



# Global Journal Sport Science

<https://jurnal.sainsglobal.com/index.php/gjss>

Volume 3, Nomor 2 April 2025

e-ISSN: 3031-396J

**DOI.10.35458**

---

## STRATEGI MENGATASI RENDAHNYA MINAT SISWA DALAM PEMBELAJARAN PJOK DI UPT SPF SD INPRES MONGISIDI

**Harianto<sup>1</sup>, Andi Rizal<sup>2</sup>, Muhammad Sumange L<sup>3</sup>**

<sup>1,2</sup>Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan, Universitas Negeri Makassar

<sup>3</sup>Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan, UPT SPF SD INPRES MONGISIDI

<sup>1</sup> [ppg.harianto99130@program.belajar.id](mailto:ppg.harianto99130@program.belajar.id) , <sup>2</sup> [andirizal6464@gmail.com](mailto:andirizal6464@gmail.com) , <sup>3</sup> [sumangelipu78@gmail.com](mailto:sumangelipu78@gmail.com)

---

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis penyebab rendahnya minat siswa terhadap pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di UPT SPF SD Inpres Mongisidi serta merumuskan strategi untuk mengatasinya. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi, kemudian dianalisis menggunakan teknik analisis tematik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 40% siswa merasa PJOK membosankan karena aktivitas yang monoton, sementara 33,33% siswa memiliki motivasi intrinsik yang rendah. Faktor eksternal, seperti keterbatasan fasilitas olahraga yang memadai dan metode pengajaran yang kurang menarik, juga menjadi hambatan utama, dengan 50% guru masih menggunakan pendekatan konvensional. Partisipasi siswa dalam pembelajaran PJOK juga rendah, hanya 35% siswa yang aktif, sementara sisanya bersikap pasif atau menghindari kegiatan. Strategi yang diusulkan meliputi peningkatan variasi metode pembelajaran, seperti pembelajaran berbasis permainan, pengadaan fasilitas olahraga yang memadai, serta edukasi kepada siswa dan orang tua mengenai pentingnya aktivitas fisik. Dengan langkah-langkah tersebut, diharapkan minat siswa terhadap pembelajaran PJOK dapat meningkat, sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai secara optimal.

**Kata Kunci:** minat siswa, PJOK, strategi pembelajaran,

### **PENDAHULUAN**

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan bagian penting dari kurikulum sekolah dasar yang bertujuan untuk mengembangkan aspek fisik, mental, dan sosial siswa. Melalui pembelajaran PJOK, siswa diajarkan pentingnya gaya hidup sehat, keterampilan motorik, dan nilai-nilai seperti kerja sama, disiplin, serta sportivitas. Namun, di UPT SPF SD Inpres Mongisidi, rendahnya minat siswa terhadap pembelajaran PJOK menjadi tantangan yang signifikan. (Irgi Iksan Mulyana et al. 2024)

Banyak guru masih menggunakan metode instruksi langsung yang tidak memberikan ruang bagi siswa untuk berinteraksi atau bereksplorasi. Hal ini menyebabkan siswa merasa bosan dan kurang tertarik untuk berpartisipasi aktif dalam pembelajaran PJOK. Materi yang diajarkan sering kali sama dari tahun ke tahun tanpa adanya inovasi. Siswa membutuhkan pendekatan yang lebih bervariasi dan menarik untuk meningkatkan minat mereka terhadap pelajaran. Pembelajaran PJOK seharusnya melibatkan aktivitas fisik dan interaksi sosial. Namun, kurangnya strategi yang mendorong partisipasi aktif siswa membuat mereka tidak terlibat secara maksimal dalam kegiatan belajar. (Ningsih 2024)

Pendidikan jasmani memiliki peran penting dalam membentuk karakter dan kebugaran fisik siswa. Dengan meningkatnya minat dan partisipasi siswa, diharapkan mereka dapat mengembangkan

keterampilan motorik serta sikap positif terhadap olahraga, yang akan berdampak pada kesehatan mereka di masa depan. (Putri et al. 2024)

Fenomena rendahnya minat ini terlihat dari kurangnya partisipasi siswa dalam kegiatan PJOK, sikap pasif saat pembelajaran berlangsung, hingga ketidakhadiran yang tinggi pada saat pelajaran ini dijadwalkan. Berdasarkan observasi awal, faktor-faktor seperti metode pengajaran yang kurang menarik, keterbatasan fasilitas olahraga, serta rendahnya motivasi intrinsik siswa menjadi penyebab utama rendahnya minat terhadap pelajaran ini. Selain itu, persepsi bahwa PJOK tidak sepenting mata pelajaran akademik lainnya turut memperburuk keadaan. (Utomo, Hartati, and Yuli 2014)

Rendahnya minat siswa terhadap PJOK dapat berdampak pada kurangnya keterlibatan mereka dalam aktivitas fisik, yang berpotensi memengaruhi perkembangan kesehatan dan keterampilan motorik mereka. Oleh karena itu, diperlukan strategi yang efektif untuk meningkatkan minat siswa, baik melalui pendekatan inovatif dalam metode pengajaran, pengadaan fasilitas yang memadai, maupun pemberian motivasi yang berkelanjutan. (Utomo, Hartati, and Yuli 2014)

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi penyebab rendahnya minat siswa terhadap pembelajaran PJOK di UPT SPF SD Inpres Mongisidi serta merumuskan strategi yang dapat diterapkan oleh guru dan pihak sekolah untuk mengatasi masalah ini. Dengan memahami akar permasalahan dan menemukan solusi yang tepat, diharapkan pembelajaran PJOK dapat kembali menjadi aktivitas yang menarik dan bermanfaat bagi siswa.

