



Upaya Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Melalui Permainan Jala Ikan dalam Pembelajaran PJOK di SDN Betet 3 Kota Kediri

Yoga Pramudya Wardana

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan/Pendidikan Profesi Guru, Universitas Nusantara PGRI Kota Kediri, Indonesia.

M. Akbar Husein Allsabab

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan/Pendidikan Profesi Guru, Universitas Nusantara PGRI Kota Kediri, Indonesia.

Moh. Aan Zainul Arifin

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan, SDN Betet 3, Kota Kediri, Jawa Timur, Indonesia.

Alamat: Universitas Nusantara PGRI Kota Kediri

Korespondensi penulis: yogapramudyawardana@gmail.com

Abstract. *This study used a cyclical Classroom Action Research (CAR) method to optimize student motivation in Physical Education, Sports, and Health (PJOK). Twenty-eight third-grade students from SDN Betet 3 participated as subjects. The study was divided into two cycles, each with planning, implementation, observation, and evaluation phases. The results showed that student learning motivation averaged 55.7% in Cycle I, then significantly increased to 73.56% in Cycle II. This 17.86% increase reflects a positive shift in student enthusiasm and interest in learning. The implementation of the "fishing net game" and refresher activities in Cycle II proved successful in increasing student learning motivation. The research findings demonstrate the effectiveness of a more interactive and engaging learning approach. The improvements implemented in Cycle II successfully created a more supportive learning environment. This study validates the effectiveness of the cyclical CAR method and the implementation of the "fishing net game" in increasing motivation in PJOK learning. The results emphasize the urgency of implementing innovative learning strategies to achieve maximum learning outcomes.*

Keywords: *motivation to learn, fishing net game.*

Abstrak. Studi ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) bersiklus untuk mengoptimalkan motivasi siswa dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Penelitian melibatkan 28 siswa kelas III SDN Betet 3 sebagai subjek. Pelaksanaan penelitian terbagi menjadi dua siklus, di mana setiap siklus melalui fase perencanaan, implementasi, observasi, dan evaluasi. Hasil menunjukkan bahwa motivasi belajar siswa pada Siklus I mencapai rata-rata 55,7%, lalu mengalami peningkatan yang bermakna menjadi 73,56% pada Siklus II. Kenaikan sebesar 17,86% ini menggambarkan adanya perubahan positif dalam semangat dan ketertarikan siswa terhadap pembelajaran. Penerapan "permainan jala ikan" dan kegiatan penyegaran pada Siklus II terbukti berhasil meningkatkan motivasi belajar siswa. Temuan penelitian membuktikan keberhasilan pendekatan pembelajaran yang lebih interaktif dan menggembirakan. Penyempurnaan yang diterapkan pada Siklus II berhasil menciptakan suasana belajar yang lebih mendukung. Studi ini memvalidasi keefektifan metode PTK dengan pendekatan bersiklus serta implementasi "permainan jala ikan" dalam meningkatkan motivasi belajar PJOK. Hasil penelitian menegaskan urgensi penerapan strategi pembelajaran yang inovatif untuk meraih capaian pembelajaran yang maksimal.

Kata kunci: motivasi belajar, permainan jala ikan

LATAR BELAKANG

Motivasi dapat dipahami sebagai serangkaian mekanisme psikologis yang mendorong, mengarahkan, dan mempertahankan tingkah laku individu. Hal ini mengindikasikan bahwa tindakan yang dilandasi motivasi cenderung bersifat dinamis, fokus pada tujuan tertentu, dan bertahan dalam jangka waktu yang panjang. Dalam ranah

pendidikan, tugas fundamental seorang pendidik adalah mengembangkan intelektualitas generasi muda melalui sistem pendidikan formal. Setiap usaha yang ditempuh senantiasa berhadapan dengan bermacam hambatan dalam meraih target yang ditetapkan. Pendidik memegang peranan krusial dalam menentukan keberhasilan aktivitas pembelajaran. Fungsi pendidik bukan hanya terbatas sebagai pemandu dan perantara, melainkan juga harus berperan sebagai penyemangat yang dapat membangkitkan antusiasme dan keingintahuan belajar peserta didik. Pendekatan ini diwujudkan melalui penerapan berbagai teknik pengajaran yang sesuai dan mendukung pengembangan kemampuan fundamental siswa dalam hal pengetahuan, keterampilan praktis, dan pembentukan karakter (Ali et al., 2023).

