

Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Dengan Penerapan Permainan Bola Beracun Pada Awal Pembelajaran Bola Voli Di Kelas XI-4 SMA Negeri 2 Semarang

Zulita Dwi Aprilia¹, Osa Maliki², Setiyawan³, Narfangurohim⁴

^{1,2,3}PPG Calon Guru, PJKR, Universitas PGRI Semarang

²Guru Mapel PJOK SMA Negeri 2 Semarang

Jl. Sidodadi Timur Jalan Dokter Cipto No.24, Karangtempel, Kec. Semarang Timur, Kota Semarang, Jawa Tengah 50232

Jl. Sendangguwo Baru no.1 Kelurahan Gemah, Kecamatan Pedurungan, Kota Semarang, Jawa Tengah 50191

Email: ¹zulita_rachman18@ymail.com 1

Email: ²osamaliki@upgris.ac.id 2

Email: ³setiyawan@upgris.ac.id 3

Email: ⁴narfangurohim123@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh rendahnya motivasi belajar peserta didik dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di kelas XI-4 SMA Negeri 2 Semarang. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik melalui penerapan permainan kecil "bola beracun". Penelitian dilaksanakan dalam dua siklus selama bulan Februari hingga Mei 2025 dengan menggunakan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Teknik pengumpulan data dilakukan melalui angket motivasi belajar dan observasi langsung terhadap aktivitas peserta didik selama proses pembelajaran. Pada siklus I, motivasi belajar peserta didik masih tergolong rendah dengan rata-rata persentase sebesar 25%. Hal ini terlihat dari kurangnya semangat, partisipasi pasif, dan minimnya respon terhadap stimulus pembelajaran yang diberikan guru. Setelah dilakukan tindakan pada siklus II berupa penerapan permainan bola beracun sebagai bagian dari aktivitas pemanasan, motivasi belajar menunjukkan peningkatan yang signifikan dengan rata-rata persentase mencapai 45,6%. Permainan ini terbukti mampu membuat peserta didik lebih aktif, antusias, dan terlibat dalam proses pembelajaran PJOK. Hasil penelitian menunjukkan bahwa permainan bola beracun dapat menjadi strategi yang efektif untuk meningkatkan motivasi belajar dalam pembelajaran PJOK. Dengan menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan menantang, permainan ini mampu memotivasi peserta didik untuk lebih aktif mengikuti kegiatan pembelajaran secara optimal.

Kata kunci: Motivasi belajar, PJOK, Permainan bola beracun

ABSTRACT

This study was motivated by the low learning motivation of students in the Physical Education, Sports, and Health (PJOK) subject in class XI-4 at SMA Negeri 2 Semarang. The aim of this research is to improve students' learning motivation through the implementation of a small game called "poison ball." The study was conducted in two cycles from February to May 2025 using a Classroom Action Research (CAR) approach. Data collection techniques included motivation questionnaires and direct observation of student activities during the learning process. In the first cycle, students' learning motivation was still considered low, with an average percentage of 25%. This was evident from a lack of enthusiasm, passive participation, and minimal response to the learning stimuli given by the teacher. After the intervention in the second cycle, which involved implementing the poison ball game as part of the warm-up activity, learning motivation showed a significant increase, with an average

percentage reaching 45.6%. The game proved effective in making students more active, enthusiastic, and engaged in the PJOK learning process. The research results indicate that the poison ball game can be an effective strategy to improve learning motivation in PJOK. By creating a fun and challenging learning atmosphere, this game is able to motivate students to participate more actively and optimally in learning activities.

Keywords: *Learning motivation, Physical Education (PJOK), Poison Ball Game*

1. PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan suatu proses yang sangat penting bagi setiap individu sebagai persiapan untuk menghadapi masa depan. Berdasarkan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, pada Bab II Pasal 3 dijelaskan bahwa tujuan dari pendidikan nasional adalah untuk membentuk karakter dan meningkatkan peradaban bangsa yang unggul serta bermartabat. Pendidikan juga bertujuan mencerdaskan kehidupan bangsa dan mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi pribadi yang beriman, berakhlak mulia, mandiri, inovatif, cerdas, bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, memiliki jiwa demokratis, serta mampu bertanggung jawab. (Roisul Umam, 2024)

Dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, tersedia berbagai bentuk permainan atau aktivitas pengganti pemanasan yang bertujuan untuk menumbuhkan minat serta meningkatkan motivasi belajar peserta didik sebelum memasuki kegiatan inti pembelajaran. Salah satu permainan yang relevan dengan materi pembelajaran adalah bola beracun, yang memiliki keterkaitan erat dengan keterampilan dasar dalam bola basket, khususnya teknik melempar dan menangkap bola. Permainan ini dimainkan dengan membagi peserta didik ke dalam dua tim yang saling melempar bola ke wilayah lawan, dengan upaya menghindari terkena bola yang dianggap "beracun". Agar dapat bertahan, peserta didik dituntut untuk memiliki kesiapan dalam menangkap atau melempar bola secara cepat dan tepat. Selain menyenangkan dan mampu membangkitkan semangat kompetitif, aktivitas ini juga efektif untuk mengembangkan koordinasi antara tangan dan mata, mempercepat respons gerak, serta meningkatkan akurasi dalam teknik passing dan catching yang esensial dalam permainan bola basket. (Roisul Umam, 2024)

