

Permainan Bola Beracun pada Awal Pembelajaran PJOK Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa SMP Negeri 30 Semarang

**Ricky Saputra Rosidi¹, Buyung Kusumawardhana², Muh. Isna Nurdin
Wibisana³, Bowo Dwi Riyanto⁴**

¹²³PJKR, FPIPSKR, Universitas PGRI Semarang, Jl. Sidodadi Timur Jalan Dokter Cipto No. 24,
Karangtempel, Kec. Semarang Timur, Kota Semarang, Jawa Tengah, Kode Pos 50232

⁴SMP Negeri 30 Semarang

Email: ¹rickysaputrarosidio@gmail.com 1

Email: ²buyungkusumawardhana@upgris.ac.id 2

Email: ³muhisna@upgris.ac.id 3

Email: ⁴bowodwi.riyanto@gmail.com 4

ABSTRAK

Penelitian ini dilatar belakangi oleh rendahnya motivasi belajar siswa kelas VII-A SMP Negeri 30 Semarang. Tujuan utama penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan motivasi belajar melalui penerapan permainan kecil bola beracun dalam pembelajaran PJOK. Penelitian menggunakan pendekatan tindakan kelas (PTK) dengan empat tahap: perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian adalah 30 siswa kelas VII-A. Penelitian dilaksanakan dalam dua siklus, dengan strategi pembelajaran berupa permainan bola beracun untuk meningkatkan motivasi belajar. Pengumpulan data dilakukan melalui angket motivasi dan dokumentasi. Data dianalisis secara deskriptif kuantitatif dengan pendekatan persentase untuk melihat perubahan motivasi belajar di setiap siklus. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan motivasi belajar setelah penerapan permainan kecil bola beracun. Hal ini terlihat dari peningkatan skor angket motivasi yang diisi siswa pada akhir setiap siklus, terutama saat refleksi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa permainan kecil bola beracun memberikan dampak positif terhadap motivasi belajar siswa. Penelitian ini terbatas pada pengukuran tingkat motivasi, sehingga diharapkan penelitian lanjutan dapat mengkaji secara lebih mendalam dan menyeluruh.

Kata kunci: meningkatkan motivasi, pembelajaran, PJOK.

ABSTRACT

This study was motivated by the low learning motivation of Grade VII-A students at SMP Negeri 30 Semarang. The main objective of the research was to examine the improvement in learning motivation through the implementation of the small game "poison ball" in physical education (PJOK) learning. The study employed a classroom action research (CAR) approach, consisting of four stages: planning, implementation, observation, and reflection. The research subjects were 30 students from Grade VII-A. The study was conducted in two cycles, using the poison ball game as a learning strategy to enhance learning motivation. Data were collected through motivation questionnaires and documentation. The data were analyzed using descriptive quantitative methods with a percentage approach to observe changes in learning motivation in each cycle. The results of the study indicated an increase in learning motivation following the implementation of the poison ball small game. This was evident from the improved motivation questionnaire scores filled out by students at the end of each cycle, particularly during the reflection phase. It can be concluded that the poison ball small game has a positive impact on students' learning motivation. This study was limited to measuring the level of motivation; therefore, further research is expected to explore the topic in greater depth and detail.

Keywords: increasing motivation, learning, physical education (PJOK).

1. PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah salah satu mata pelajaran yang terdapat pada tingkat pendidikan dasar, pendidikan menengah, dan pendidikan tinggi dalam jurusan tertentu. Definisi dari pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan mencakup proses pembelajaran melalui aktivitas fisik yang bertujuan untuk meningkatkan kebugaran fisik, mengasah keterampilan gerak, dan juga membangun karakter siswa. Dalam Undang-Undang Republik Indonesia No 20 tahun 2003 mengenai Sistem Pendidikan, terdapat penjelasan mengenai makna pendidikan dan tujuan dari pendidikan itu sendiri. Menurut Undang-Undang No 20 tahun 2003, pendidikan diartikan sebagai upaya yang sadar dan terencana untuk menciptakan lingkungan belajar serta proses pembelajaran, sehingga para siswa secara aktif bisa mengembangkan potensi mereka untuk memperoleh kekuatan spiritual religius, kemampuan untuk mengendalikan diri, karakter, kecerdasan, akhlak yang baik, serta keterampilan yang diperlukan bagi diri mereka sendiri, masyarakat, bangsa, dan negara. Sedangkan, tujuan pendidikan adalah untuk memungkinkan siswa mengembangkan potensi mereka agar menjadi individu yang beriman dan taat kepada Tuhan Yang Maha Esa, memiliki akhlak yang baik, sehat, berpengetahuan, terampil, kreatif, mandiri, serta menjadi warga negara yang demokratis dan bertanggung jawab. (Hanatingsih & Imran, 2020)

Dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani terdapat berbagai jenis permainan atau pengganti pemanasan untuk menumbuhkan minat belajar siswa serta meningkatkan motivasi belajar siswa sebelum memasuki ke pembelajaran atau materi inti. Permainan yang berkaitan dengan pembelajaran, salah satunya yaitu permainan bola beracun yang berkaitan dengan pembelajaran bola basket melempar dan menangkap. Permainan bola beracun merupakan salah satu variasi aktivitas yang dapat digunakan untuk melatih keterampilan dasar dalam permainan bola basket, khususnya melempar dan menangkap bola. Dalam permainan ini, siswa dibagi ke dalam dua kelompok yang saling melempar bola ke area lawan dengan tujuan menghindari bola "beracun" agar tidak terkena. Untuk bertahan dan menghindar, siswa harus siap dalam menangkap bola yang datang atau melemparnya kembali dengan cepat dan tepat. Aktivitas ini tidak hanya menyenangkan dan memacu semangat kompetitif, tetapi juga melatih koordinasi tangan-mata, kecepatan reaksi, serta ketepatan teknik passing dan catching yang sangat penting dalam permainan bola basket (Iswiharjo & Dinata, 2024)

Menjadi seorang guru di masa kini bukanlah perkara mudah, terlebih lagi bagi guru mata pelajaran PJOK yang sebagian besar aktivitas pembelajarnya dilakukan di luar ruang kelas. Cuaca yang panas dan kondisi lapangan yang ramai seringkali membuat siswa kurang antusias dalam mengikuti pembelajaran. Hal ini semakin dirasakan siswa Sekolah Menengah Pertama, khususnya siswa perempuan yang umumnya kurang bersemangat dalam berolahraga karena takut terkena panas. Karakter seperti ini dapat mempengaruhi semangat serta motivasi siswa lainnya, sehingga tujuan pembelajaran sulit tercapai secara maksimal. Karena itu, pembelajaran PJOK di tingkat Sekolah Menengah Pertama perlu disesuaikan dengan karakteristik siswa (Sitinjak et al., 2024)

Menghadapi kondisi tersebut, guru PJOK perlu mengembangkan variasi aktivitas yang inovatif dan menyenangkan, serta melakukan modifikasi alat olahraga guna meningkatkan motivasi belajar siswa. Peningkatan motivasi ini dapat dicapai dengan menyesuaikan metode pembelajaran terhadap tahap perkembangan siswa. Guru juga harus mampu menerapkan berbagai model pendekatan pembelajaran yang sesuai, agar memudahkan siswa memahami materi dan mencapai hasil belajar yang optimal (Muhyi et al., 2023)

Motivasi belajar merupakan faktor kunci dalam keberhasilan proses pembelajaran. Namun, pada kenyataannya, banyak siswa SMP yang menunjukkan tingkat motivasi belajar yang rendah, terutama pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Hal ini dapat disebabkan oleh metode pembelajaran yang kurang menarik dan tidak sesuai dengan karakteristik siswa usia remaja yang cenderung aktif dan menyukai aktivitas bermain. (Pramadya Hardiansyah Putera et al., 2023) Salah satu pendekatan yang dapat

digunakan untuk meningkatkan motivasi belajar siswa adalah melalui permainan edukatif. Permainan "Bola Beracun" merupakan salah satu bentuk permainan yang dapat diterapkan dalam pembelajaran PJOK. Permainan ini tidak hanya menyenangkan, tetapi juga melibatkan aktivitas fisik dan kerjasama tim, yang sesuai dengan karakteristik siswa SMP. Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa penerapan permainan dalam pembelajaran PJOK dapat meningkatkan motivasi belajar siswa. (Imamy et al., 2024)

Selain itu, studi oleh (Zuhrotulanwar et al., 2017) menemukan bahwa penerapan permainan dalam pembelajaran PJOK dapat meningkatkan keterampilan motorik dan motivasi belajar siswa SMP. Penelitian ini menunjukkan bahwa pendekatan pembelajaran berbasis permainan dapat menjadi solusi efektif untuk meningkatkan motivasi belajar siswa dalam mata pelajaran PJOK. Pembelajaran berbasis permainan adalah pendekatan pedagogis yang menggunakan elemen permainan untuk meningkatkan keterlibatan dan motivasi siswa. Dalam konteks PJOK, pendekatan ini dapat meningkatkan partisipasi aktif siswa dan membuat pembelajaran lebih menyenangkan. Studi oleh (Ihwanto & Mashud, 2021) menunjukkan bahwa pembelajaran PJOK menggunakan metode berbasis permainan cocok dengan karakter siswa usia 6 hingga 12 tahun dan berhasil meningkatkan hasil belajar serta motivasi siswa.

