

## Peran Permainan Estafet Bola Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Materi *Passing* Atas dan Bawah Bola Voli Mata Pelajaran PJOK Kelas VII A SMPN 11 Surabaya

Mochamat Rizki Setiawan<sup>1\*</sup>, Bambang Ferianto Tjahyo Kuntjoro<sup>2</sup>, Ciciek Ismayadewi<sup>3</sup>

<sup>1,2</sup> Universitas Negeri Surabaya, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, Indonesia

<sup>3</sup> SMP Negeri 11 Surabaya, Indonesia

Email : [rizkikilek@gmail.com](mailto:rizkikilek@gmail.com), [bambangferianto@unesa.ac.id](mailto:bambangferianto@unesa.ac.id), [ciciekismaya@gmail.com](mailto:ciciekismaya@gmail.com)

Alamat: Jl. Lidah Wetan, Lidah Wetan, Kec. Lakarsantri, Surabaya, Jawa Timur 60123

Korespondensi penulis: [rizkikilek@gmail.com](mailto:rizkikilek@gmail.com)

**Abstract.** *Sports Sport is an activity in human life, both in affective, cognitive and motoric aspects. The ball relay game is a chain ball game that is carried out in groups that trains motor skills and cohesiveness in working together. The purpose of this study was to find out whether the ball relay game could increase the learning motivation of class VII A students at SMPN 11 Surabaya in the subject of passing ata and under volleyball. The type of research used is Classroom Action Research (PTK) or you could say Classroom Action Research. In this study using the Quantitative Descriptive method with systematic data collection techniques using the media in the form of a questionnaire that will be aimed at samples that will be the subject of the study. The results of increasing learning motivation can be seen from the data that has been averaged from questionnaires that have been given to students in various questions that support the influence on learning motivation which in cycle 1 shows an average result of 60.11% and cycle 2 shows an increase motivation to learn up to 82%. From the results of the research it can be concluded that the ball relay game has an effect on increasing the learning motivation of class VII A students of SMPN 11 Surabaya in learning the material of volleyball upper and lower passing which can be seen from the increase from pre-cycle to cycle 2 which always shows improvement.*

**Keywords:** *Motivation, Ball Relay Game, PJOK*

**Abstrak.** Olahraga merupakan sebuah aktivitas dalam kehidupan manusia baik itu dalam aspek afektif, kognitif, maupun motorik. Permainan estafet bola adalah permainan bola berantai yang dilakukan secara berkelompok yang melatih keterampilan gerak motorik dan kekompakan dalam bekerja sama. Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah permainan estafet bola dapat meningkatkan motivasi belajar siswa siswi kelas VII A SMPN 11 Surabaya pada materi *passing* atas dan bawah bola voli. Jenis penelitian yang digunakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) atau bisa dikatakan Classroom Action Research. Dalam penelitian ini menggunakan metode Deskriptif Kuantitatif dengan teknik pengumpulan data secara sistematis dengan menggunakan media berupa angket yang akan ditujukan pada sample yang akan menjadi subjek dalam penelitian. Hasil peningkatan motivasi belajar dapat dilihat dari data yang sudah di rata-rata dari angket yang telah diberikan kepada siswa siswi dalam berbagai pertanyaan yang mendukung adanya pengaruh terhadap motivasi belajar yang pada siklus 1 menunjukkan hasil rata-rata 60,11% dan siklus 2 menunjukkan peningkatan motivasi belajar sampai dengan 82%. Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa permainan estafet bola berpengaruh pada peningkatan motivasi belajar siswa siswi kelas VII A SMPN 1 Surabaya dalam pembelajaran materi *passing* atas dan bawah bola voli yang dapat diketahui dari peningkatan mulai dari pra siklus sampai dengan siklus 2 yang selalu menunjukkan peningkatan.

**Kata kunci:** Motivasi, Permainan Estafet Bola, PJOK

### 1. LATAR BELAKANG

Aktivitas olahraga sering dilakukan oleh banyak orang di kehidupan masyarakat, dari aktivitas olahraga kita dapat melatih tubuh kita untuk lebih kuat dan menjaga kesehatan kita yaitu dengan lancarnya peredaran pada tubuh kita sehingga kita mampu mengondisikan tubuh kita menjadi lebih baik (Bangun 2016). Kesegaran jasmani ialah kemampuan seseorang dalam melakukan aktivitas olahraga sehari-hari yang dilakukan untuk mengisi waktu luang tanpa menyebabkan kelelahan yang berarti dan orang tersebut dapat

menikmatinya (Kusuma and Setyawati 2016). Berolahraga merupakan hak seluruh manusia tanpa mengenal RAS, agama, budaya, maupun jenis kelamin yang mana semua orang memiliki hak untuk menikmatinya (Nababan, Dewi, and Akhmad 2018).

Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan pendidikan melalui aktivitas jasmani yang dijadikan sebagai media untuk mencapai perkembangan individu secara menyeluruh. Namun, perolehan keterampilan dan perkembangan lain yang bersifat jasmaniah itu juga sekaligus sebagai tujuan. Melalui Pendidikan Jasmani, 2 siswa disosialisasikan ke dalam aktivitas jasmani termasuk keterampilan beraktivitas (Adang Suherman, 2000: 1). Pembelajaran pendidikan jasmani dapat berjalan dengan lancar ditentukan oleh beberapa unsur yaitu guru, peserta didik, kurikulum, sarana administrasi dan dan prasarana, lingkungan. Guru merupakan unsur yang paling menentukan keberhasilan proses pembelajaran pendidikan jasmani. Guru yang mempunyai kualitas bagus akan bisa mengelola unsur yang lain, sebaliknya meski unsur yang lain sudah 3 lengkap namun guru kualitasnya kurang memadai maka mengoptimalkannya.

Motivasi dapat terhambat karena kurangnya pengetahuan serta konseptualitas yang ada pada suatu individu, selayaknya seseorang harus mengerti orientasi tujuan yang akan kita capai sehingga motivasi seseorang akan tumbuh dan mampu menyelesaikan keinginannya sesuai tujuan yang akan dicapainya (Padli 2016). Motivasi belajar menjadi suatu daya dorong yang dapat memberi semangat terhadap apa yang diinginkan ketika belajar, cenderung orang yang memiliki motivasi yang kuat tidak akan menyerah sampai dia mendapatkannya walaupun banyak hambatan yang bisa memutus motivasinya (Nugraha) 2012). Diambil dari observasi sebelum penelitian, ditemukan sebuah permasalahan pada tingkat kemauan belajar siswa siswi kelas VII A SMPN 11 Surabaya. Berdampak pada motivasi belajar siswa siswi kelas VII A SMPN 11 Surabaya yang awalnya dari siswa siswi tersebut memiliki kemauan belajar yang tinggi lambat laun para siswa siswi tersebut merasa jenuh dikarenakan kurangnya motivasi belajar yang ditanamkan sehingga siswa siswi tersebut tidak begitu bersemangat untuk belajar. Tentunya dari permasalahan tersebut akan berpengaruh pada lognitif setiap siswa siswi yang merasa tertekan jika disuruh belajar dan tidak memiliki kemauan untuk belajar sehingga itu akan berdampak pada pendidikan yang mereka tempuh.

Berdasarkan hasil survey peneliti sekaligus Mahasiswa PPL 2 PPG Prajabatan Gelombang 1 Tahun 2024 di SMPN 11 Surabaya pembelajaran pendidikan jasmani yang ada saat ini belum menumbuhkan minat siswa siswi, sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan peserta didik, baik dari segi kognitif, motorik, afektif dan fisik. Model pembelajaran yang kurang sesuai dengan karakteristik anak, kurang ada kreativitas akan

membuat anak merasa bosan atau jenuh, sehingga anak tidak bergairah untuk melakukan pembelajaran. Sebagai contoh pada pembelajaran materi passing bawah bola voli. Pembelajaran seringkali kurang sesuai karakteristik anak, sehingga kreativitas kesenangan anak tidak terfikirkan. Hal tersebut membuat proses pembelajaran yang kurang maksimal sehingga capaian pembelajaran juga kurang maksimal. Dari paparan permasalahan diatas, peneliti memiliki tujuan untuk meningkatkan motivasi belajar siswa siswi SMPN 11 Surabaya yang duduk di bangku kelas VII A.

