



---

**MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR PESERTA DIDIK PADA MATA PELAJARAN  
PJOK DENGAN SENTUHAN TEKNOLOGI : SOLUSI PEMBELAJARAN DI ERA DIGITAL**

**Ahmad Sultoni<sup>1</sup>, Tryade Poetra<sup>2</sup>, M Rahmat Kasmad<sup>3</sup>**

<sup>1</sup> PJOK Universitas Negeri Makassar

Email: [ahmadsulthoni690@gmail.com](mailto:ahmadsulthoni690@gmail.com)

<sup>2</sup> PJOK, SDI Bertingkat Bara-Baraya II

Email: [tryadepoetra96@guru.sd.belajar.id](mailto:tryadepoetra96@guru.sd.belajar.id)

<sup>3</sup> PJOK, Universitas Negeri Makassar

Email: [m.rachmat.k@unm.ac.id](mailto:m.rachmat.k@unm.ac.id)

**Artikel info**

*Received; 02-03-2023*

*Revised; 03-04-2023*

*Accepted; 04-05-2023*

*Published; 25-05-2023*

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan motivasi belajar siswa pada mata pelajaran PJOK dengan memanfaatkan teknologi dalam proses pembelajaran. Metode yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan dalam dua siklus, masing-masing melibatkan perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Instrumen yang digunakan meliputi kuisioner untuk mengukur motivasi belajar siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada siklus I hanya sebesar 42,9% peserta didik yang merasa termotivasi dalam pembelajaran PJOK, sedangkan sekitar 47,6% memilih bersikap netral. Sedangkan, pada siklus II menunjukkan peningkatan signifikan sebesar 81% peserta didik sudah termotivasi dalam pembelajaran PJOK yang menerapkan pembelajaran dengan sentuhan teknologi, sedangkan 19% memilih netral. Penelitian ini menyarankan penerapan teknologi yang lebih variatif dan interaktif dalam pembelajaran PJOK untuk menciptakan pembelajaran yang lebih menarik dan efektif di era digital.

**Key words:**

*Motivasi Belajar, Teknologi,  
PJOK, Penelitian Tindakan  
Kelas (PTK)*

artikel *global jurnal sport* dengan akses terbuka dibawah lisensi CC BY-4.0



**PENDAHULUAN**

Pendidikan merupakan salah satu pondasi yang sangat penting keberadaannya dalam membentuk generasi muda yang berkualitas dan mampu bersaing di era globalisasi. Dalam membangun sistem pendidikan yang efektif dan mudah, motivasi belajar peserta didik memiliki peran vital (Dwi Rita Nova & Widiastuti, 2019). Menurut (Asmara, 2015) pembelajaran yang baik membutuhkan proses perencanaan yang baik dan proses pelaksanaannya harus juga melibatkan banyak orang, seperti guru dan peserta didik, kemudian memiliki keterkaitan antara kegiatan yang satu dengan yang lain, untuk mencapai kompetensi bidang studi yang akhirnya dapat mendukung capaian kompetensi lulusan.

Pendidikan sering diistilahkan “*Upaya Memanusiakan Manusia*” yakni pendidikan pada dasarnya adalah upaya mengembangkan kemampuan atau potensi individu, sehingga dapat hidup optimal baik pribadi maupun sebagai anggota masyarakat serta memiliki nilai-nilai moral dan sosial sebagai pedoman hidup (Yudaparmita & Adnyana, 2020). Pembelajaran di sekolah dapat dianggap sebagai suatu strategi publik yang dapat berperan penting dalam meningkatkan pengetahuan dan juga sikap peserta didik. Oleh karena itu, pembelajaran dikatakan sebagai sebuah konsep dari dua dimensi kegiatan yakni mengajar dan belajar yang harus diaktualisasikan dan direncanakan dengan baik sehingga terciptanya proses pembelajaran yang menyenangkan untuk peserta didik.

Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan merupakan salah satu pembelajaran yang diberikan di sekolah sebagai pelengkap dari proses pembelajaran yang ada. Menurut Suherman (2007), pembelajaran PJOK digambarkan sebagai suatu aktivitas jasmani sehingga dapat menambahkan kebugaran, menambah keterampilan gerak, ilmu pengetahuan dan juga hidup sehat. Secara umum, pembelajaran sering dikaitkan dengan pendidikan, didalam ruang lingkup pendidikan istilah pembelajaran dikaitkan dengan sebagian bentuk kegiatan yang tercakup didalam sistem pendidikan. (Dwiyoogo, 2018) bahwa pembelajaran adalah sesuatu hal yang memberikan perhatian kepada siswa untuk membetulkan proses pembelajaran.