Penelitian oleh (Culajara, 2022) menemukan bahwa pendekatan berbasis permainan dalam pembelajaran PJOK dapat meningkatkan keterlibatan siswa dan memberikan pengalaman belajar yang autentik. Permainan "Bola Beracun" adalah salah satu bentuk permainan kecil yang dapat diterapkan dalam pembelajaran PJOK untuk meningkatkan motivasi belajar siswa. Dengan demikian, penerapan permainan "Bola Beracun" dalam pembelajaran PJOK dapat menjadi strategi efektif untuk meningkatkan motivasi belajar siswa SMP Negeri 30 Semarang. Berdasarkan observasi di SMPN 30 Semarang, ditemukan bahwa antusiasme peserta dalam mengikuti pelajaran PJOK bervariasi.

Beberapa siswa terlihat kurang bersemangat, yang kemungkinan disebabkan oleh faktor seperti sarana dan prasarana, jadwal pelajaran yang berada di siang hari, serta aktivitas pembelajaran yang cenderung monoton. SMPN 30 Semarang sebenarnya memiliki fasilitas yang cukup memadai untuk mendukung pembelajaran PJOK, seperti lapangan basket, futsal, voli, serta perlengkapan seperti raket, cone, dan beberapa jenis bola. Ketersediaan fasilitas ini seharusnya mampu menciptakan suasana pembelajaran yang lebih menarik. PJOK di sekolah ini dijadwalkan selama 3 jam pelajaran yang dibagi menjadi dua sesi: dua jam untuk kegiatan lapangan dan satu jam untuk kegiatan di dalam kelas atau penggerjaan LKPD. Lokasi lapangan tergolong teduh karena berada di bawah bayangan gedung sekolah serta pepohonan yang ada di sekolah, namun saat memasuki jam ke-5 hingga ke-7, suhu lapangan menjadi cukup panas. Berdasarkan latar belakang dan observasi tersebut, maka akan dilakukan penelitian oleh peneliti dengan judul "Permainan Bola Beracun pada Awal Pembelajaran PJOK Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Di SMPN 30 Semarang".

2. METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah **Penelitian Tindakan Kelas (PTK)**, yakni suatu bentuk kegiatan ilmiah yang berfokus pada pemecahan masalah pembelajaran melalui tindakan yang dirancang secara sistematis (Stiawan et al., 2023). Tujuan PTK adalah untuk meningkatkan kualitas dan hasil belajar secara praktis. PTK juga bertujuan untuk mengembangkan keterampilan atau pendekatan baru dan memecahkan masalah dengan penerapan langsung di kelas (Azizah, 2021). Dalam bahasa Inggris, PTK dikenal dengan istilah *classroom action research*. Menurut (Azizah, 2021) penelitian tindakan kelas merupakan penelitian tindakan yang dilakukan oleh pendidik terhadap suatu kelas.

Di dalam penelitian ini peneliti menggunakan 2 siklus. Ada pun tahapan kegiatan dalam 2 siklus tersebut yaitu dimulai dari perencanaan (pra siklus) peneliti mengamati kondisi nyata pembelajaran serta mengidentifikasi masalah yang terjadi di kelas, peneliti merumuskan

permasalahan dan menyusun rencana tindakan awal berdasarkan data yang diperoleh. Untuk siklus 1 peneliti perencanaan (planning), Pelaksanaan (acting), Observasi, Refleksi.

Pada siklus 2 peneliti (guru) menyempurnakan modul ajar berdasarkan refleksi siklus 1, memodifikasi permainan agar lebih interaktif dan merata dalam keterlibatannya yang terdiri dari kelompok kecil 6-8 orang, menyusun angket versi revisi dari siklus 1. Pelaksanaan (acting) pembelajaran diawali dengan sapaan guru dan arahan singkat, siswa langsung dibagi dalam kelompok dan bermain bola beracun dalam kelompok masing-masing, setelah permainan guru masuk ke inti pembelajaran PJOK dengan metode aktif. Observasi hasil angket motivasi siswa mengalami peningkatan dengan rata-rata keseluruhan 44,1%. Refleksi permainan yang dimodifikasi memberikan dampak signifikan terhadap semangat belajar siswa, semua siswa mendapatkan kesempatan aktif dan merasa senang saat bermain maupun belajar.