Permainan bola beracun merupakan salah satu bentuk aktivitas sederhana yang dirancang untuk mendorong partisipasi aktif peserta didik dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Aktivitas ini melibatkan gerakan melempar dan menangkap bola dengan aturan tertentu yang menuntut respons cepat, kelincahan tubuh, serta penggunaan strategi. Melalui karakteristik tersebut, permainan ini tidak hanya berguna untuk mengembangkan keterampilan motorik peserta didik, tetapi juga mampu merangsang kemampuan berpikir (kognitif) serta membina interaksi sosial dan pengendalian emosi mereka. (Amiruddin et al., 2024)

Permainan bola beracun merupakan salah satu bentuk aktivitas yang dapat dimanfaatkan dalam pembelajaran PJOK guna mendorong keterlibatan aktif peserta didik. Permainan ini memadukan unsur olahraga dengan aturan permainan yang melibatkan aktivitas lempar dan tangkap bola, serta memberikan tantangan baik secara fisik maupun mental. Kegiatan tersebut menuntut kecepatan, kelincahan, serta penerapan strategi, sehingga memungkinkan peserta didik untuk berpartisipasi secara langsung dalam proses pembelajaran. Hasil penelitian oleh (Roisul Umam, 2024) menunjukkan bahwa penggunaan permainan bola beracun terbukti efektif dalam meningkatkan motivasi serta keaktifan peserta didik selama mengikuti pembelajaran PJOK.

Permainan ini mendorong peserta didik untuk aktif secara fisik, menjalin komunikasi, serta bekerja sama dengan rekan sebaya, yang secara keseluruhan dapat meningkatkan keterlibatan mereka dalam proses pembelajaran. Selain itu, aktivitas permainan bola beracun juga berkontribusi terhadap pengembangan kemampuan sosial dan emosional peserta didik. Melalui permainan ini, siswa dapat belajar membangun kerja

sama tim, berkomunikasi secara efektif, serta mengelola tekanan dan emosi yang muncul selama situasi permainan yang kompetitif. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Pramadya Hardiansyah Putera et al., 2023), yang menunjukkan bahwa aktivitas fisik berbasis permainan dalam pembelajaran PJOK berperan penting dalam mendukung perkembangan keterampilan sosial dan emosional peserta didik.

Penerapan permainan bola beracun dalam pembelajaran PJOK dapat menciptakan suasana belajar yang lebih menarik dan interaktif, yang pada gilirannya memberikan dampak positif terhadap peningkatan motivasi belajar siswa. Hasil penelitian oleh (Roisul Umam, 2024) menunjukkan bahwa penggabungan permainan sederhana seperti bola beracun ke dalam proses pembelajaran PJOK secara signifikan mampu mendorong tumbuhnya motivasi belajar peserta didik.

Berdasarkan hasil observasi di SMA Negeri 2 Semarang, ditemukan bahwa tingkat antusiasme peserta didik dalam mengikuti pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) menunjukkan variasi. Sebagian siswa tampak kurang bersemangat, yang kemungkinan dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti keterbatasan sarana dan prasarana, jadwal pelajaran yang berada pada siang hari, serta aktivitas pembelajaran yang monoton. Padahal, secara umum, SMA Negeri 2 Semarang telah memiliki fasilitas yang memadai untuk menunjang kegiatan PJOK, seperti lapangan basket, futsal, dan voli, serta berbagai perlengkapan penunjang seperti raket, cone, dan beragam bola. Keberadaan fasilitas ini seharusnya dapat dimanfaatkan untuk menciptakan suasana pembelajaran yang lebih menarik dan bervariasi.

Motivasi belajar sendiri merupakan dorongan psikologis internal yang mendorong peserta didik untuk mencapai tujuan belajar. Berdasarkan sumbernya, motivasi dibagi menjadi dua kategori, yaitu motivasi intrinsik dan ekstrinsik. Motivasi intrinsik berasal dari dalam diri individu dan mencakup dorongan untuk meningkatkan rasa percaya diri, memperluas wawasan, serta mengembangkan soft skill sebagai bekal masa depan. Sementara itu, motivasi ekstrinsik berasal dari pengaruh eksternal, seperti dorongan orang tua dan pengaruh teman sebaya (Maryati et al., 2024).

