebagai determinan hasil belajar siswa. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*, 4(1), 80. <https://doi.org/10.17509/jpm.v4i1.14958>
- Aryanti, S., Hartati, H., Destriana, D., Victorian, A. R., Setiyo, E., Nanda, F. A., Destriani, D., Azhar, S., & Motik, D. (2023). Assistance using mobile learning applications to improve skills physical education teacher in the 4.0 era. *Jurnal Maenpo : Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi*, 13(2), 188. <https://doi.org/10.35194/jm.v13i2.3762>
- Asmah, S. (2021). EFEKTIVITAS PENGGUNAAN PETA KONSEP TERHADAP HASIL BELAJAR SISWA KELAS VII SMP NEGERI 2 PONRE KECAMATAN PONRE KABUPATEN BONE. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 7(3). <https://doi.org/10.58258/jime.v7i3.2306>
- Astuti, N. P. T., Bayu, W. I., & Destriana, D. (2022). Indeks massa tubuh, pola makan, dan aktivitas fisik: apakah saling berhubungan? *Jurnal Olahraga Pendidikan Indonesia (JOPI)*, 1(2), 154–167. <https://doi.org/10.54284/jopi.v1i2.99>
- Aznedra, A. (2017). PENGARUH KONTRIBUSI PENERIMAAN PAJAK HOTEL DAN PAJAK RESTORAN TERHADAP PENDAPATAN ASLI DAERAH DI WILAYAH KOTA BATAM TAHUN 2012-2014 (Studi Kasus Dinas Pendapatan Asli Daerah di Kota Batam). *JURNAL DIMENSI*, 6(2). <https://doi.org/10.33373/dms.v6i2.1049>

- Bayu, W. I., Yusfi, H., Solahuddin, S., Olahraga, P., Sriwijaya, U., Jasmani, P., & Sriwijaya, U. (2021). Gambaran Aktivitas Fisik Dan Indeks Massa Tubuh Calon Guru Pendidikan Jasmani Selama Pandemi Covid-19. *MULTILATERAL: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 20(2), 130–143.
- Budi, A. S., Hartati, & Syamsuramel. (2024). Development of Digital-Based Physi-cal Education Textbook for 11th Grade High School Students. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 13(1), 181–186. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/peshr>
- Darmawan, I. (2017). Upaya Meningkatkan Kebugaran Jasmani Siswa Melalui Penjas. *Journal JIP*, 7(2), 143–154.
- Destriana, D., Aryanti, S., Destriani, D., Syamsuramel, S., Ramadhan, A., Nanda, F. A., & Lestari, R. (2023). Pendampingan dan Bimbingan Teknis Tes Kebugaran Pelajar Nusantara Pada Guru PJOK di Kabupaten Lahat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 1(9), 1960–1968. <https://doi.org/10.59837/jpmba.v1i9.451>
- Destriana, D., Destriani, D., & Muslimin, M. (2021). Efektivitas teknik pembelajaran drills smash permainan bolavoli. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 17(2), 115–121. <https://doi.org/10.21831/jpji.v17i2.44976>
- Destriana, D., Elrosa, D., & Syamsuramel, S. (2022). Kebugaran Jasmani Dan Hasil Belajar Siswa. *Jambura Health and Sport Journal*, 4(2), 69–77. <https://doi.org/10.37311/jhsj.v4i2.14490>
- Dewi, A. L., & Duda, H. J. (2018). PENGARUH MODEL PEMBELAJARAN STUDENT TEAMS ACHIEVEMENT DIVISIONS TERHADAP KOGNITIF SISWA PADA MATERI SISTEM PERNAPASAN MANUSIA. *JPBIO (Jurnal Pendidikan Biologi)*, 3(1), 18–25. <https://doi.org/10.31932/jpbio.v3i1.262>
- Dwi, Khusnul, & Danik. (2022). Pemikiran Abraham Maslow Tentang Motivasi dalam Belajar. *Tajdid Jurnal Pemikiran Keislaman Dan Kemanusiaan*, 6(1), 37–48.
- Emda, A. (2018). Kedudukan Motivasi Belajar Siswa Dalam Pembelajaran.