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif untuk menganalisis fenomena rendahnya minat siswa terhadap pembelajaran PJOK di UPT SPF SD Inpres Mongisidi. Pendekatan ini dipilih untuk memperoleh gambaran mendalam tentang faktor-faktor yang memengaruhi rendahnya minat siswa serta strategi yang dapat diterapkan untuk mengatasinya.

Desain penelitian yang digunakan adalah studi kasus, yang memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi konteks spesifik dari penggunaan pembelajaran berbasis permainan dalam pendidikan jasmani. Populasi dalam penelitian ini adalah Siswa dan guru yang terlibat dalam pembelajaran jasmani di sebuah sekolah menengah. Teknik penarikan sampel menggunakan teknik purposive sampling, yaitu pemilihan siswa dan guru yang memiliki pengalaman dalam menggunakan pembelajaran berbasis permainan. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi dan wawancara. Observasi dilakukan untuk mengamati langsung bagaimana pembelajaran berbasis permainan diimplementasikan dalam konteks nyata., wawancara akan dilakukan dengan guru untuk memahami persiapan, implementasi, dan refleksi terhadap penggunaan pembelajaran berbasis permainan. Selain itu, wawancara juga dilakukan dengan siswa untuk mendapatkan pandangan mereka tentang pengalaman belajar mereka. Data yang telah di dapatkan kemudian akan dianalisis dan paparkan dalam bagian hasil dan pembahasan. Siswa mengungkapkan bahwa siswa merasa lebih senang dan bersemangat saat pembelajaran PJOK yang diterapkan melalui permainan. Siswa mengatakan bahwa metode permainan membuat pelajaran. (Ningsih 2024)

Data yang diperoleh dianalisis menggunakan teknik analisis tematik, yang melibatkan langkah-langkah Reduksi Data (Memilah informasi yang relevan dengan fokus penelitian). Penyajian Data (Menyusun data dalam bentuk narasi deskriptif untuk memudahkan identifikasi pola atau tema utama). Penarikan Kesimpulan (Mengidentifikasi hubungan antara temuan dan merumuskan strategi untuk mengatasi rendahnya minat siswa terhadap PJOK).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini mengungkapkan beberapa temuan penting terkait rendahnya minat siswa terhadap pembelajaran PJOK di UPT SPF SD Inpres Mongisidi, dapat dilihat pada tabel 1

Tabel 1. Hasil Penelitian

Aspek	Temuan	Jumlah Siswa (30 Orang)	Presentase (%)
Siswa merasa PJOK membosankan	Aktivitas yang monoton dan kurang variasi	12	40%
Siswa tidak memiliki motivasi intrinsik	Tidak menyukai olahraga tertentu atau malas bergerak	10	33,33%
Fasilitas olahraga yang kurang memadai	Lapangan sempit, peralatan rusak, atau tidak lengkap	-	50%
Metode pengajaran kurang menarik	Pengajaran berbasis instruksi konvensional, tanpa variasi permainan	-	50%
Siswa yang aktif terlibat dalam kegiatan PJOK	Siswa yang mengikuti dengan antusias	11	35%
Siswa yang pasif atau tidak terlibat	Siswa yang pasif, tidak percaya diri, atau menghindari kegiatan olahraga	19	65%

Pada tabel diatas menjelaskan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi rendahnya minat siswa terhadap pembelajaran PJOK di UPT SPF SD Inpres Mongsidi :

1. Faktor Internal Siswa

Wawancara dengan siswa menunjukkan bahwa 40% siswa merasa PJOK membosankan karena aktivitas yang monoton dan kurang bervariasi. Sebagian siswa mengaku lebih tertarik pada pelajaran lain yang dianggap lebih relevan dengan nilai akademik. Selain itu, motivasi intrinsik siswa yang rendah menjadi salah satu faktor utama, dengan alasan seperti "malas bergerak" atau "tidak menyukai olahraga tertentu."

## 2. Faktor Eksternal (Lingkungan dan Fasilitas)

Berdasarkan observasi, fasilitas olahraga yang terbatas, seperti lapangan yang sempit dan peralatan yang tidak memadai, turut memengaruhi minat siswa. Selain itu, guru PJOK mengungkapkan bahwa 50% dari metode pengajaran masih berbasis instruksi konvensional, yang kurang menarik bagi siswa. Ketidakhadiran dukungan dari lingkungan, seperti dorongan dari orang tua untuk aktif berolahraga, juga menjadi hambatan signifikan.