Upaya untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik dapat dilakukan melalui penciptaan suasana pembelajaran yang menarik dan menyenangkan (Nurhayati & Langlang Handayani, 2020). Salah satu strategi yang dapat diterapkan oleh guru adalah melalui penggunaan permainan kecil di awal kegiatan pembelajaran, baik dalam bentuk pemanasan maupun sebagai aktivitas yang mendukung materi inti. Permainan kecil ini memiliki keunggulan karena tidak terikat pada aturan yang kaku, baik dari segi peralatan, ukuran lapangan, durasi, maupun aturan main, sehingga dapat disesuaikan dengan kebutuhan (Kurnia & Septiana, 2020). Berdasarkan latar belakang serta hasil pengamatan tersebut, peneliti bermaksud melakukan penelitian dengan judul: “Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik dengan Penerapan Permainan Bola Beracun pada Awal Pembelajaran Bola Voli di Kelas XI-4 SMA Negeri 2 Semarang.”

2. METODE PELAKSANAAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK), yaitu metode ilmiah yang bertujuan mengatasi permasalahan pembelajaran melalui serangkaian tindakan yang sistematis dan reflektif. Fokus utamanya adalah meningkatkan kualitas proses dan hasil belajar peserta didik. Model PTK yang digunakan adalah model spiral Kemmis-Mc. Taggart (1988) yang terdiri dari empat tahap dalam setiap siklus, yaitu: 1) perencanaan (*planning*), 2) tindakan (*acting*), 3) observasi (*observing*), dan 4) refleksi (*reflection*). Penelitian dilakukan dalam dua siklus untuk melihat peningkatan motivasi belajar peserta didik melalui penerapan permainan bola beracun pada pembelajaran PJOK. Penelitian dilaksanakan di SMA Negeri 2 Semarang pada bulan Februari sampai Mei 2025 dengan subjek penelitian 26 peserta didik kelas XI-4. Fokus utama dari pendekatan ini adalah untuk meningkatkan kualitas proses dan hasil belajar peserta didik. Dalam konteks internasional, metode ini dikenal sebagai *classroom action research*. PTK bersifat aplikatif karena dirancang untuk menanggapi permasalahan nyata yang terjadi di

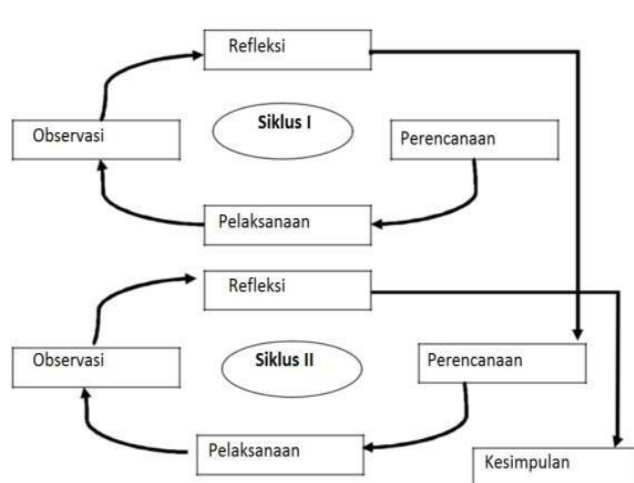
ruang kelas dan berupaya melakukan perbaikan yang relevan berdasarkan kondisi aktual. (Aziza, 2023) menjelaskan bahwa Penelitian Tindakan Kelas merupakan bentuk riset yang dilakukan oleh pendidik terhadap kelas yang diampunya, yang mencakup proses refleksi terhadap praktik pembelajaran. Proses ini melibatkan pengkajian terhadap masalah pembelajaran yang dihadapi, diikuti dengan pelaksanaan berbagai tindakan yang telah dirancang, kemudian dievaluasi untuk mengetahui dampak dari tindakan tersebut terhadap peningkatan pembelajaran.

Peningkatan mutu pembelajaran dapat dicapai apabila pendidik melakukan refleksi terhadap kegiatan belajar mengajar yang telah berlangsung. Dalam hal ini, guru tidak hanya berperan sebagai fasilitator atau penyampai materi, tetapi juga sebagai penelaah terhadap praktik pembelajaran yang dilakukannya secara sederhana. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif, yaitu jenis penelitian yang bertujuan untuk menggambarkan suatu gejala atau peristiwa tertentu secara sistematis. Untuk memperoleh informasi mengenai kondisi, fenomena, atau variabel yang diteliti, dilakukan proses pengumpulan data yang digunakan sebagai dasar dalam menguji hipotesis yang telah dirumuskan sebelumnya. (Simanullang, 2022)

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui survei, angket, dan wawancara. Yaitu jenis penelitian yang bertujuan untuk menggambarkan suatu gejala atau peristiwa tertentu secara sistematis. Untuk memperoleh informasi mengenai kondisi, fenomena, atau variabel yang diteliti, dilakukan proses pengumpulan data yang digunakan sebagai dasar dalam menguji hipotesis yang telah dirumuskan sebelumnya. (Simanullang, 2022). Survei bertujuan mengumpulkan data mengenai motivasi belajar dan daya tanggap peserta didik selama pembelajaran PJOK. Angket motivasi belajar menggunakan skala Likert dengan pilihan jawaban: selalu, sering, kadang-kadang, dan tidak pernah untuk mengukur tingkat motivasi peserta didik pada setiap siklus. Wawancara dilakukan untuk memperdalam analisis dan mengembangkan isi kuesioner, namun tidak bersifat mendalam seperti pada penelitian kualitatif.

Analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif kuantitatif untuk menggambarkan perubahan motivasi belajar peserta didik sebelum dan sesudah penerapan permainan bola beracun. Kriteria motivasi peserta didik dikategorikan dari sangat tinggi hingga kurang tinggi berdasarkan rentang skor tertentu. Data observasi dan dokumentasi dianalisis secara deskriptif untuk mendukung hasil angket dan melihat perubahan sikap, keaktifan, dan antusiasme peserta didik selama pembelajaran. Keberhasilan penelitian ditentukan jika terjadi peningkatan rata-rata skor motivasi belajar dari siklus I ke siklus II, serta minimal 75% peserta didik mengalami peningkatan kategori motivasi belajar.

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

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif kuantitatif, yang bertujuan untuk menggambarkan dan menjelaskan perubahan motivasi belajar peserta didik setelah diterapkannya permainan bola beracun pada awal pembelajaran PJOK.

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

Dalam menentukan persentase peserta didik berdasarkan data hasil survei yang diperoleh, gunakan rumus berikut:

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

Keterangan :

P = Tingkat keberhasilan

Juga kriteria motivasi peserta didik adalah berikut ini:

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

Data yang diperoleh melalui survei, angket motivasi belajar, wawancara, dan dokumentasi akan dianalisis dengan beberapa langkah. Pertama, skoring angket motivasi belajar dilakukan dengan menghitung skor setiap pernyataan berdasarkan skala Likert, di mana jawaban "Selalu (SL)" diberi nilai 4, "Sering (S)" nilai 3, "Kadang-kadang (KK)" nilai 2, dan "Tidak Pernah (TP)" nilai 1. Kedua, menghitung rata-rata skor motivasi belajar peserta didik untuk setiap siklus. Nilai rata-rata ini digunakan untuk melihat adanya peningkatan motivasi belajar dari siklus ke siklus. Ketiga, data hasil observasi aktivitas peserta didik dan dokumentasi selama proses pembelajaran akan dianalisis secara deskriptif untuk mendukung data kuantitatif dari angket, sekaligus mengamati perubahan sikap, keaktifan, dan antusiasme peserta didik dalam mengikuti pembelajaran PJOK. Keempat, menentukan kriteria keberhasilan penelitian. Penelitian dikatakan berhasil jika terjadi peningkatan rata-rata skor motivasi belajar dari siklus I ke siklus II, dan minimal 75% peserta didik mengalami peningkatan kategori motivasi belajar, dari kategori rendah menjadi sedang atau tinggi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan selama periode Februari hingga Mei 2025, bertepatan dengan pelaksanaan mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di kelas XI-4 SMA Negeri 2 Semarang. Kegiatan penelitian disesuaikan dengan jadwal pelajaran PJOK yang berlangsung satu kali dalam setiap pekan, yaitu pada hari Senin selama tiga jam pelajaran berturut-turut (jam ke-1 hingga ke-3). Pelaksanaan penelitian dilakukan secara langsung di dalam kelas dan di lapangan sekolah sebagai bagian dari praktik pembelajaran rutin, sehingga memungkinkan peneliti untuk mengamati dinamika pembelajaran secara autentik dan kontekstual.

Berdasarkan hasil pengamatan awal dan evaluasi yang dilakukan terhadap proses pembelajaran PJOK di kelas XI-4, ditemukan sejumlah permasalahan yang cukup signifikan:

1. Sebagian besar peserta didik menunjukkan semangat belajar yang rendah. Hal ini tercermin dari kurangnya antusiasme mereka saat mengikuti kegiatan pembelajaran, terutama dalam tahap awal seperti pemanasan atau instruksi awal.
2. Suasana kelas cenderung pasif, di mana hanya sedikit siswa yang aktif bertanya atau menjawab pertanyaan, serta tidak tampak adanya inisiatif untuk terlibat secara spontan dalam kegiatan yang dirancang oleh guru.
3. Peserta didik tampak kurang responsif terhadap stimulus yang diberikan oleh guru, baik berupa pertanyaan reflektif maupun instruksi untuk melakukan gerakan atau simulasi. Ketidakterlibatan ini menyebabkan pembelajaran berlangsung secara satu arah dan monoton, serta tidak mencapai hasil yang optimal, baik dari sisi motivasi maupun keterlibatan fisik siswa.