Dalam upaya untuk meningkatkan kualitas pendidikan sesuai dengan SDGs 2030, maka salah satu hal yang dapat dilakukan yakni meningkatkan motivasi belajar peserta didik sehingga terciptanya pembelajaran yang lebih giat dan konsisten dan akhirnya proses pembelajaran dapat berlangsung dengan lebih baik (Salay, 2019). Saat peserta didik mempunyai motivasi belajar yang tinggi, maka hal ini akan membuat mereka termotivasi mencari atau memahami informasi, memperdalam pemahaman, dan juga menyelesaikan tugas-tugas dengan lebih baik (Rosa, 2020). Oleh karena itu, penting bagi tenaga pendidik untuk dapat memahami factor-faktor yang mempengaruhi motivasi belajar peserta didik, sehingga mereka dapat merancang strategi ataupun metode pembelajaran yang sesuai untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik (Hasmirati et al., 2023).

Faktanya, masih banyak peserta didik yang memiliki motivasi belajar yang tergolong rendah, utamanya dalam mata pelajaran PJOK. Mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan salah satu mata pelajaran yang umum dijumpai dan bersifat wajib. Mata pelajaran ini menekankan pada adanya kegiatan fisik dan pemahaman tentang Kesehatan, yang sering kali dihadapkan dengan tantangan dalam memotivasi peserta didik, terutama ketika dihadapkan pada pembelajaran yang bersifat teoritis. Adapun factor-faktor yang umum mempengaruhi motivasi belajar peserta didik terbagi atas faktor internal seperti minat dan bakat, hingga faktor eksternal seperti lingkungan ataupun metode pembelajaran yang diterapkan di sekolah (Suwarma et al., 2023).

Di era digital saat ini, teknologi memainkan peran yang sangat penting dalam kehidupan sehari-hari. Salah satu cara untuk memanfaatkan potensi ini adalah dengan mengintegrasikan teknologi dalam proses pembelajaran (Dewi et al., 2019). Metode pembelajaran yang berbasis teknologi memungkinkan siswa untuk belajar secara mandiri, interaktif, dan kreatif, yang dapat meningkatkan motivasi mereka dalam belajar (Kurnia et al., 2018). Meskipun metode ini telah diterapkan di banyak sekolah, masih ada beberapa masalah yang perlu diatasi. Di antaranya adalah keterbatasan infrastruktur teknologi di sekolah, kurangnya pemahaman guru tentang penerapan teknologi dalam pembelajaran, dan minimnya penelitian yang mengevaluasi efektivitas metode ini dalam meningkatkan motivasi belajar siswa (Prabowo et al., 2023).

Pembelajaran berbasis teknologi adalah pendekatan pendidikan yang memanfaatkan teknologi sebagai alat utama dalam proses belajar mengajar. Dalam praktiknya, guru memilih platform atau perangkat lunak yang sesuai dengan kebutuhan pembelajaran dan menyusun materi yang akan disampaikan melalui sumber daya digital seperti teks, video, dan gambar. Melalui platform digital, interaksi antara guru dan peserta didik dapat terjalin dengan baik, di mana guru memberikan penjelasan, tugas, dan memfasilitasi diskusi, sementara peserta didik dapat mengajukan pertanyaan atau memberikan tanggapan. Selain itu, peserta didik memiliki akses ke sumber daya digital lainnya, seperti materi tambahan dan bahan bacaan, untuk memperluas pengetahuan mereka di luar ruang kelas. Selama proses ini, guru dapat memantau kemajuan siswa dan memberikan umpan balik yang lebih tepat. Akhirnya, evaluasi dan penilaian dilakukan untuk mengukur pemahaman siswa terhadap materi yang diajarkan. Meskipun pembelajaran berbasis teknologi menawarkan fleksibilitas dan akses yang lebih besar, tantangan teknis serta kebutuhan infrastruktur tetap perlu diperhatikan agar penggunaan teknologi berjalan lancar dan mendukung keberhasilan belajar peserta didik.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pemahaman peserta didik secara keseluruhan dalam pembelajaran PJOK yang terkait dengan aspek psikomotor dan kognitif agar pembelajaran lebih komprehensif dan juga efektif. Dengan kata lain, penelitian ini juga bertujuan untuk mengetahui efektivitas metode pembelajaran berbasis teknologi dalam upaya meningkatkan motivasi belajar peserta didik di sekolah. Diharapkan agar penelitian ini nantinya dapat memberikan kontribusi atau wawasan baru bagi dunia pendidikan dalam upaya meningkatkan kualitas pembelajaran di sekolah.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode penelitian Tindakan kelas (PTK) yang terbagi atas dua siklus. Kedua siklus terdiri atas perencanaan, pelaksanaan, pengamatan dan refleksi.