## 3. Partisipasi Siswa

Observasi selama kegiatan PJOK menunjukkan bahwa hanya 35% siswa yang aktif terlibat, sementara sisanya cenderung pasif atau bahkan tidak mengikuti kegiatan dengan alasan tertentu, seperti kurang percaya diri atau kelelahan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rendahnya minat siswa terhadap pembelajaran PJOK disebabkan oleh kombinasi faktor internal dan eksternal. Secara internal, motivasi rendah dan kurangnya minat terhadap olahraga tertentu menjadi hambatan utama. Hal ini sejalan dengan teori motivasi belajar yang menyatakan bahwa ketertarikan individu terhadap suatu aktivitas sangat dipengaruhi oleh minat intrinsik dan relevansi aktivitas tersebut dengan kebutuhan pribadi mereka.

Secara eksternal, keterbatasan fasilitas dan metode pengajaran yang kurang variatif menjadi tantangan signifikan. Guru yang menggunakan pendekatan pengajaran berbasis ceramah atau aktivitas yang tidak bervariasi cenderung membuat siswa kehilangan antusiasme. Hal ini mendukung penelitian sebelumnya yang menekankan pentingnya penggunaan metode pengajaran inovatif, seperti pembelajaran berbasis permainan atau integrasi teknologi, untuk menarik minat siswa dalam pelajaran PJOK.

Dukungan lingkungan, seperti keluarga dan sekolah, juga memiliki peran besar dalam membentuk minat siswa. Rendahnya dorongan orang tua untuk mendukung aktivitas olahraga anak dan kurangnya promosi olahraga di lingkungan sekolah membuat siswa tidak memandang PJOK sebagai pelajaran yang penting.

Sebagai langkah strategis, guru perlu mengembangkan metode pembelajaran yang lebih menarik, seperti melibatkan aktivitas permainan, variasi olahraga, atau menggunakan media visual untuk memperkenalkan olahraga baru. Selain itu, peningkatan fasilitas olahraga serta program sosialisasi kepada orang tua mengenai pentingnya aktivitas fisik dapat membantu meningkatkan dukungan lingkungan terhadap siswa. Dengan mengatasi faktor-faktor ini, diharapkan minat siswa terhadap pembelajaran PJOK dapat meningkat secara signifikan.

## SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa rendahnya minat siswa terhadap pembelajaran PJOK di UPT SPF SD Inspres Mongisidi disebabkan oleh faktor internal dan eksternal. Secara internal, 40% siswa merasa pembelajaran PJOK membosankan karena aktivitas yang monoton, dan 33,33% siswa memiliki motivasi intrinsik yang rendah. Secara eksternal, keterbatasan fasilitas olahraga yang memadai dan metode pengajaran yang kurang bervariasi menjadi hambatan utama, dengan 50% guru masih menggunakan pendekatan konvensional. Selain itu, hanya 35% siswa yang aktif terlibat dalam kegiatan PJOK, sementara 65% lainnya bersikap pasif atau bahkan menghindari kegiatan.

Untuk mengatasi masalah ini, diperlukan strategi seperti peningkatan variasi metode pembelajaran, pengadaan fasilitas olahraga yang memadai, serta edukasi kepada siswa dan orang tua mengenai pentingnya aktivitas fisik. Dengan langkah-langkah tersebut, diharapkan minat siswa terhadap pembelajaran PJOK dapat meningkat sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai secara optimal.

## DAFTAR PUSTAKA

Irgi Iksan Mulyana, Hilma Shofiyah, Dani Komara, and Burhan Hambali. 2024. "Strategi Pembelajaran Aktif Untuk Meningkatkan Partisipasi Siswa Dalam Pendidikan Jasmani Dan Olahraga." *Jurnal Ilmiah Spirit* 24(2):112–20. doi: 10.36728/jis.v24i2.3611.

- Ningsih, Elisa Pitria. 2024. "Analisis Peran Pembelajaran Berbasis Permainan Dalam Meningkatkan Partisipasi Siswa Pada Pelajaran PJOK." *Journal of Salutare* 1(1):28–34. doi: 10.62872/cjja3559.
- Putri, Ajeng Adistya, Andrea Syahla Nathaniela Ridhwan, Fanya Rachma Zahra, Nur Afifah Handayani, Nadia Fitri Maharani, Rizqia Rahmadini, and Agus Mulyana. 2024. "Menumbuhkan Minat Dan Keterampilan Berolahraga Melalui Pembelajaran PJOK Di Sekolah Dasar." *Indo-MathEdu Intellectuals Journal* 5(3):2750–62. doi: 10.54373/imeij.v5i3.1161.
- Utomo, Budi, Hartati, and Sasminta Christina Yuli. 2014. "Upaya Meningkatkan Partisipasi Aktif Siswa Dalam Pembelajaran Pjok Melalui Modifikasi Bermainan Softball." *Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan* 06:469–71.