Motivasi merupakan salah satu komponen vital yang mempengaruhi efisiensi dan pencapaian dalam proses pembelajaran, karena peserta didik akan menunjukkan dedikasi belajar yang optimal ketika memiliki dorongan motivasi yang kuat. Dengan demikian, seorang pelajar dapat mencapai hasil belajar yang maksimal apabila didukung oleh elemen pendorong (motivasi) yang berasal dari internal maupun eksternal dirinya. Beberapa aspek yang mempengaruhi dorongan belajar meliputi: (a) Cita-cita atau target yang hendak diraih peserta didik; (b) Kemampuan dalam menyerap pembelajaran; (c) Kondisi individual peserta didik; (d) Atmosfer lingkungan belajar; (e) Komponen dinamis dalam aktivitas pembelajaran; (f) Peran pengajar dalam pelaksanaan pembelajaran. Evaluasi terhadap motivasi pembelajaran membutuhkan indikator pengukuran yang tepat dan dapat diandalkan (Ayu Nurmala et al., 2014).

Metode pembelajaran berbasis permainan telah membuktikan diri sebagai pendekatan yang sangat efektif dalam meningkatkan semangat belajar siswa. Penerapan cara ini, terutama pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), memberikan alternatif yang tepat guna untuk memicu minat siswa dan mempertahankan keterlibatan aktif mereka selama proses pembelajaran berlangsung. Pendekatan ini melibatkan pelaksanaan kegiatan-kegiatan ringan atau permainan pendek yang diterapkan sebelum memasuki pokok bahasan utama (Ali et al., 2023).

Aktivitas bermain dapat diartikan sebagai kegiatan yang menggembirakan yang dilakukan atas kemauan sendiri tanpa paksaan dari pihak lain. Kegiatan bermain merupakan cara paling efisien untuk memperoleh wawasan baru. Bermain dapat dimaknai sebagai aktivitas yang dilakukan dengan kebebasan dari dalam diri untuk menciptakan atmosfer yang menyenangkan. Kegiatan bermain memberikan peluang bagi anak-anak untuk mengasah dan mengembangkan kemampuan mereka, mengungkapkan gagasan secara inovatif, serta mempersiapkan diri untuk mengambil alih peran dan tingkah laku dewasa di kemudian hari (Asmajaya Dedi, 2021).

Aktivitas bermain untuk anak memiliki kegunaan dalam merangsang fungsi panca indera, membantu perkembangan kemampuan berpikir melalui penelusuran dan penanganan benda-benda di sekitar, menjadi media berinteraksi sosial, meningkatkan pengenalan terhadap diri sendiri, serta mengembangkan kemampuan berkomunikasi. Implementasi kegiatan bermain bertujuan untuk mengurangi ketegangan awal dan

menciptakan suasana pembelajaran yang lebih santai dan menggembirakan di dalam kelas. Dalam konteks pembelajaran PJOK, teknik ice breaking dapat diterapkan dalam bentuk permainan atau aktivitas fisik sederhana yang mendorong seluruh siswa untuk berpartisipasi secara aktif dalam interaksi yang positif (Habsah et al., 2020).

METODE PENELITIAN

Studi ini menerapkan pendekatan penelitian tindakan kelas (PTK) atau yang dikenal sebagai classroom action research. PTK adalah suatu bentuk kajian sistematis terhadap proses pembelajaran di kelas yang melibatkan tindakan terstruktur dan terencana. Tindakan ini dapat dilakukan langsung oleh pendidik atau peserta didik dengan bimbingan guru. Metode PTK berfokus pada upaya meningkatkan mutu proses belajar mengajar melalui serangkaian tahapan yang berkesinambungan, meliputi refleksi, implementasi, dan penilaian. Tujuan pokoknya adalah mendeteksi permasalahan dalam pembelajaran, merancang alternatif solusi yang efektif, menjalankan rencana tindakan tersebut, serta mengukur efektivitasnya.

Pelaksanaan penelitian menggunakan pendekatan siklus yang dibagi dalam dua fase. Fase pertama mencakup empat komponen utama: persiapan, implementasi, observasi, dan evaluasi reflektif. Sedangkan fase kedua mengikuti pola yang sama dengan fase awal, tetapi dirancang khusus untuk memperbaiki kekurangan yang ditemukan pada fase sebelumnya. Partisipan penelitian adalah keseluruhan peserta didik kelas III di SDN Betet 3 Kediri dengan total 28 siswa.