- Lantanida Journal*, 5(2), 172. <https://doi.org/10.22373/lj.v5i2.2838>
- Gunawan, I. G., Ramadi, & Juita, A. (2020). Hubungan Tingkat Kesegaran Jasmani dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Siswa Putra Kelas Viii Smp Negeri 3 Inuman Kuantan Singingi. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 1–15.
- Handayani, A., Syamsuramel, S., & Destriana, D. (2022). Kondisi Fisik Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Bravo's : Jurnal Program Studi Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*, 10(2), 64.
<https://doi.org/10.32682/bravos.v10i2.2416>
- Haris Silaban, E., Indra Bayu, W., Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, P., Sriwijaya, U., Ilir, O., & Selatan, S. (2023). *Journal of Physical Education Survei kondisi fisik dan keterampilan teknik dasar atlet gulat Sekolah Olahraga Negeri Sriwijaya Survey of physical condition and basic technical skills of wrestling athletes at Sriwijaya State Sport School*. 2, 48–54.
<https://journal.unesa.ac.id/index.php/bimaloka/>
- Hartati, Deatriana, & Aryanti, S. (2016). Multimedia development on sport health subject for third semester student of Penjaskes FKIP UNSRI. *2nd Sriwijaya University Learning and Education International Conference*, 2(1), 469–484.
<http://www.conference.unsri.ac.id/index.php/sule/article/view/40>
- Hartati, F. A., & Kurdi, F. N. (2024). Development of Web-Based Media for Sports Physical Tests. In *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation* (Vol. 13, Issue 2). Atlantis Press International BV.
<https://doi.org/10.2991/978-94-6463-593-5>
- Jainiyah, J., Fahrudin, F., Ismiasih, I., & Ulfah, M. (2023). Peranan Guru Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa. *Jurnal Multidisiplin Indonesia*, 2(6), 1304–1309. <https://doi.org/10.58344/jmi.v2i6.284>
- Kapti, J., & Winarno, M. E. (2022). Hubungan Kebugaran Jasmani dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Penjas SMP: Literature Review. *Sport Science and Health*, 4(3), 258–267.
<https://doi.org/10.17977/um062v4i32022p258-267>
- Kartika, M., Iyakrus, I., Bayu, W. I., Usra, M., Syafaruddin, S., & Yusfi, H.

- (2022). Pengembangan media pembelajaran pendidikan jasmani berbasis android pada materi pencak silat. *Bravo's : Jurnal Program Studi Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*, 10(4), 274.
<https://doi.org/10.32682/bravos.v10i4.2779>
- Kemenpora. (2022). Tes Kebugaran Pelajar Nusantara. In *Tkpn*.
- Kunci, K. (2024). *Hubungan Tingkat Kebugaran Jasmani Terhadap Hasil Belajar PJOK Siswa Kelas XI MAN 2 Payakumbuh*. 7(11), 2409–2420.
- Lubis, A. E., Agus, M., Olahraga, S. T., Bina, K., Medan, G., Alumunium, J., & No, R. (2017). Peningkatan hasil belajar passing atas pada permainan bola voli melalui variasi pembelajaran siswa SMP I improving the learning results of high pass on volleyball through learning variance among junior high school students. *Peningkatan Hasil Belajar Passing Atas Pada Permainan Bola Voli Melalui Variasi Pembelajaran Siswa SMP*, 13(2), 58–64.
- 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>
- Pratiwi, N. W. D., Sri Asri, I. G. A. A., & Kristiantari, M. G. R. (2018). Hubungan Motivasi Dengan Prestasi Belajar Siswa. *International Journal of Elementary Education*, 2(3), 192. <https://doi.org/10.23887/ijee.v2i3.15958>
- Prianto, D. A., & Utomo, et all. (2022). Survey Tingkat Kebugaran Jasmani dan Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Menengah Pertama di Sidoarjo. *Jurnal Segar*, 10(2), 49–56.
<https://doi.org/10.21009/segar/1002.01>
- Purwanto, M. B. (2021). KEPEMIMPINAN KEPALA SEKOLAH YANG EFEKTIF DI SMAN NEGERI KOTA PALEMBANG. *UTILITY: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dan Ekonomi*, 5(01), 1–9.
<https://doi.org/10.30599/utility.v5i01.1160>
- Reno, R., Iyakrus, I., Usra, M., Hartati, H., Yusfi, H., & Bayu, W. I. (2022). Pengembangan Model Program Latihan Untuk Meningkatkan Kebugaran Fisik Atlet Atletik. *Bravo's : Jurnal Program Studi Pendidikan Jasmani Dan*