Penelitian ini juga membahas bagaimana refleksi dan evaluasi dalam PTK saling memperkuat. Melalui refleksi mendalam, guru dapat mengidentifikasi masalah atau kebutuhan yang memerlukan evaluasi lebih lanjut. Refleksi membantu guru mengenali kekurangan dalam aktivitas pembelajaran dan merancang strategi untuk meningkatkannya, sementara evaluasi menilai efektivitas tindakan yang telah dilakukan (Suciani et al., 2023).

Penelitian ini peneliti menggunakan teknik pengumpulan data berupa observasi dan angket.

1. Observasi

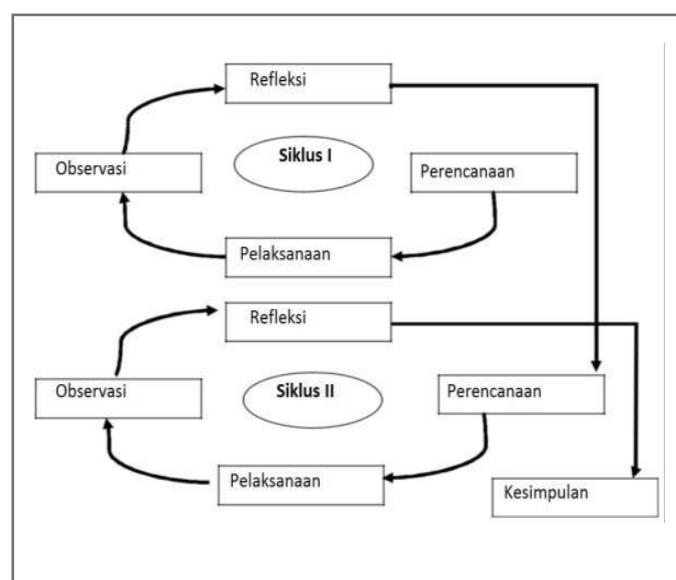
Observasi digunakan dalam proses pengumpulan data guna meningkatkan motivasi serta daya tanggap siswa pada pelaksanaan proses pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) untuk memodifikasi dan pembelajaran menggunakan angket.

2. Angket

Angket merupakan alat pengumpulan data melalui komunikasi tidak langsung, yaitu melalui tulisan, dimana responden menjawab sesuai dengan keadaan yang dirasakan. Metode ini digunakan untuk mengetahui motivasi belajar siswa di setiap siklus.

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa-siswi kelas VII-A SMP Negeri 30 Semarang sejumlah 30 anak.

Model Penelitian Tindakan Kelas yang digunakan pada penelitian adalah model spiral Kemmis-Mc. Taggart (1988). Model ini terbagi menjadi 2 tahap atau siklus, dimana setiap siklusnya prosedur penelitian tindakan kelas sebanyak empat tahap, yaitu 1) rencana (planning), 2) tindakan (acting), 3) observasi (observing), dan 4) refleksi (reflection) (Amiruddin et al., 2024). Berikut gambaran tahapan PTK model Kemmis-Mc. Taggart :



Gambar 1. Alur Pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas
Sumber : (Amiruddin et al., 2024)

Analisis data harus dilakukan untuk mengetahui keefektifan metode untuk kegiatan pembelajaran. Penelitian yang menggunakan metode untuk mendeskripsikan secara kuantitatif motivasi dalam hasil belajar siswa sebelum mengukur hasil belajarnya pada setiap siklus.

Dalam menentukan persentase siswa berdasarkan data hasil angket motivasi yang diperoleh, gunakan rumus berikut:

$$P = \frac{\sum \text{Skor Perolehan}}{\sum \text{Skor Total}} \times 100\%$$

Keterangan :

P = Tingkat motivasi

Juga kriteria motivasi siswa adalah berikut ini (Amiruddin et al., 2024)

100 – 81,28	: Motivasi sangat tinggi
81,27 – 62,52	: Motivasi tinggi
62,51 – 43,26	: Motivasi sedang
43,25 - 25	: Motivasi kurang tinggi

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian mulai dilaksanakan pada bulan Februari - Mei 2025, penelitian dilaksanakan saat berlangsungnya mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di kelas VII-A SMP Negeri 30 Semarang. Jadwal pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di kelas tersebut 1 kali dalam setiap pekan dengan waktu 3 jam pelajaran pada hari Selasa jam pelajaran ke 1-3. Berdasarkan hasil dari pengamatan serta evaluasi yang dilakukan tentang latar belakang kondisi awal pada pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan pada kelas VII-A di SMPN 30 Semarang menunjukkan:

1. Minimnya semangat siswa pada kegiatan pembelajaran,
2. Siswa pasif saat kegiatan pembelajaran berlangsung,
3. Siswa kurang aktif saat guru memberi stimulus pertanyaan dan saat mempraktikkan perintah guru.