## **2. KAJIAN TEORITIS**

Permainan bola voli adalah permainan bola besar yang dimainkan oleh dua tim dengan masing-masing tim berjumlah 6 orang serta setiap pemain memiliki keahlian khusus yakni sebagai pemukul, pengumpan, dan libero yang bertujuan utama dalam permainan ini adalah memukul bola ke arah bidang lapangan lawan sedemikian rupa sehingga lawan tidak dapat mengembalikan bola (Muhammad Riza P. 2017). Permainan bola voli terdapat teknik dasar yang meliputi servis, passing, smash, block yang biasanya paling awal teknik servis yang harus di kuasai oleh suatu regu bola voli karena servis mempunyai potensi besar dan menghasilkan point untuk meraih kemenangan (Deka Ismi. 2019).

Permainan olahraga merupakan sebuah aktivitas yang tidak bisa dipisahkan dalam kehidupan manusia baik itu dalam aspek afektif, kognitif, maupun motorik yang banyak diminati oleh khalayak umum yang dijadikan sebuah aktivitas kegemaran ataupun untuk mengisi waktu luangnya demi menjaga tubuh agar tetap bugar dan sehat. Permainan dalam olahraga banyak sekali jenisnya dan bisa digunakan dalam proses pembelajaran dengan memodifikasi sesuai dengan kreatifitas dan inovasi pemakainya sehingga permainan tersebut mampu menjadi sebuah daya tari bahkan menjadi budaya yang bisa menjadi kebiasaan yang dilakukan di lingkungan sekitar.

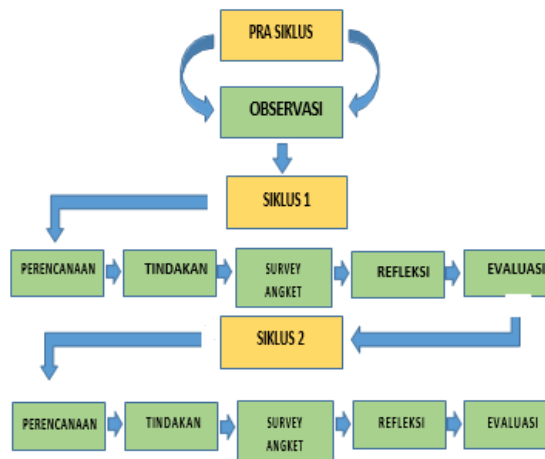
Estafet bola adalah sebuah permainan yang membutuhkan keterampilan gerak dan koordinasi yang baik antara gerakan tangan dan kaki serta menggunakan kejelian mata untuk memainkannya sehingga permainan tersebut dapat dimainkan dengan baik da dapat melatih kekompakan antar tim (Susetya Diah L. 2022). Permainan estafet bola adalah permainan bola berantik dari cabor atletik yang dilakukan secara berkelompok menggunakan sebuah bola yang dimulai dari garis start dan berakhir di garis finish dalam maksud untuk melatih keterampilan gerak motorik dan kekompakan dalam bekerja sama. Permainan estafet bola dapat memacu semangat anak-anak untuk memainkannya karena terdapat unsur berkelompok yang dilakukan secara bersama-sama, di dalamnya terdapat kegiatan yang kompetitif yang menarik minat

anak-anak dalam bergerak aktif serta memiliki tugas masing-masing untuk menjadi pemeran dalam kelompok dalam mengikuti permainannya (Lupita R.M. 2018).

Motivasi adalah bentuk dari sifat kegigihan dan keinginan untuk melakukan sesuatu yang sudah menjadi keinginan pelaku (S. K. A. Putra 2020). Motivasi disini menjadi kebutuhan dasar yang dimiliki oleh seseorang sebelum bertindak melakukan suatu perlakuan terhadap sesuatu (Haq Azhar 2018). Motivasi itu dikatakan muncul karena tumbuhnya dorongan manusia untuk berusaha mencapai sesuatu, dari usaha yang akan dilakukan seseorang bisa dilihat bagaimana tingkat motivasi yang dimiliki apakah baik atau kurang baik (Handayani et al. 2021). Motivasi dapat mengekspresikan apa yang diinginkan oleh seorang individu yang mana motivasi ini dapat mencerminkan, mendorong, dan juga merupakan suatu aspek psikis yang dapat membuat manusia memiliki keinginan melakukan sesuatu sehingga individu tersebut dapat melampiaskan apa yang diinginkan sampai tujuannya bisa tercapai (Hendri and Aziz 2020). Motivasi dapat terhambat karena kurangnya pengetahuan serta konseptualitas yang ada pada suatu individu, selayaknya seseorang harus mengerti orientasi tujuan yang akan kita capai sehingga motivasi seseorang akan tumbuh dan mampu menyelesaikan keinginannya sesuai tujuan yang akan dicapainya (Padli 2016).