*Gambar 1 Siklus Penelitian Tindakan Kelas*

Pada penelitian ini subjek penelitian merupakan peserta didik kelas VI di UPT SD Inpress Bertingkat Bara-Baraya II Tahun Ajaran 2024/2025 yang berjumlah 21 orang peserta didik. Penelitian dilaksanakan pada Hari Senin, 30 September 2024 dan Hari Rabu, 02 Oktober 2024.

Peneliti menggunakan teknik analisis data yaitu deskriptif kuantitatif. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuisioner, dan observasi lapangan.

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

Berdasarkan observasi lapangan, kondisi awal peserta didik kelas IV (enam) SDI Bertingkat Bara-Baraya II, menunjukkan adanya berbagai tantangan yang dihadapi dalam pembelajaran PJOK. Ketidakminatan, motivasi yang rendah, partisipasi minimal, serta kurangnya integrasi teknologi menjadi beberapa faktor yang menghambat proses belajar. Hal ini tergambar dari suasana pembelajaran yang monoton dan bahkan membuat sebagian peserta didik tidak memiliki ketertarikan signifikan akan pembelajaran PJOK itu sendiri. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang lebih inovatif dan interaktif dalam pembelajaran untuk meningkatkan pengalaman belajar dan hasil belajar peserta didik, yang terbagi atas 2 siklus.

Berdasarkan tabel 1 (Siklus 1), dapat dilihat bahwa mayoritas peserta didik (47,62%) berada pada posisi netral terkait motivasi belajar. Hanya 14,29% peserta didik yang setuju bahwa mereka merasa termotivasi dalam belajar PJOK, sementara 9,52% peserta didik merasa tidak setuju. Hal ini menunjukkan perlunya peningkatan dalam metode pengajaran untuk menarik minat peserta didik. Kemudian, meskipun tidak ada responden yang sangat tidak setuju atau tidak setuju, 47,62% peserta didik berada dalam kategori netral, yang menunjukkan bahwa mereka belum merasa yakin dalam memahami dan menerapkan materi PJOK. Persentase yang sama (14,29%) menunjukkan bahwa mereka setuju bahwa penggunaan teknologi dapat membantu dalam pembelajaran. Dalam hal umpan balik dan penilaian, 52,38% peserta didik menghargai penilaian yang diberikan oleh guru setelah tugas PJOK. Namun, tidak ada peserta didik yang sangat setuju, dan 47,62% peserta didik berada pada posisi netral. Ini menunjukkan bahwa meskipun umpan balik dihargai, masih ada ruang untuk perbaikan dalam memberikan umpan balik yang lebih bermanfaat dan relevan. Berdasarkan data yang dihasilkan pada siklus 1 yakni sebesar 42,9%, maka kegiatan dilanjutkan pada siklus 2 dengan hasil sebagai berikut:

Berdasarkan data hasil pengolahan pada siklus 2, menunjukkan bahwa tidak ada peserta didik yang sangat tidak setuju atau tidak setuju terkait motivasi belajar mereka dalam materi PJOK. Sebagian besar peserta didik menunjukkan respon positif, di mana 42,86% dari mereka sangat setuju bahwa mereka termotivasi belajar PJOK. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan yang dilakukan dalam pembelajaran PJOK cukup berhasil dalam membangkitkan minat peserta didik. Dalam hal pemahaman dan penerapan, tidak ada responden yang sangat tidak setuju, dan sebagian besar peserta didik berada dalam kategori netral (52,38%). Ini menunjukkan bahwa mereka merasa kurang yakin dalam memahami dan menerapkan materi PJOK dengan baik. Hanya 38,10% yang setuju bahwa mereka merasa lebih percaya diri dalam penerapan PJOK menggunakan teknologi. Hal ini menunjukkan perlunya pendekatan yang lebih efektif dalam membantu peserta didik memahami dan menerapkan materi yang diajarkan. Dalam umpan balik dan penilaian, data menunjukkan bahwa 47,62% peserta didik sangat setuju bahwa mereka menghargai penilaian dari guru setelah tugas PJOK. Meski tidak ada peserta didik yang sangat tidak setuju, 19,05% peserta didik berada pada posisi netral, yang menunjukkan bahwa masih ada ruang untuk peningkatan dalam memberikan umpan balik yang lebih membangun. Namun, secara keseluruhan, umpan balik dari guru sudah cukup positif dan diterima dengan baik oleh peserta didik. Pada siklus 2 ini menunjukkan bahwa motivasi peserta didik pada pembelajaran PJOK dengan penggunaan teknologi sudah meningkat menjadi 81% yang artinya metode atau

pendekatan yang dilakukan untuk penerapan teknologi dalam pembelajaran sudah memenuhi target.