Adapun hasil dari penelitian ini :

- **Pra Siklus 1 (Perencanaan)**

Penelitian ini di awali dengan perencanaan yang matang. Tahap ini peneliti melakukan

1. Penyusunan instrumen penelitian yang berupa modul ajar dengan pendekatan permainan bola beracun di awal pembelajaran. Modul ajar ini disusun dengan tujuan untuk mengukur motivasi siswa pada awal pembelajaran PJOK dengan memberikan permainan bola beracun. Modul ajar disusun berdasarkan observasi yang dilakukan oleh peneliti. Selain modul ajar, peneliti juga menyusun angket motivasi belajar guna mengukur bagaimana motivasi belajar siswa dalam siklus 1 dan siklus 2. Angket ini terdiri dari 25 pertanyaan dengan pertanyaan positif dengan kategori Selalu (4), Sering (3), Kadang-kadang (2), Tidak pernah (1).

2. Menyiapkan alat pembelajaran

Alat pembelajaran digunakan untuk mendukung aktivitas siswa dalam pembelajaran. Berupa bola karet, stopwatch yang digunakan untuk mendukung aktivitas permainan bola beracun di lapangan pada saat pelaksanaan awal

pembelajaran.

- **Pelaksanaan Tindakan Kelas Siklus 1**

Pada pertemuan pertama peneliti membuka pembelajaran dengan sapaan dan motivasi singkat, sebelum masuk pada permainan peneliti memberikan angket terlebih dahulu kepada siswa setelah siswa selesai mengisi angket, siswa diajak bermain permainan bola beracun selama 5 menit, setelah permainan, guru melanjutkan ke kegiatan inti pelajaran PJOK.

Berikut data hasil penelitian siklus 1 dapat dilihat pada tabel 1 sebagai berikut ini:

Tabel 1 Hasil Angket Motivasi Belajar Siklus 1 pada Pembelajaran PJOK Kelas VII-A di SMPN 30 Semarang

Ukuran Motivasi	Hasil Presentase
Siswa yang memilih Selalu	10 siswa (34,4%)
Siswa yang memilih Sering	7 siswa (23,3%)
Siswa yang memilih Kadang-kadang	10 siswa (32,9%)
Siswa yang memilih Tidak pernah	3 siswa (9,3%)
Rata-Rata Keseluruhan	25%

Dari data tabel tersebut dapat diketahui bahwa persentase motivasi siswa dengan pilihan Selalu sebanyak 34,4 % sebanyak 10 siswa. Pada hasil presentase pilihan Sering 23,3 % sebanyak 7 siswa. Pada hasil presentase pilihan Kadang-kadang 32,9% sebanyak 10 siswa . Pada hasil presentase Tidak pernah 9,3% sebanyak 3 siswa. Keseluruhan hasil angket motivasi yang telah diisi oleh siswa memiliki nilai di rata-rata sebesar 25% yang mana jumlah tersebut masuk ke dalam kategori kurang termotivasi.

- **Observasi Siklus 1**

Hasil observasi menunjukkan bahwa rata-rata skor motivasi belajar siswa pada siklus 1 menunjukkan 25%. Masih ada siswa yang tidak aktif dan beberapa siswa belum memahami aturan permainan secara utuh.

- **Refleksi**

Pada tahap ini peneliti melakukan pembelajaran permainan bola beracun di awal pembelajaran PJOK, sebagian besar siswa tampak antusias mengikuti kegiatan. Namun, hasil observasi dan evaluasi menunjukkan bahwa pemahaman dan keterampilan yang ditunjukkan masih sangat rendah. Hanya sekitar 25% siswa yang menunjukkan pemahaman terhadap aturan permainan dan dapat memainkan strategi dasar dengan baik. Rencana tindak lanjut yang dilakukan oleh peneliti yaitu memberikan penjelasan aturan secara lebih terstruktur dan interaktif, misalnya melalui simulasi atau demonstrasi langsung, membagi siswa ke dalam kelompok kecil berdasarkan tingkat kemampuan agar semua siswa mendapat kesempatan belajar yang optimal, melibatkan siswa dalam refleksi kelompok untuk mengevaluasi strategi dan kerjasama mereka dalam permainan.

- **Pelaksanaan Tindakan Kelas Siklus 2**

Pada siklus 2 peneliti menyempurnakan modul ajar berdasarkan refleksi siklus 1, memodifikasi permainan bola beracun agar lebih interaktif dan merata dalam keterlibatannya yang terdiri dari kelompok kecil 6-8 orang. Menyusun angket revisi dari siklus 1. Peneliti melaksanakan membuka pembelajaran dengan sapaan dan motivasi singkat, siswa diajak bermain permainan bola beracun yang sudah dimodifikasi selama 5 menit, setelah permainan, guru melanjutkan ke kegiatan inti pelajaran PJOK.