### **3. METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian yang digunakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) atau bisa dikatakan Classroom Action Research. Metode yang digunakan peneliti kali ini adalah menggunakan metode deskriptif kuantitatif. Penelitian deskriptif kuantitatif ini adalah metode yang digunakan untuk melakukan penelitian dengan cara pendekatan secara kuantitatif yang memiliki tujuan demi menghasilkan hasil yang sesuai dengan realita yang ada dan sesuai dengan ungkapan dari setiap sampel yang ada (E. A. Putra 2015). Penelitian ini dilakukan selama 2 siklus yaitu pada pembelajaran siklus 1 dan siklus 2 dengan tahap mulai dari Perencanaan, Tindakan, Survey Angket, Refleksi, dan Evaluasi dengan maksud untuk melihat peningkatan motivasi belajar belajar siswa siswi kelas VII A SMPN 11 Surabaya dan juga untuk mengetahui bagaimana tingkat pengaruh permainan estafet bola upaya peningkatan motivasi belajar siswa siswi kelas VII A SMPN 11 Surabaya.



Gambar 1. Prosedur Penelitian

Populasi dari siswa kelas VII A SMPN 11 Surabaya yang diambil dalam penelitian ini bersifat heterogen dengan bersifat menyeluruh dari jumlah siswa siswi di kelas. Sampel yang diambil dalam penelitian ini berjumlah 32 anak dan rata-rata usia dari sampel yang diambil yaitu 12-13 tahun, pengambilan sampel ini melalui tahap teknik Probability Sampling dimana teknik pengambilan sampel ini memberikan peluang yang sama bagi setiap unsur (anggota) populasi untuk bisa dijadikan juga sebagai sampel. Penelitian ini dilakukan dengan pembagian angket dengan bentuk lembaran kertas bentuk formulir yang nanti akan disebar kepada seluruh sampel. Angket ini berupa pertanyaan-pertanyaan yang merujuk pada pengaruh permainan estafet bola yang disasarkan pada siswa siswi Kelas VII A SMPN 11 Surabaya setelah dilakukan selama satu bulan sebelum angket disebar.

Adapun angket yang disebar menggunakan skala likert yaitu dengan skala likert ini peneliti bisa mengetahui kondisi sosial, pengaruh permainan estafet bola, dan adanya motivasi belajar dari sampel setelah melakukan permainan estafet bola. Hasil dari pengisian angket tersebut akan dihitung jumlah nilai yang didapat dan akan dibuat presentase jumlah yang nantinya akan dijadikan kesimpulan. Ada empat kategori nilai yang akan dijadikan acuan dalam pemberian nilai hasil pengisian kuisioner/angket, beberapa kategori nilainya adalah sebagai berikut:

Sangat Setuju (SS) = 5

Setuju (S) = 4

Ragu-ragu (R) = 3

Tidak Setuju (TS) = 2

Sangat Tidak Setuju (STS) = 1

Dari beberapa kategori nilai di atas yang dijadikan acuan pada angket akan lebih memperjelas lagi dan lebih memperlihatkan hasil dari penelitian yang dilakukan serta adanya

efisiensi terhadap sebuah pengambilan data penelitian. Setelah menampung beberapa jawaban dari tiap sampel selanjutnya peneliti membuat rumus perhitungan skala likert agar dari beberapa jawaban bisa dipresentasikan. Rumus yang akan digunakan adalah:

$$\frac{\text{Total skor}}{\text{Total skor Maksimal}} \times 100$$

Total skor Maksimal

Berikut ini adalah tabel interval dan kriteria nilai interpretasi:

Tabel 1. Interval dan Kriteria Penilaian

No	Interval	Kriteria Nilai
1	Angka 800 - 1000	Sangat Baik
2	Angka 600 - 799	Baik
3	Angka 400 - 599	Sedang
4	Angka 200 - 399	Buruk
5	Angka 1 - 199	Sangat Buruk

Pada penelitian yang dilakukan, peneliti menggunakan media kertas yang dipakai untuk angket penelitian yang digunakan untuk menjalankan penelitian. Peneliti mengumpulkan data pada aplikasi microsoft excel yang nantinya akan dilakukan penilaian pada setiap angket yang sudah diisi oleh para sampel sesuai dengan jawabannya, untuk selanjutnya peneliti akan membuat presentase dan grafik keseluruhan hasil penilaian angket/kuisisioner.

#### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ditemukan dari pengisian angket yang diberikan saat proses pembelajaran berlangsung. Angket yang diberikan merupakan bentuk dari skala Likert dengan judul **“Peran Permainan Estafet Bola Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Materi Passing Atas dan Bawah Bola Voli PJOK Kelas VII A SMPN 11 Surabaya”** dapat diketahui hasil keseluruhan dari penelitian baik itu berupa jumlah total hasil tanggapan dari responden, rata-rata dari jawaban, serta presentase jawaban keseluruhan dari seluruh responden. Penelitian dilakukan menyeluruh pada waktu itu juga dengan maksud untuk mengetahui pengaruh permainan estafet bola dalam upaya untuk meningkatkan motivasi belajar siswa siswi Kelas VII A SMPN 11 Surabaya. Angket yang diberikan pada responden nantinya akan dapat mengetahui tanggapan dari setiap siswa siswi dengan melihat hasil dari angket sehingga dari tanggapan tersebut akan diketahui apakah permainan estafet bola berpengaruh untuk menambah motivasi belajar para responden.

Tabel 2. Data populasi siswa siswi kelas VIIA SMPN 11 Surabaya

No	Peserta Didik (Kelas VII A)	Jumlah Peserta Didik
1.	Laki-laki	13
2.	Perempuan	19
Jumlah		32

Penelitian ini menggunakan analisis deskriptif untuk mengumpulkan data-data dari responden. Hasil individu dari setiap responden dapat dilihat sebagai berikut:

### 1. Siklus I

Tabel 3. Hasil Skor Global Responden Siklus 1

Minimal	32
Maksimal	160
Rata-rata	60,11 %
Total	3271
Standar Deviasi	16,31
Kriteria	Belum Tuntas

Tabel 4. Kategori Aspek Pemberian Penilaian

Kategori Aspek	Nilai Global	Presentase
Kesehatan	466	14,2%
Perhatian	545	16,6%
Minat	423	12,9%
<i>Psychology</i>	409	12,5%
Cara Peneliti Menjelaskan	371	11,3%
Media	523	15,9%
Kondisi Lingkungan	419	12,8%

Berdasarkan hasil yang sudah diperoleh dalam tabel 3. di atas pada siklus 1, dari angket yang diberikan ketika kondisi siswa siswi belum melakukan permainan estafet bola dan dengan menggunakan skala Likert dapat dilihat rata-rata hasil dari penelitian yaitu 60,11% yang dapat menggambarkan bahwa ketika siswa siswi belum mempraktikkan permainan estafet bola dapat berperan dalam peningkatan motivasi belajar siswa siswi kelas VII A SMPN 11 Surabaya dengan mencantumkan 34 pertanyaan yang dibagi dalam 7 kategori penelitian menunjukkan skor maksimum yaitu 160 dan skor minimum yaitu 32 sesuai dengan jumlah responden yang dibuat sampel penelitian. presentase Jika yang dilihat dari dihasilkan rata-rata dengan mempertimbangkan dari interval penilaian, maka dapat dikatakan bahwa ketika siswa siswi belum mempraktikkan permainan estafet bola bisa memberikan pengaruh pada siswa siswi kelas VII A SMPN 11 Surabaya dalam meningkatkan motivasi belajar mereka masing-masing.

## 2. Siklus 2

Tabel 5. Hasil Skor Global Responden Siklus 2

Minimal	32
Maksimal	160
Rata-rata	82,3 %
Total	4482
Standar Deviasi	11,4
Kriteria	Tuntas

Tabel 6. Kategori Aspek Pemberian Penilaian

Kategori Aspek	Nilai Global	Presentase
Kesehatan	647	14,4%
Perhatian	780	17,4%
Minat	509	11,3%
<i>Psychology</i>	522	11,6%
Cara Peneliti Menjelaskan	496	11,1%
Media	776	17,3%
Kondisi Lingkungan	612	13,8%