Kondisi ini mengindikasikan adanya kebutuhan mendesak untuk mengembangkan dan menerapkan strategi pembelajaran yang lebih inovatif dan menarik. Rendahnya partisipasi dan motivasi siswa dalam pelajaran PJOK, yang seharusnya bersifat aktif dan menyenangkan, menjadi dasar pemikiran penting bagi pelaksanaan penelitian ini. Oleh karena itu, pendekatan pembelajaran berbasis permainan, khususnya melalui penerapan permainan *bola beracun*, dipilih sebagai solusi potensial untuk mengatasi permasalahan tersebut dan meningkatkan kualitas pembelajaran PJOK di kelas XI-4 SMA Negeri 2 Semarang.

a) Pelaksanaan Tindakan Kelas Siklus 1

Hasil penelitian dari pemberian angket motivasi yang dilakukan pada pertemuan ke-2 dan siklus pertama didapatkan hasil motivasi belajar peserta didik, 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 XI-4 di SMA Negeri 2 Semarang

Ukuran Motivasi	Hasil Presentase
Peserta didik yang memilih Selalu	34%
Peserta didik yang memilih Sering	37,2%
Peserta didik yang memilih Kadang-kadang	25,6%
Peserta didik yang memilih Tidak pernah	3,07%
Rata-rata keseluruhan	25%

Dari data tabel tersebut dapat diketahui bahwa persentase motivasi peserta didik dengan pilihan Selalu 34 % sebanyak 9 peserta didik. Pada hasil presentase pilihan Sering 37,2 % sebanyak 10 peserta didik. Pada hasil presentase pilihan Kadang-kadang 25,6% sebanyak 6 peserta didik. Pada hasil presentase Tidak pernah 3,07% sebanyak 1 peserta didik. Keseluruhan hasil angket motivasi yang telah diisi oleh peserta didik memiliki nilai di rata-rata sebesar 25% yang mana jumlah tersebut masuk ke dalam kategori kurang termotivasi.

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif, yaitu menyajikan data numerik dari hasil pengisian angket motivasi belajar peserta didik dalam bentuk skor, persentase, dan kategori. Data dikumpulkan melalui angket motivasi belajar yang disusun berdasarkan skala Likert 4 poin. Setiap item pernyataan dalam angket memiliki empat pilihan jawaban dengan bobot nilai sebagai berikut: untuk pernyataan positif, Selalu (SL) = 4, Sering (S) = 3, Kadang-kadang (KK) = 2, dan Tidak Pernah (TP) = 1. Setelah seluruh skor dikalkulasi, nilai total dikonversi ke dalam bentuk persentase, kemudian dimasukkan ke dalam kategori motivasi belajar berdasarkan kriteria berikut (Amiruddin et al., 2024): skor 100 – 81,28 dikategorikan sebagai motivasi sangat tinggi, skor 81,27 – 62,52 sebagai motivasi tinggi, skor 62,51 – 43,26 sebagai motivasi sedang, dan skor 43,25 – 25 sebagai motivasi kurang tinggi.

Sebagai contoh perhitungan, misalnya jumlah item angket terdiri dari 25 pernyataan dengan skor maksimum 100. Total skor maksimum dikurangi jumlah item angket, yaitu $100 - 25 = 75$, sedangkan untuk memperoleh kategori motivasi belajar, skor dibagi menjadi empat kelompok (sesuai kategori) dengan nilai per kelompok sebesar 18,75. Jika seorang peserta didik memperoleh skor 20 pada salah satu poin (contohnya di kategori Tidak Pernah), maka persentase skornya dihitung dengan rumus:

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

Sebagai contoh

$$P = \frac{20}{650} \times 100\% = 3,07\%$$

Selanjutnya, persentase ini disesuaikan dengan jumlah sampel, yaitu 26 peserta didik sehingga:

$$3,07\% : 100 \times 26 = 0,79\%$$

Dengan demikian, diperoleh informasi bahwa terdapat 1 orang peserta didik yang menjawab Tidak Pernah pada item pernyataan tersebut. Adapun angka 650 diperoleh dari jumlah skor keseluruhan hasil penjumlahan masing-masing kategori pilihan jawaban dalam angket, sedangkan 26 adalah jumlah peserta didik yang menjadi sampel penelitian.

b) Pelaksanaan Tindakan Kelas Siklus 2

Hasil penelitian dari pemberian angket motivasi yang dilakukan pada pertemuan ke 4 dan siklus 2 diketahui terdapat peningkatan motivasi belajar peserta didik, adapun hasil penelitian siklus 2 dapat dilihat pada tabel 2 sebagai berikut ini :

Tabel 2. Hasil Angket Motivasi Belajar Pembelajaran PJOK Siklus ke-2 Kelas XI- 4 SMA Negeri 2 Semarang.

Ukuran Motivasi	Hasil Presentase
Peserta didik yang memilih Selalu	39,2%
Peserta didik yang memilih Sering	38,2%
Peserta didik yang memilih Kadang-kadang	20,4%
Peserta didik yang memilih Tidak pernah	0,4%
Rata-rata keseluruhan	45,6%

Dari tabel tersebut dapat diketahui bahwa persentase motivasi peserta didik pada pilihan Selalu 39,2% sebanyak 11 peserta didik. Kemudian pilihan Sering pada angket Motivasi 38,2% sebanyak 10 peserta didik. Pada pilihan Kadang-kadang 20,4% sebanyak 5 peserta didik. Pada pilihan Tidak pernah 0,4% sebanyak 1 peserta didik. Keseluruhan hasil angket yang telah diisi oleh peserta didik memiliki nilai rata-rata sebesar 45,6% yang mana angka tersebut termasuk dalam kategori sedang dalam motivasi mengikuti pembelajaran PJOK.