Hasil penelitian siklus 2 dapat dilihat pada tabel 2 sebagai berikut ini :

Tabel 2 Hasil Angket Motivasi Belajar Pembelajaran PJOK Siklus ke-2 Kelas VII-A di SMPN 30 Semarang.

Ukuran Motivasi	Hasil Presentase
Siswa yang memilih Selalu	11 siswa (35,75%)
Siswa yang memilih Sering	9 siswa (29,85%)
Siswa yang memilih Kadang-kadang	8 siswa (26,60%)
Siswa yang memilih Tidak pernah	2 siswa (7,78%)
Rata-rata keseluruhan	44,1%

Dari tabel tersebut dapat diketahui bahwa persentase motivasi siswa pada pilihan Selalu 35,75% sebanyak 11 siswa. Kemudian pilihan Sering pada angket Motivasi 29,85% sebanyak 9 siswa. Pada pilihan Kadang-kadang 26,60% sebanyak 8 siswa. Pada pilihan Tidak pernah 7,78% sebanyak 2 siswa. Keseluruhan hasil angket yang telah diisi oleh siswa memiliki nilai rata-rata sebesar 44,1% yang mana angka tersebut termasuk dalam kategori sedang dalam motivasi mengikuti pembelajaran PJOK.

- Observasi Siklus 2

Pada tahap ini peneliti menyempurnakan modul ajar berdasarkan refleksi siklus 1, memodifikasi permainan bola beracun agar lebih interaktif dan merata dalam keterlibatannya yang terdiri dari kelompok kecil 6-8 orang. Menyusun angket revisi dari siklus 1. Hasil observasi menunjukkan bahwa rata-rata skor motivasi belajar siswa pada siklus 2 menunjukkan 44,1%. Refleksi dari permainan bola beracun yang sudah di modifikasi dengan menyesuaikan kebutuhan siswa.

Hasil observasi menunjukkan bahwa rata-rata skor motivasi belajar siswa pada siklus 1 menunjukkan 44,1%. Refleksi dari permainan bola beracun mampu meningkatkan ketertarikan awal siswa setelah peneliti melakukan modifikasi dari permainan bola beracun.

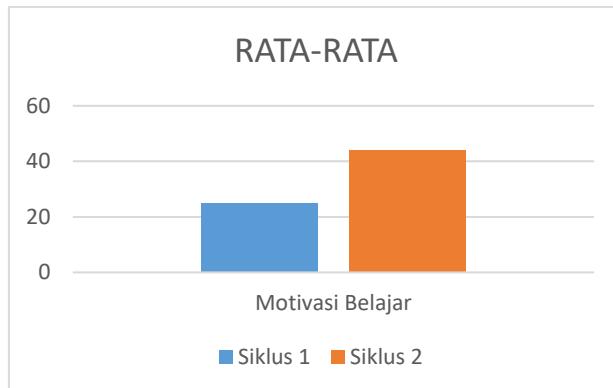
- Refleksi

Pada pelaksanaan siklus 2, terjadi peningkatan keterlibatan dan kemampuan siswa dalam permainan bola beracun dibandingkan siklus 1. Siswa mulai menunjukkan pemahaman yang lebih baik terhadap aturan permainan, dan koordinasi antar anggota kelompok juga mulai terbentuk. Sebagian besar siswa tampak lebih percaya diri dan aktif saat bermain. Mereka mulai mampu mengatur strategi dasar, seperti menghindar dan bekerjasama dalam melempar bola.

Peningkatan rata-rata capaian dari 25% menjadi 44,1% menunjukkan adanya perbaikan yang signifikan. Faktor-faktor yang berkontribusi terhadap peningkatan ini antara lain: penjelasan aturan yang lebih jelas dan disertai dengan simulasi singkat sebelum permainan dimulai, pembentukan kelompok yang lebih seimbang berdasarkan kemampuan fisik, sehingga suasana bermain menjadi lebih kompetitif dan menyenangkan, peningkatan motivasi siswa, karena guru memberikan penghargaan sederhana bagi kelompok yang menunjukkan kerja sama dan sportivitas terbaik.

Untuk meningkatkan hasil pada siklus selanjutnya, langkah-langkah perbaikan yang akan dilakukan adalah: memberikan umpan balik individu agar siswa mengetahui apa yang sudah baik dan apa yang perlu diperbaiki, menekankan nilai-nilai sportivitas dan kerjasama secara eksplisit sebelum permainan dimulai.