No.	Pertanyaan	Jawaban	
		Ya	Tidak
1.	Kepuasan terhadap pembelajaran hari ini		
2.	Motivasi berolahraga setelah pembelajaran		
3.	Perbandingan daya tarik pembelajaran dengan minggu sebelumnya		
4.	Perasaan kecewa jika pembelajaran tidak berlangsung		
5.	Keinginan mengulang pembelajaran minggu depan		
6.	Ketertarikan terhadap permainan yang disajikan		
7.	Pemahaman materi melalui aktivitas pembelajaran		
8.	Antusiasme menunggu pembelajaran berikutnya		
9.	Komitmen menjaga kebugaran melalui olahraga		
10.	Perasaan lebih buger setelah pembelajaran		

Pengolahan data penelitian dilaksanakan melalui analisis hasil kuesioner dengan teknik perhitungan persentase berdasarkan tanggapan individual setiap siswa. Hasil kalkulasi tersebut selanjutnya diinterpretasikan dalam diskusi penelitian sebagai

parameter untuk mengukur tingkat antusiasme siswa terhadap strategi pembelajaran yang digunakan guru. Proses analisis menggunakan formula berikut:

- a. P = menunjukkan persentase tingkat minat siswa terhadap aktivitas pembelajaran
- b. F = merepresentasikan jumlah siswa yang memberikan tanggapan positif yang menggambarkan antusiasme mereka (misalnya, memilih jawaban "Ya")
- c. N = melambangkan total seluruh siswa yang terlibat dalam penelitian atau mengisi instrumen kuesioner

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Hasil Angket Siswa Siklus I

No.	Jawaban Ya		Jawab Tidak	
	Jumlah	Persentase	Jumlah	Persentase
1.	20	71,42%	8	28,57%
2.	10	35,71%	18	64,28%
3.	16	57,14%	12	42,85%
4.	18	64,28%	10	35,71%
5.	17	60,71%	11	39,28%
6.	18	64,28%	10	35,71%
7.	15	53,57%	13	46,42%
8.	13	46,42%	15	53,57%
9.	17	60,71%	11	39,28%
10.	12	42,85%	16	57,14%
	Rata-rata	55,7%	Rata-rata	44,28%

Berdasarkan evaluasi tabel tersebut, diperoleh hasil dari pengumpulan informasi melalui kuesioner yang dijawab oleh 28 siswa setelah mengikuti kegiatan pembelajaran pada tahap pertama. Analisis hasil menampilkan variasi pendapat siswa pada setiap butir soal dalam kuesioner. Secara umum, persentase rata-rata jawaban "ya" sebesar 55,7%, sedangkan jawaban "tidak" lebih dominan dengan rata-rata 44,28%. Perbedaan persentase antara kedua kategori jawaban hanya 11,42%, yang menunjukkan bahwa sebagian besar siswa masih kurang optimal dalam partisipasinya terhadap mata pelajaran PJOK.

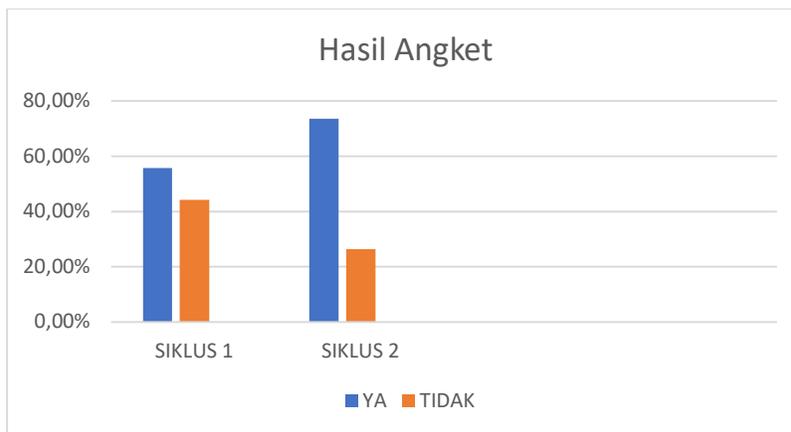
Ada tiga pertanyaan yang menonjol dengan jumlah respons "tidak" yang tinggi dibanding pertanyaan lain. Pertanyaan tentang "dorongan untuk berolahraga dari pembelajaran hari ini" memperoleh 18 respons "tidak". Pertanyaan terkait "semangat menantikan pembelajaran minggu berikutnya" mendapat 15 respons "tidak". Sedangkan pertanyaan mengenai "sensasi kebugaran setelah pembelajaran" memperoleh 16 jawaban "tidak".