### **Pembahasan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada peserta didik kelas VI (enam) SDI Bertingkat Bara-Baraya II pada siklus I, menunjukkan bahwasanya tingkat motivasi peserta didik dalam pembelajaran PJOK masih tergolong sedang. Mayoritas peserta didik berada pada kategori “netral” atau “setuju” terkait minat belajar PJOK dengan menggunakan teknologi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dewi (2020) yang menunjukkan bahwa pada awal implementasi teknologi dalam pembelajaran, peserta didik masih berada dalam fase adaptasi, sehingga efek peningkatan motivasi belum sepenuhnya terlihat. Namun, setelah dilakukan perbaikan di siklus II, motivasi peserta didik meningkat signifikan. Penggunaan teknologi lebih interaktif dan aplikasi yang lebih disesuaikan dengan materi PJOK membuat peserta didik lebih aktif dalam berpartisipasi. Hal ini didukung oleh hasil penelitian dari Prasetyo (2018) yang menyatakan bahwa penggunaan teknologi yang tepat dan interaktif dalam pembelajaran dapat meningkatkan motivasi dan partisipasi peserta didik.

Pada siklus I, meskipun teknologi digunakan dalam pembelajaran, sebagian besar peserta didik merasa bahwa pemahaman mereka tentang materi PJOK masih belum optimal. Namun, setelah siklus II, penggunaan teknologi yang lebih variatif, seperti video interaktif dan simulasi digital, membantu peserta didik lebih mudah memahami dan menerapkan konsep-konsep PJOK dalam kehidupan sehari-hari. Hasil ini mendukung temuan dari Rahmawati (2020), yang menyatakan bahwa teknologi visual dan interaktif dapat membantu peserta didik untuk lebih cepat memahami materi yang bersifat praktis, seperti olahraga dan kesehatan. Teknologi visual memungkinkan peserta didik melihat langsung penerapan konsep yang dipelajari, sehingga lebih mudah dipahami.

Penilaian berbasis teknologi yang diterapkan pada siklus I menunjukkan hasil yang cukup positif, namun umpan balik yang diberikan oleh guru masih belum maksimal dalam memotivasi siswa untuk memperbaiki pemahaman mereka. Setelah diperbaiki di siklus II, di mana umpan balik diberikan lebih cepat dan lebih detail melalui aplikasi pembelajaran, motivasi peserta didik untuk memperbaiki hasil belajar meningkat. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kurniawati (2019), yang menunjukkan bahwa umpan balik berbasis teknologi yang diberikan secara *real-time* mampu memberikan dampak yang lebih signifikan terhadap motivasi belajar peserta didik. Hattie dan Timperley (2007), menekankan bahwa umpan balik yang efektif dapat meningkatkan motivasi dan hasil belajar peserta didik. Oleh karena itu, penting bagi guru untuk memberikan umpan balik yang spesifik dan terarah agar peserta didik dapat memahami dengan jelas aspek-aspek yang perlu diperbaiki. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa motivasi belajar siswa dalam materi PJOK berada pada tingkat yang baik, di mana peserta didik merasa termotivasi untuk mempelajari materi tersebut. Penemuan ini sejalan dengan teori Ryan dan Deci (2000), yang menyatakan bahwa motivasi intrinsik berperan penting dalam proses pembelajaran. Ketika peserta didik memiliki motivasi yang tinggi, mereka cenderung lebih terlibat dan berkomitmen dalam kegiatan belajar, sehingga memperkuat minat mereka terhadap materi yang diajarkan.