Hasil observasi dan analisis terhadap motivasi siswa, diperoleh bahwa motivasi belajar siswa mengalami peningkatan dari siklus 1 ke siklus 2. Berdasarkan pelaksanaan pada evaluasi pembelajaran terlihat dari hasil motivasi siswa kelas VII-A di SMPN 30 Semarang dari siklus 1 dan siklus 2. Peningkatan pada nilai rata rata hasil dari angket motivasi peserta kelas VII-A di SMPN 30 Semarang dapat dilihat pada grafik berikut :



B. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian tentang motivasi siswa saat pembelajaran PJOK pada siklus I nilai persentase rata-rata sebesar 25% dan pada siklus II nilai rata-rata sebesar 44,1% dan sudah terlihat peningkatannya. Kegiatan pembelajaran PJOK dilaksanakan sesuai dengan modul ajar yang dibuat oleh guru, dengan tahapan pembelajaran dimulai dengan pendahuluan atau awalan, inti dan penutup.

Perbandingan hasil rata-rata selama 2 siklus yang sudah dilaksanakan terlihat meningkat dimana sebelum masuk kepada siklus 1 dan 2 peneliti melakukan pra siklus terlebih dahulu. saat siklus pertama (1) permainan kecil bola beracun sudah diterapkan tetapi bentuk permainan belum dimodifikasi dan pada siklus dua (2) permainan kecil bola beracun sudah diterapkan serta memodifikasi permainan agar siswa dapat terlibat secara keseluruhan . Pada saat kegiatan pendahuluan yakni aktivitas pemanasan, peneliti menerapkan permainan sederhana yakni permainan bola beracun, pada permainan ini siswa dibagi menjadi 2 tim.

Kedua tim saling melempar bola ke tim lawan dengan tujuan mematikan lawan, sekaligus mencoba menghindari lemparan bola yang diberikan oleh tim lawan. Aktivitas ini dilakukan dengan waktu 5 menit dengan tujuan siswa menjadi merasa senang, semangat dan termotivasi pada aktivitas berikutnya, karena pada permainan bola beracun seluruh siswa menjadi aktif bergerak dan bekerja sama.

Tujuan dari penerapan permainan ini adalah untuk menciptakan suasana yang menyenangkan, membangkitkan semangat siswa, dan meningkatkan motivasi mereka untuk mengikuti kegiatan pembelajaran inti. Hasil observasi menunjukkan bahwa setelah permainan bola beracun dilakukan, siswa menjadi lebih aktif, antusias, dan terlibat secara penuh dalam kegiatan pembelajaran. Hal ini didukung oleh hasil penelitian (Roisul Umam, 2024) yang menunjukkan bahwa penerapan permainan kecil dalam pembelajaran PJOK secara signifikan mampu meningkatkan motivasi belajar siswa. Dalam penelitiannya, skor motivasi belajar siswa meningkat dari kategori sedang ke tinggi setelah dua siklus penerapan permainan serupa dilakukan.

Selain itu, (Amiruddin et al., 2024) juga menegaskan bahwa permainan bola beracun menciptakan suasana pembelajaran yang lebih menyenangkan dan kompetitif secara sehat, sehingga dapat mendorong siswa menjadi lebih aktif dan bersemangat dalam mengikuti pembelajaran PJOK.

Dengan demikian, penerapan permainan kecil seperti bola beracun pada awal pembelajaran terbukti mampu menciptakan suasana yang lebih dinamis dan menyenangkan, serta meningkatkan motivasi dan partisipasi aktif siswa selama proses pembelajaran berlangsung.

4. KESIMPULAN

Hasil dari penelitian motivasi pembelajaran yang dilakukan dalam 2 siklus, menjelaskan bahwa motivasi belajar siswa kelas VII-A di SMPN 30 Semarang pada pelajaran PJOK dengan memberikan permainan kecil bola beracun terjadi peningkatan motivasi belajar. Pada awal

telah kami paparkan proses penelitian berdasarkan hasil dari pengisian angket. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan permainan bola beracun dapat meningkatkan motivasi siswa kelas VII-A di SMPN 30 Semarang dalam pembelajaran PJOK.

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulisan laporan penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik. Penulis menyadari bahwa tersusunnya laporan ini tidak lepas dari bantuan, dukungan, serta bimbingan dari berbagai pihak.