Melihat hasil tersebut, diperlukan upaya peningkatan daya tarik siswa pada mata pelajaran PJOK di tahap kedua. Upaya ini dapat mencakup pembaruan teknik mengajar yang lebih menarik, penguatan elemen positif dalam materi ajar, dan penggabungan

kegiatan olahraga yang memberikan motivasi. Melalui cara ini, diharapkan tahap kedua mampu menghadirkan suasana pembelajaran yang lebih menarik dan memunculkan tanggapan positif dari siswa.

Tabel 2. Hasil Angket Siswa Siklus II

No.	Jawaban Ya		Jawab Tidak	
	Jumlah	Persentase	Jumlah	Persentase
1.	22	78,57%	6	21,42%
2.	21	75%	7	25%
3.	24	85,71%	4	14,28%
4.	20	71,42%	8	28,57%
5.	18	64,28%	10	35,71%
6.	20	71,42%	8	28,57%
7.	19	67,85%	9	32,14%
8.	18	64,28%	10	35,71%
9.	21	75%	7	25%
10.	23	82,14%	5	17,85%
Rata-rata		73,56%	Rata-rata	26,42%



Gambar 1. Hasil Angket Siswa Siklus I dan II

Hasil evaluasi kuesioner pada siklus kedua yang melibatkan 28 peserta didik pasca pelaksanaan pembelajaran menunjukkan dominasi respons positif ("ya") dibanding respons negatif ("tidak"). Disparitas yang mencapai 47,14% antara kedua kategori jawaban tersebut mencerminkan antusiasme tinggi siswa terhadap pembelajaran PJOK dengan penerapan teknik permainan jala ikan.

Besarnya gap persentase ini menggambarkan perubahan positif dalam antusiasme siswa terhadap mata pelajaran PJOK setelah implementasi perbaikan di siklus kedua. Terlihat jelas bahwa penerapan strategi "permainan jala ikan" sebagai aktivitas penyegar dalam proses pembelajaran telah memberikan dampak positif. Respons siswa yang lebih bersemangat membuktikan bahwa integrasi elemen-elemen menarik dalam pembelajaran berhasil mendorong motivasi dan ketertarikan mereka pada mata pelajaran ini.

Hal ini memperlihatkan bahwa pendekatan pembelajaran yang lebih kreatif dengan strategi yang menggabungkan interaksi sosial dan aktivitas fisik dapat meningkatkan engagement siswa dalam belajar. Dengan demikian, modifikasi yang diimplementasikan pada siklus kedua terbukti efektif dalam menciptakan atmosfer pembelajaran yang lebih mendukung dan partisipatif, yang pada akhirnya memberikan dampak positif terhadap minat dan partisipasi aktif siswa dalam pembelajaran PJOK.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan yang menggembirakan dalam motivasi belajar siswa. Data memperlihatkan kenaikan dari 55,7% pada tahap pertama menjadi 73,56% pada tahap kedua, yang berarti terjadi peningkatan sebesar 17,86%. Angka ini mencerminkan perubahan positif yang nyata dalam semangat dan ketertarikan siswa terhadap pembelajaran.

Peningkatan signifikan tersebut menggambarkan dampak positif dari perbaikan-perbaikan yang diterapkan pada tahap kedua penelitian. Hal ini membuktikan bahwa penggunaan "permainan jala ikan" beserta kegiatan penyegaran dalam proses belajar mengajar berhasil meningkatkan ketertarikan dan semangat belajar para siswa. Kenaikan rata-rata motivasi belajar ini juga menunjukkan bahwa penekanan pada pembelajaran yang lebih menarik dan mengajak siswa berpartisipasi aktif telah berhasil menciptakan lingkungan belajar yang lebih mendukung.

Temuan ini mengungkapkan bahwa pendekatan pembelajaran yang lebih inovatif, kreatif, dan interaktif mampu memberikan dampak positif pada semangat belajar siswa. Peningkatan yang berarti ini berhasil menciptakan pengalaman belajar yang lebih bermakna dan memperkuat antusiasme siswa dalam menghadapi materi pembelajaran.

Temuan penelitian ini sejalan dengan kajian Guretno (2022) dan memperkuat pandangan bahwa pendekatan pembelajaran yang mengintegrasikan unsur permainan dan interaksi memiliki potensi besar untuk meningkatkan motivasi belajar siswa. Lebih lanjut, pendekatan pembelajaran melalui bermain memiliki dampak yang lebih luas, karena kegiatan bermain dapat membantu anak memenuhi berbagai aspek perkembangan mereka, termasuk minat yang mereka miliki (Pratiwi, 2017).