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif, yaitu dengan menyajikan data numerik dari hasil pengisian angket motivasi belajar peserta didik dalam bentuk skor, persentase, dan kategori. Data dikumpulkan melalui angket motivasi belajar yang disusun berdasarkan skala Likert 4 poin. Setiap item pernyataan dalam angket memiliki empat pilihan jawaban dengan bobot nilai sebagai berikut: untuk pernyataan positif, Selalu (SL) = 4, Sering (S) = 3, Kadang-Kadang (KK) = 2, dan Tidak Pernah (TP) = 1. Setelah seluruh skor dikalkulasi, nilai total dikonversi ke dalam bentuk persentase, kemudian dimasukkan ke dalam kategori motivasi belajar berdasarkan kriteria berikut (Amiruddin et al., 2024): skor 100 – 81,28 dikategorikan sebagai motivasi sangat tinggi, skor 81,27 – 62,52 sebagai motivasi tinggi, skor 62,51 – 43,26 sebagai motivasi sedang, dan skor 43,25 – 25 sebagai motivasi kurang tinggi.

Sebagai contoh perhitungan, misalnya pada Siklus II, terdapat 25 item pernyataan dalam angket dengan skor maksimum 100. Total skor maksimum dikurangi jumlah item angket adalah $100 - 25 = 75$, sedangkan untuk menentukan kategori motivasi belajar, skor dibagi menjadi empat kelompok (sesuai kategori) dengan nilai per kelompok sebesar 18,75. Jika seorang peserta didik memperoleh skor 23 pada salah satu poin (misalnya pada pilihan Tidak Pernah), maka persentasenya dihitung dengan rumus:

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

Sehingga perhitungannya adalah

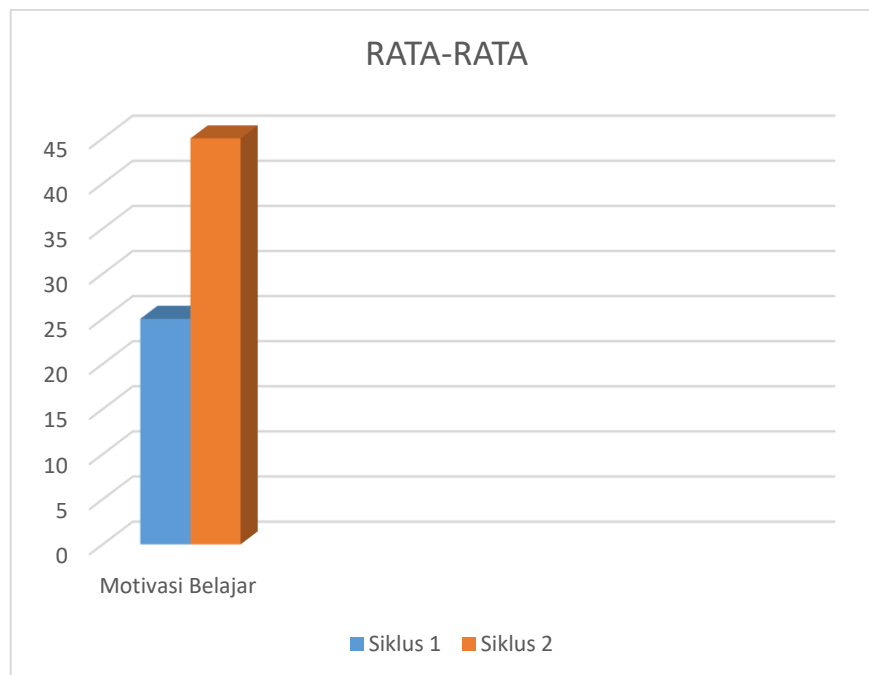
$$P = \frac{23}{1186} \times 100\% = 1,9\%$$

Selanjutnya, persentase ini disesuaikan dengan jumlah sampel, yaitu 26 peserta didik, sehingga:

$$1,9\% : 100 \times 26 = 0,4 \%$$

Artinya, terdapat 1 orang peserta didik yang menjawab Tidak Pernah pada item pernyataan tersebut. Adapun angka 1186 diperoleh dari jumlah skor keseluruhan, yaitu hasil penjumlahan skor dari semua kategori pilihan jawaban dalam angket, sedangkan angka 26 adalah jumlah peserta didik yang menjadi sampel penelitian.