Oleh karena itu, penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak/Ibu Guru Pembimbing, yang telah memberikan arahan, bimbingan, serta motivasi selama proses penelitian hingga penyusunan laporan ini.
2. Kepala Sekolah dan Guru Pendidikan Jasmani SMP Negeri 30 Semarang, yang telah memberikan izin serta dukungan dalam pelaksanaan penelitian.
3. Seluruh siswa kelas VII-A SMP Negeri 30 Semarang, yang telah bersedia menjadi subjek penelitian dan berpartisipasi secara aktif dalam setiap kegiatan pembelajaran.
4. Orang tua dan keluarga tercinta, atas doa, semangat, dan dukungan moral maupun materiil selama proses penyusunan laporan ini.
5. Serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, namun telah memberikan bantuan dan kontribusi dalam berbagai bentuk.

Penulis menyadari bahwa laporan ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi penyempurnaan karya ini ke depannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Amiruddin, M. I., Wijaya, A., & Suparno, A. (2024). *Penerapan Permainan Bola Beracun pada Awal Pembelajaran PJOK untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas IX di SMPN 13 Surabaya*. 5.
- Azizah, A. (2021). Pentingnya Penelitian Tindakan Kelas Bagi Guru dalam Pembelajaran. *Auladuna : Jurnal Prodi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, 3(1), 15–22. <https://doi.org/10.36835/au.v3i1.475>
- Culajara, C. J. (2022). Integrating game-based approach in students learning experiences in physical education: A phenomenological study. *Edu Sportivo: Indonesian Journal of Physical Education*, 3(3), 242–254. [https://doi.org/10.25299/es:ijope.2022.vol3\(3\).10520](https://doi.org/10.25299/es:ijope.2022.vol3(3).10520)
- Hananingsih, W., & Imran, A. (2020). Modul Berbasis Pendekatan Saintifik Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan. *JUPE : Jurnal Pendidikan Mandala*, 5(6). <https://doi.org/10.58258/jupe.v5i6.1593>
- Ihwanto, N., & Mashud, M. (2021). Game Based Learning in Physical Education Sport and Health Subject. *TEGAR: Journal of Teaching Physical Education in Elementary School*, 5(1), 10–18. <https://doi.org/10.17509/tegar.v5i1.34905>
- Imamy, J., Indahwati, N., & Ilmiawan, D. (2024). *Upaya Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa dalam Pembelajaran PJOK Melalui Permainan Hijau Hitam*. 5.
- Iswiharjo, E. E., & Dinata, V. C. (2024). *Peningkatan Keterampilan Menangkap Bola Melalui Pendekatan Permainan Bola Tangkap pada Siswa-Siswi Kelas V SD Pakis 8 Surabaya*. 2(5).
- Muhyi, M., Utomo, G. M., Yasa, I. G. D. U., Verianti, G., Hakim, L., Prastyana, B. R., & Hanafi, M. (2023). Penerapan Strategi Pembelajaran PJOK AKTIF (Asyik, Karakter, Terukur, Inovatif dan Fit) di Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) pada Fase B Kurikulum Merdeka Di Tingkat Sekolah Dasar. *Jendela Olahraga*, 8(1), 212–221. <https://doi.org/10.26877/jo.v8i1.14382>
- Pramadya Hardiansyah Putera, Mochammad Ridwan, & Juheri. (2023). Peningkatan Motivasi Belajar Siswa Kelas VII dengan Pendekatan Bermain Pada Mata Pelajaran PJOK. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga*, 4(2), 133–139. <https://doi.org/10.46838/spr.v4i2.304>
- Roisul Umam, W. (2024). *PENERAPAN PERMAINAN KECIL BOLA BERACUN PADA PEMBELAJARAN PJOK UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA KELAS 10 DI SMAN 1 KEJAYAAN*. 09.
- Sitinjak, S. D., Sitompul, D. A., Purba, I. G., Siahaan, S., Medan, U. N., Baru, K., & Serdang, K. D. (2024). *ANALISIS MINAT BELAJAR SISWA PEREMPUAN TINGKAT ATAS*. 22(1), 197–203.
- Stiawan, A., Adetia, C., Mulyani, N., Nuraulia, W., & Sifa, W. (2023). *Membangun Profesionalisme Guru melalui Penelitian Tindakan Kelas*. 1(1), 24–38.
- Suciani, R. N., Azizah, N. L., Gusmaningsih, I. O., & Fajrin, R. A. (2023). Strategi Refleksi dan Evaluasi Penelitian Tindakan Kelas. *Jurnal Kreativitas Mahasiswa*, 1(2), 114–123.
- Zuhrotulanwar, A., Hartoto, S., & Kartiko, D. C. (2017). The Influence of the Application of the Game on Improving Motor Skills and Student Learning Motivation in Learning Physical Sport and Health Education (PSHE). *Journal of Physical Education Health and Sport*, 4(2), 59–62.