Berdasarkan hasil yang sudah diperoleh dalam tabel 5. di atas, dari angket yang diberikan dan dengan menggunakan skala Likert dapat dilihat rata-rata hasil dari penelitian yaitu 82,3% yang dapat menggambarkan bahwa permainan estafet bola dapat berperan untuk meningkatkan motivasi belajar siswa siswi kelas VII A SMPN 11 Surabaya dengan mencantumkan 34 pertanyaan yang dibagi dalam 7 kategori penelitian menunjukkan skor maksimum yaitu 160 dan skor minimum yaitu 32 sesuai dengan jumlah responden yang dibuat sampel penelitian. Jika dilihat dari rata-rata presentase yang dihasilkan dengan mempertimbangkan dari interval penilaian, maka dapat dikatakan bahwa permainan estafet bola sangat berpengaruh pada siswa siswi kelas VII A SMPN 11 Surabaya dalam meningkatkan motivasi belajar mereka masing-masing.

Masih adanya beberapa siswa yang belum tuntas disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya masih ada siswa yang tidak serius dalam mengikuti pelajaran dan adanya faktor luar seperti lingkungan yang kurang kondusif di area sekolah yang mengakibatkan siswa siswi tidak fokus. Pada siklus I pembelajaran dilakukan dengan penerapan permainan estafet bola masih mencapai tingkat rata-rata sedang sehingga perlu dilakukan refleksi untuk kegiatan pada siklus II. Dalam pelaksanaan siklus II ini telah dapat memperkecil kelemahan kelemahan pada siklus I yaitu yang awalnya tanpa permainan pada siklus 2 dilakukan dengan menggunakan permainan estafet bola, dan nilai rata-rata dari pengisian angket siswa juga sudah



meningkat dengan interval cukup baik. Kemungkinan dengan adanya permainan estafet bola maka siswa siswi tidak bosan untuk melaksanakan kegiatan olahraga.

Pada siklus II, guru terlebih dahulu mengulang kembali pembelajaran passing atas dan bawah bola voli dengan diawali dengan permainan estafet bola menggunakan bola voli sesuai dengan materi pembelajaran, dengan demikian siswa siswi akan lebih aktif dan lebih termotivasi untuk melakukan pembelajaran materi passing atas dan bawah bola voli. Selain itu peneliti dan guru pengamat mengawasi jalannya kegiatan pembelajaran pada setiap individu secara bergantian, sehingga jika terdapat kesulitan siswa langsung dapat bertanya pada guru. Dari hasil evaluasi pada siklus II, hasil belajar siswa telah mencapai 82,3% meningkat 22%. Hal ini menunjukkan bahwa ketuntasan pemberian motivasi belajar telah tercapai. Berdasarkan data yang diperoleh tersebut maka dapat diketahui bahwa pembelajaran passing atas dan bawah sangat diperlukan suatu permainan yang bisa memacu semangat siswa siswi dalam belajar dan siswa siswi sudah memegang bola yang nantinya ketika dilakukan praktik pembelajaran siswa siswi tidak takut menggunakan bola tersebut, agar siswa mengalami langsung belajar secara individu dan menjadi semangat untuk mengikuti pembelajaran. Khususnya pada materi passing bawah, tepat sekali menggunakan permainan estafet bola dengan bola voli yang akan memicu kognitif siswa atau motorik siswa ke dalam materi bola voli.

## **5. KESIMPULAN DAN SARAN**

Melihat dari penelitian yang telah dilakukan terdapat banyak sekali faktor yang dapat mempengaruhi seorang siswa dalam menumbuhkan semangat belajarnya, salah satunya yaitu dengan melakukan permainan dalam proses pembelajaran PJOK dalam penelitian kali ini berupa permainan estafet bola. Permainan estafet bola adalah merupakan suatu permainan yang dilakukan dengan cara berkelompok yang menitikberatkan pada kekompakan antar kelompok yang di dalam permainannya mencondongkan pada salah satu dimensi P5 yaitu sifat gotong royong atau kerja sama.. Dari 7 indikator yang digunakan sebagai ketentuan penilaian meliputi indikator kesehatan, perhatian, minat, psychology, cara peneliti menjelaskan, media, dan kondisi lingkungan menandakan bahwa dari penelitian ini tidak hanya melihat dari aspek aktivitas olahraga, tetapi di samping itu banyak indikator juga yang sangat mempengaruhi dalam permainan estafet bola dan disimpulkan dalam bentuk yang detail sehingga mencapai hasil yang akurat dan bisa melihatkan hasil pembuktian sesuai dengan pelaksanaan penelitian yang dilakukan.