Hasil observasi dan analisis terhadap motivasi peserta didik, diperoleh bahwa motivasi belajar peserta didik mengalami peningkatan dari siklus 1 ke siklus 2. Berdasarkan pelaksanaan pada evaluasi pembelajaran terlihat dari hasil motivasi peserta didik kelas XI-4 di SMA Negeri 2 Semarang dari siklus 1 dan siklus 2. Peningkatan pada nilai rata rata hasil dari angket motivasi peserta kelas XI-4 di SMA Negeri 2 Semarang dapat dilihat pada grafik berikut:



Grafik 1. Peningkatan Motivasi Belajar Siswa PJOK dari Siklus I ke Siklus II

Berdasarkan hasil penelitian tentang motivasi peserta didik saat pembelajaran PJOK pada siklus I nilai persentase rata-rata sebesar 25% dan pada siklus II nilai rata-rata sebesar 45,6% dan sudah terlihat peningkatannya. Kegiatan pembelajaran PJOK dilaksanakan sesuai dengan modul ajar yang dibuat oleh guru. Modul tersebut menjadi acuan utama dalam perencanaan dan pelaksanaan proses pembelajaran.

Perbandingan hasil rata-rata selama 2 siklus yang sudah dilaksanakan terlihat meningkat dimana saat siklus pertama (1) permainan kecil bola beracun belum diterapkan dan pada siklus dua (2) permainan kecil bola beracun sudah diterapkan. Pada saat kegiatan pendahuluan yakni aktivitas pemanasan, peneliti menerapkan permainan sederhana yakni permainan bola beracun, pada permainan ini peserta didik 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 peserta didik menjadi merasa senang, semangat dan termotivasi pada aktivitas berikutnya, karena pada permainan bola beracun seluruh peserta didik menjadi aktif bergerak dan bekerja sama.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa implementasi permainan *bola beracun* dalam proses pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di kelas XI-4 SMA Negeri 2 Semarang memberikan dampak positif yang signifikan terhadap peningkatan motivasi belajar peserta didik. Peningkatan ini tercermin melalui data kuantitatif dari angket motivasi, yang menunjukkan kenaikan dari 25% pada siklus pertama menjadi 45,6% pada siklus kedua. Temuan ini menegaskan bahwa pendekatan pembelajaran berbasis permainan mampu memberikan efek positif terhadap aspek afektif siswa, khususnya dalam meningkatkan semangat, keterlibatan aktif, dan antusiasme dalam mengikuti kegiatan pembelajaran PJOK.

Lebih dari sekadar peningkatan angka motivasi, penerapan permainan *bola beracun* juga mendorong perubahan positif dalam dinamika kelas. Peserta didik menjadi lebih aktif secara fisik, terlibat dalam kerja sama tim yang sehat, serta menunjukkan perilaku sosial yang mendukung proses belajar kolektif. Ini mencerminkan bahwa elemen permainan dapat berfungsi sebagai jembatan antara kebutuhan perkembangan siswa dan tujuan kurikulum,

menjadikan pembelajaran tidak hanya sebagai aktivitas transfer pengetahuan, tetapi juga sebagai sarana pembentukan karakter, keterampilan sosial, dan kebugaran jasmani.

Secara pedagogis, hasil penelitian ini mendukung teori konstruktivisme sosial yang menekankan pentingnya interaksi, konteks nyata, dan aktivitas yang bermakna dalam pembelajaran. Permainan *bola beracun*, yang bersifat interaktif dan melibatkan gerak, menyediakan pengalaman belajar yang holistik, di mana peserta didik belajar melalui keterlibatan langsung, refleksi, dan kerja sama. Ini sejalan dengan pendekatan pembelajaran abad ke-21 yang menekankan keterampilan kolaborasi, kreativitas, dan komunikasi.

Implikasi praktis dari penelitian ini menunjukkan bahwa guru PJOK perlu lebih proaktif dan kreatif dalam merancang strategi pembelajaran yang responsif terhadap kebutuhan dan minat siswa. Pendekatan berbasis permainan bukan hanya alternatif, melainkan strategi yang dapat diintegrasikan secara sistematis dalam rencana pembelajaran untuk membangun suasana belajar yang menyenangkan, dinamis, dan produktif. Sekolah, sebagai lembaga pendidikan formal, juga diharapkan memberikan ruang dan dukungan terhadap inovasi pembelajaran seperti ini agar proses pendidikan benar-benar berdampak pada perkembangan menyeluruh peserta didik.

Lebih jauh, hasil penelitian ini membuka peluang untuk pengembangan kajian lanjutan dalam konteks yang lebih luas, baik dari segi jenjang pendidikan, jenis permainan yang diterapkan, maupun pengaruhnya terhadap aspek pembelajaran lain seperti kognitif dan psikomotorik. Penelitian ini juga dapat menjadi referensi awal dalam pengembangan kurikulum PJOK yang lebih kontekstual dan berpusat pada siswa.