Penelitian lain yang fokus pada metode bermain untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa juga menunjukkan bahwa strategi ini sangat efektif. Pendekatan ini mendukung pembelajaran yang menyenangkan melalui kegiatan permainan yang berhasil memotivasi dan melibatkan siswa dalam proses belajar mengajar (Samosir & Aditya, 2022). Oleh karena itu, penerapan konsep pembelajaran berbasis bermain berpotensi memberikan pengalaman yang berharga dan bermakna bagi siswa, meningkatkan minat dan semangat mereka untuk belajar serta berpartisipasi aktif dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan.

Berdasarkan berbagai penelitian sebelumnya, banyak studi membuktikan bahwa pendekatan bermain, termasuk penggunaan ice breaking, terbukti efektif dalam meningkatkan motivasi belajar siswa pada mata pelajaran PJOK. Oleh karena itu, perlu

dilakukan upaya untuk menghadirkan pembelajaran yang inovatif dan menarik, seperti penerapan pendekatan bermain melalui permainan jala ikan. Tujuannya adalah untuk menumbuhkan minat yang tinggi dari siswa terhadap pembelajaran PJOK dan mencapai tujuan pembelajaran secara optimal.

KESIMPULAN DAN SARAN

Riset yang telah dikerjakan mengungkapkan bahwa penerapan model permainan dalam proses pembelajaran PJOK di kelas III SDN Betet 3 Kediri menimbulkan efek yang amat positif bagi motivasi belajar peserta didik. Dalam rangkaian pembelajaran PJOK, dibutuhkan strategi pembelajaran yang mampu merangsang ketertarikan siswa agar mereka bersikap antusias dan penuh semangat dalam menjalani pembelajaran tersebut. Temuan penelitian ini mengisyaratkan bahwa penerapan aktivitas permainan jala ikan dalam pembelajaran PJOK berpotensi menciptakan dampak positif yang substansial. Dorongan belajar yang mengalami peningkatan dalam mata pelajaran ini juga dapat menunjang kemajuan kesehatan jasmani siswa. Maka dari itu, dapat dirumuskan bahwa usaha memperkenalkan terobosan pembelajaran seperti ice breaking mempunyai efek yang kuat terhadap minat dan pencapaian belajar siswa dalam PJOK.

DAFTAR REFERENSI

- Ali, Mi., Ilmu Keolahragaan, M., Negeri Makassar, U., Gunungsari Baru Jl Pettarani Makassar, K. A., Makassar, K., & Selatan, S. (2023). *Global Journal Sport Science Upaya Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Melalui Ice Breaking Dalam Pembelajaran PJOK*. <https://jurnal.sainsglobal.com/index.php/gjss>
- Anurrahman. (2014). *Belajar Dan Pembelajaran*.
- Asmajaya Dedi. (2021). *Upaya Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Melalui permainan Dalam Pembelajaran PJOK Di Kelas VIII SMP N 3 Percut Sei Tuan*. *Jurnal Olympia*, 3, 16–22.
- Ayu Nurmala, D., Endah Tripalupi, L., & Suharsono, N. (2014). Pengaruh Motivasi Belajar dan Aktivitas Belajar Terhadap Hasil Belajar Akuntansi. In Tahun (Vol. 4, Issue 1).
- Guretno, A. (2022). Efektivitas Pembelajaran Daring Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Olahraga pada Siswa Kelas IX SMP Negeri O Mangunharjo. *SJS: Silampari Journal Sport*, 2(1), 1–9. <https://doi.org/10.55526/sjs.v2i1.192>
- Habsah, R., Wonokriyo, J. R., & Rejo, G. (2020). *Perbandingan Antara Metode Ice Breaking Dengan Comparasi Terhadap Motivasi Belajar Siswa III DI MI AL KHAIRIYAH Sinar Banten Talangpadang*.
- Maryam M. (2016). Pengaruh Motivasi Dalam Pembelajaran. In *Lantanida Journal* (Vol. 4, Issue 2).
- Pratiwi, W. (2017). *Konsep Bermain Pada Anak Usia Dini*.
- Samosir, F., & Aditya, R. (2022). Model Pendekatan Bermain Dalam Upaya Meningkatkan Kebugaran Jasmani.
- Satriani, N. P., Pudjawan, K., & Suarjana, M. (2018). Pengaruh Model Pembelajaran Arias dengan Selingan Ice Breaker terhadap Hasil Belajar IPA. *Jurnal Ilmiah Sekolah Dasar*, 2(3), 312–320.