- Kesehatan*, 10(2), 89. <https://doi.org/10.32682/bravos.v10i2.2426>
- Romadhoni, D. P. (2023). *Hubungan Antara Motivasi Belajar dan Kebugaran Jasmani dengan Hasil Belajar Penjas pada Siswa Kelas XI di SMA Negeri 1 Lendah*.
- Salamah, M. S., & Setiawan, I. (2022). Tingkat Kebugaran Jasmani Dan Hasil Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Di SMP Negeri Kota Pekalongan. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 3(2), 439–448. <https://doi.org/10.15294/inapes.v3i2.60760>
- Setiawan, A., Yudiana, Y., Ugelta, S., Oktriani, S., Budi, D. R., & Listiandi, A. D. (2020). Hasil Belajar Pendidikan Jasmani dan Olahraga Siswa Sekolah Dasar: Pengaruh Keterampilan Motorik (Tinggi) dan Model Pembelajaran (Kooperatif). *TEGAR: Journal of Teaching Physical Education in Elementary School*, 3(2), 59–65. <https://doi.org/10.17509/tegar.v3i2.24513>
- Setiawan, G., Syamsuramel, S., & Aryanti, S. (2021). The Basic Motion Learning Model of Small Game Based Throwing in Elementary School. *Journal Physical Education, Health and Recreation*, 5(2), 95. <https://doi.org/10.24114/pjkr.v5i2.24175>
- Shalahudin, F., & Sifaq, A. (2023). JPO: Jurnal Prestasi Olahraga SURABAYA. *JPO: Jurnal Prestasi Olahraga*, 6(1), 20–24.
- Silitonga, F. ., & Verawati, I. (2019). Hubungan Tingkat Kebugaran Jasmani dengan Prestasi Belajar Siswa Putra Kelas XI SMAN 1 Sihpahutar Tapanuli Utara. *Jurnal Kesehatan Dan Olahraga*, 3(1), 29–38.
- Simamora, T., Harapan, E., & Kesumawati, N. (2020). Faktor-Faktor Determinan Yang Mempengaruhi Prestasi Belajar Siswa. *JMKSP (Jurnal Manajemen, Kepemimpinan, Dan Supervisi Pendidikan)*, 5(2), 191. <https://doi.org/10.31851/jmksp.v5i2.3770>
- Somayana, W. (2020). Peningkatan Hasil Belajar Siswa melalui Metode PAKEM. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 1(3), 350–361. <https://doi.org/10.36418/japendi.v1i3.33>
- Sunarti Rahman. (2021). Pentingnya Motivasi Belajar Dalam Meningkatkan Hasil Belajar. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Dasar, November*, 289–

302.

- Supariyadi, T., Mahfud, I., & Marsheilla Aguss, R. (2022). Hubungan Tingkat Kebugaran Jasmani Terhadap Prestasi Belajar Penjas Tahun 2021. *Journal of Arts and Education*, 2(2), 60–71. <https://doi.org/10.33365/jae.v2i2.109>
- Syafaruddin, Bayu, W. I., Syamsuramel, Solahuddin, S., & Fitri, A. D. (2021). Health Literacy Overview of Sriwijaya University Students. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 10(3), 136–139.
- Syamsuramel, S., Hartati, H., & Rahmadani, T. (2019). Pengaruh Latihan Interval Lari 30 Meter Terhadap Kemampuan Frekuensi Kecepatan Tendangan Lurus Siswa Ekstrakurikuler Pencak Silat Di Man 3 Palembang. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 8(1). <https://doi.org/10.36706/altius.v8i1.8501>
- Usra, M., Bayu, W. I., Solahuddin, S., & Octara, K. (2023). Improving critical thinking ability using teaching game for understanding. *Journal of Physical Education and Sport*, 23(2), 419–423. <https://doi.org/10.7752/jpes.2023.02051>
- Zika Purba, O., Iyakrus, I., Indra Bayu, W., & Richard Victorian, A. (2022). Survei Motivasi Berolahraga Pada Peserta Didik. *Jurnal Porkes*, 5(1), 94–104. <https://doi.org/10.29408/porkes.v5i1.5300>