Dengan demikian, permainan *bola beracun* dan pendekatan sejenis lainnya dapat direkomendasikan sebagai strategi pedagogis yang relevan dan efektif dalam menghadirkan pembelajaran PJOK yang tidak hanya menumbuhkan motivasi belajar, tetapi juga menciptakan pengalaman belajar yang menyenangkan, mendalam, dan transformatif bagi peserta didik di sekolah menengah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Penulis mengucapkan terima kasih kepada Kepala SMA Negeri 2 Semarang yang telah memberikan izin dan dukungan dalam pelaksanaan penelitian ini.
2. Terima kasih kepada guru PJOK kelas XI-4 yang telah memberikan kesempatan dan bantuan selama proses pembelajaran dan observasi berlangsung.
3. Penulis juga menyampaikan apresiasi kepada seluruh peserta didik kelas XI-4 SMA Negeri 2 Semarang atas partisipasi aktif dan antusiasme selama kegiatan pembelajaran berlangsung.
4. Ucapan terima kasih disampaikan kepada dosen pembimbing yang telah memberikan arahan, masukan, dan koreksi dalam penyusunan artikel ini.
5. Terima kasih kepada rekan-rekan PPL PPG Calon Guru Gelombang 2 Tahun 2024 yang membantu proses penelitian dan memberikan aura positif dalam pelaksanaan PPL
6. Terima kasih kepada semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu namun telah membantu secara langsung maupun tidak langsung dalam menyelesaikan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Aliriad, H., Adi, S., Manullang, J. G., Endrawan, I. B., & Satria, M. H. (2024). Improvement of Motor Skills and Motivation to Learn Physical Education Through the Use of Traditional Games. *Physical Education Theory and Methodology*, 24(1), 32–40. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2024.1.04>
- Amiruddin, M. I., Wijaya, A., & Suparno, A. (2024). *Penerapan Permainan Bola Beracun pada Awal Pembelajaran Pjok untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas IX di SMPN 13 Surabaya*. 5.
- Aziza, N. (2023). Metodologi penelitian 1 : deskriptif kuantitatif. *ResearchGate*, July, 166–178.

- 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)
- Durrotunnisa, & Nur, H. R. (2020). Pengaruh Permainan Uno Stacko dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Matematika di Masa Pandemi. *Jurnal Basicedu*, 5(5), 3(2), 524–532.
<https://journal.uui.ac.id/ajie/article/view/971>
- Elvira, Neni Z, D. (2022). Studi Literatur: Motivasi Belajar Siswa dalam Pembelajaran. *Jurnal Literasi Pendidikan*, 1(2), 350–359.
<https://journal.citradharma.org/index.php/eductum/indexDOI:https://doi.org/10.56480/eductum.v1i2.767%0Ahttps://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>
- Kurnia, D., & Septiana, R. A. (2020). Implementasi Permainan Kecil Sebagai Bentuk Pemanasan Terhadap Minat Siswa dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani. *Physical Activity Journal*, 2(1), 90. <https://doi.org/10.20884/1.paju.2020.2.1.3302>
- Maryati, E., Sholeh, M., Saputra, M. R., Viqri, D., Simarmata, D. E., Yunizha, T. D., & Syafitr, A. (2024). Analisis Strategi Guru dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa di Kelas. *Jurnal Inovasi, Evaluasi Dan Pengembangan Pembelajaran (JIEPP)*, 4(2), 165–170.
<https://doi.org/10.54371/jiepp.v4i2.408>
- Mercan, G., & Varol Selçuk, Z. (2024). Investigating the Impact of Game-Based Learning and Gamification Strategies in Physical Education: A Comprehensive Systematic Review. *Journal of Interdisciplinary Education: Theory and Practice*, 6(1), 1–14.
<https://doi.org/10.47157/jietp.1389843>
- Nurhayati, H., & , Langlang Handayani, N. W. (2020). Jurnal basicedu. *Jurnal Basicedu*, 5(5), 3(2), 524–532. <https://journal.uui.ac.id/ajie/article/view/971>
- Pokhrel, S. (2024). No TitleEΛENH. *Ayan*, 15(1), 37–48.
- 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>
- Putri, K., Prawesthi, W., & Andrijianto, D. (2024). Penerapan Permainan Kecil (Percil) Bola Beracun Menggunakan Modifikasi Bola Spons Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Gerak Passing Bawah Permainan Bola Voli Implementation of Small Game (Percil) Poison Ball Using Modified Sponge Ball in Improving Learning Outcomes of Underhand Passing Movement in Volleyball Game. *September*, 3059–3066.
- Roisul Umam, W. (2024). PENERAPAN PERMAINAN KECIL BOLA BERACUN PADA PEMBELAJARAN PJOK UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA KELAS 10 DI SMAN 1 KEJAYAAN. 09.
- Sari, P. (2019). Analisis Terhadap Kerucut Pengalaman Edgar Dale dan Keragaman dalam Memilih Media yang Tepat dalam Pembelajaran. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(1), 42–57.
- Simanullang, N. R. (2022). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Sma Melalui Media Peta Konsep Pada Mata Pelajaran Bahasa Indonesia. *Kohesi: Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia*, 2(2), 64–73.