## **PENUTUP**

Penelitian ini menyoroti pentingnya integrasi motivasi belajar, pemahaman, dan umpan balik dalam meningkatkan motivasi pembelajaran PJOK. Dengan penerapan strategi yang tepat, diharapkan peserta didik tidak hanya termotivasi tetapi juga mampu memahami dan menerapkan materi dengan baik, sehingga meningkatkan kualitas pendidikan dan hasil belajar secara keseluruhan. Penelitian ini membuka peluang untuk pengembangan lebih lanjut dalam praktik pembelajaran yang lebih efektif dan inovatif di masa mendatang. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi sekolah dan guru dalam mengimplementasikan teknologi dalam pembelajaran PJOK serta menjadi bahan refleksi untuk terus mengembangkan inovasi dalam dunia pendidikan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Asmara, H. (2015). Profesi Kependidikan. Bandung: Alfabeta.
- Dewi, K. C., Ciptayani, P. I., Surjono, H. D., & Priyanto. (2019). Blended Learning Konsep dan Implementasi pada Pendidikan. In Kadek Cahya Dewi, S.T., M.Cs Putu Indah Ciptayani, S.Kom., M.Cs Prof. Herman Dwi Surjono, Ph.D Dr. Priyanto, M.Kom (Issue 28).
- Dewi, R. (2020). Pengaruh Penggunaan Teknologi dalam Pembelajaran Terhadap Motivasi Belajar Siswa. *Jurnal Pendidikan Teknologi*, 8(2), 110-120.
- Dwi Rita Nova, D., & Widiastuti, N. (2019). Pembentukan Karakter Mandiri Anak Melalui Kegiatan Naik Transportasi Umum. *Comm-Edu (Community Education Journal)*, 2(2), 113. <https://doi.org/10.22460/comm-edu.v2i2.2515>.
- Dwiyogo, W. D. (2018). Developing a blended learning-based method for problem-solving in capability learning. *Turkish Online Journal of Educational Technology-TOJET*, 17(1), 51-61.
- Hasmirati, H., Nursyamsi, S. Y., Mustapa, M., Dermawan, H., & Hita, I. P. A. D. (2023). Motivation and Interest: Does It Have an Influence On Pjok Learning Outcomes in Elementary School Children? *Journal on Research and Review of Educational Innovation*, 1(2), 70–78.
- Hattie, J., & Timperley, H. (2007). The power of feedback. *Review of Educational Research*, 77(1), 81-112. <https://doi.org/10.3102/003465430298487>
- Kurnia, N., Darmawan, D., & Maskur, M. (2018). Efektivitas Pemanfaatan Multimedia Pembelajaran Berbantuan Ispring dalam Meningkatkan Motivasi dan Hasil Belajar Pada Mata Pelajaran Bahasa Arab. *Teknologi Pembelajaran*, 3(1).
- Kurniawati, D. (2019). Umpan Balik Berbasis Teknologi: Dampak Terhadap Motivasi Belajar. *Jurnal Pendidikan Berbasis Teknologi*, 7(3), 45-52.
- Latar, I. M. (2024). Pemanfaatan Media Audio Visual Dalam Pembelajaran Kebugaran Jasmani Pada Siswa Sekolah Dasar. *Yang Terdepan Dalam Pemanfaatan Media Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan*, 27.

- Musaddat, S., & Marhaeni, A. A. I. N. (2020). Keterlaksanaan Gerakan Literasi Bahasa Berbasis Kelas pada Jenjang Sekolah Dasar di Pulau Lombok: Peluang Pemanfaatan Teknologi Digital Sebagai Upaya Optimalisasi. *Mabasan*, 14(2), 143-160.
- Prabowo, R. A., Hita, I. P. A. D., Lubis, F. M., Patimah, S., Eskawida, E., & Siska, S. (2023). Pengaruh Motivasi Terhadap Hasil Belajar Dribbling Permainan Bola Basket. *Journal on Education*, 5(4), 12648–12658. <https://doi.org/10.31004/joe.v5i4.2253>.
- Prasetyo, A. (2018). Pengaruh Penggunaan Teknologi Interaktif dalam Peningkatan Partisipasi Siswa. *Jurnal Teknologi Pendidikan*, 10(1), 65-72.
- Rahmawati, E. (2020). Pemahaman Materi PJOK Melalui Teknologi Visual. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 9(4), 78-85.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
- Salay, R. (2019). Perbedaan Motivasi Belajar Siswa yang Mendapatkan Teacher Centered Learning (TCL) Dengan Student Centered Learning (SCL). *Education*, 1(1), 1–12.
- Suherman, W. (2007). Pendidikan Jasmani sebagai Pembentuk Fondasi yang Kokoh bagi Tumbuh Kembang Anak. Pidato Pengukuhan Guru Besar.
- Suwarma, D. M., Munir, M., Wijayanti, D. A., Marpaung, M. P., Weraman, P., & Hita, I. P. A. D. (2023). Pendampingan Belajar Siswa Untuk Meningkatkan Kemampuan Calistung Dan Motivasi Belajar. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 1234–1239. <https://doi.org/10.31004/cdj.v4i2.13044>
- Yudaparmita, G. N. A., & Adnyana, K. S. (2020). Pendidikan jasmani dalam pembelajaran jarak jauh dan profesionalisme guru. *Widya Kumara: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(2), 59-67.