Dengan adanya hasil dari penelitian ini dapat dilihat bahwa pentingnya menerapkan sebuah permainan dalam proses pembelajaran PJOK tidak hanya untuk kesehatan semata saja,

tetapi sangat berpengaruh sebagai penunjang prestasi siswa siswi sekolah. Sebaiknya siswa siswi harus segera diperkenalkan aktivitas bermain olahraga sejak dini karena melihat permainan dalam aktivitas olahraga ini sangat menyenangkan terutama pada siswa siswi SMP. Siswa siswi tidak harus dituntut untuk monoton belajar di dalam ruangan terus menerus yang akan mengakibatkan siswa siswi tersebut merasa jenuh. Siswa siswi perlu keadaan fresh ketika menempuh kegiatan belajar mengajar dengan diisi variasi lain yang tidak luput dengan aktivitas fisik yang menyenangkan yaitu game (permainan) sehingga akan muncul motivasi pada diri anak untuk semangat belajar dalam mengikuti proses pembelajaran di sekolah.

## DAFTAR REFERENSI

- Aditia, D. A. (2015). Survei penerapan nilai-nilai positif olahraga dalam interaksi sosial antar siswa di SMA Negeri se-Kabupaten Wonosobo tahun 2014/2015. *E-Jurnal Physical Education Sport (Health and Recreation)*, 2251–2259.
- Asnaldi, A., Zulman, FIK-UNP, & Madri, M. (2018). Hubungan motivasi olahraga dan kemampuan motorik dengan hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan siswa sekolah dasar negeri 16 Sintoga Kecamatan Sintuk Toboh Gadang Kabupaten Padang Pariaman. *Jurnal MensSana*, 3(2), 16.
- Bangun, S. Y. (2016). Peran pendidikan jasmani dan olahraga pada lembaga pendidikan di Indonesia. *Publikasi Pendidikan*, 6(3).
- Mudzakir, D. O. (2020). Pengaruh permainan olahraga penjas tradisional di sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*, 10(1), 44–49.
- Foley, B. (2020). Active and inactive young Australians.
- Azhar, H. (2018). Motivasi belajar dalam meraih prestasi. *Jurnal Pendidikan Islam Victratina*, 3(1), 193–214.
- Indriana, S. M. (2015). Stress mahasiswa menghadapi ujian akhir program studi DIV Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indonesia Maju Jakarta tahun 2014-2015: Hubungan motivasi intrinsik dan ekstrinsik dengan hasil ujian.
- Kardi, I. S., Nasri, N., Ibrahim, I., & Nopiyanto, Y. E. (2020). Penerapan aktivitas fungsional rekreasi pada masa new normal untuk menjaga kesehatan lanjut usia. *Jurnal EMPATI (Edukasi Masyarakat, Pengabdian dan Bakti)*, 1(1), 62.
- Kuntjoro, B. F. T. (2020). Rasisme dalam olahraga. *Jurnal Penjakora*, 7(1), 1–9. <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/PENJAKORA/article/view/19503>
- Melati, L. R. (2018). Pengembangan alat permainan estafet sebagai media pembelajaran dalam perkembangan anak usia dini (Undergraduate thesis, UIN Raden Intan Lampung).

- Noori, A. Q., Said, H., Nor, F. M., & Ghani, F. A. (2020). The relationship between university lecturers' behaviour and students' motivation. *Universal Journal of Educational Research*, 8(11), 15–22.
- Nugraha, U. (2012). Hubungan persepsi, sikap dan motivasi belajar terhadap hasil belajar pada mahasiswa pendidikan olahraga dan kesehatan Universitas Jambi. *Экономика Региона*, 3, 32.
- Padli. (2016). Motivasi sosial di olahraga pemuda. 1, 75–82.
- Prativi, G. O. (2013). Pengaruh aktivitas olahraga terhadap kesegaran jasmani. *Journal of Sport Sciences and Fitness*, 2(3), 32–36.
- Putra, E. A. (2015). Anak berkesulitan belajar di sekolah dasar se-Kelurahan Kalumbuk Padang. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Khusus*, 1(3), 71–76.  
<http://103.216.87.80/index.php/jupekhu/article/viewFile/6065/4707>
- Rahman, F. A., Kristiyanto, A., & Sugiyanto. (2017). Motif, motivasi, dan manfaat aktivitas pendakian gunung sebagai olahraga rekreasi masyarakat. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 16(2), 143–153.