

MOTIVASI TERHADAP PEMBELAJARAN PJOK MATERI BULUTANGKIS DI MASA PANDEMI PADA SISWA KELAS XII SMA NEGERI 21 SURABAYA**Satria Citra Iswara Astadi*, Nurhasan**

S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Surabaya

*satria.17060464143@mhs.unesa.ac.id

Abstrak

Bulutangkis merupakan olahraga yang efektif untuk dijadikan aktivitas fisik sehari-hari karena menyenangkan dan mudah dilakukan dimana saja. Dengan demikian, peserta didik diharapkan termotivasi untuk melakukannya. Tujuan dari penelitian ini, untuk mengetahui tingkat motivasi peserta didik dalam melakukan aktivitas fisik melalui permainan bulutangkis yang dianggap olahraga menyenangkan saat dilakukan di rumah pada masa pandemi saat ini. Penelitian ini menggunakan metode campuran (*mixed method*) yang bersumber dari sumber data dan informasi *respondent* dengan menggunakan kuesioner berupa angket yang berisi sejumlah pernyataan lalu diberikan kepada *respondent*, serta dengan *interview* dan observasi. *Interview* yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan *zoom* untuk mengetahui pendapat *respondent* dan setelah itu ditranskripsikan ke dalam tulisan. *Respondent* pada penelitian ini adalah peserta didik kelas XII SMA Negeri 21 Surabaya. Dengan sampel yang digunakan sebanyak 30 peserta didik yang dipilih secara acak, karena karakteristik peserta didik dianggap relatif sama. Berdasarkan hasil dari data yang masuk, sebanyak 73,3% peserta didik dari jumlah keseluruhan memberikan respon positif. Hal ini juga disampaikan peserta didik pada *interview* bahwa materi bulutangkis mudah dilakukan dimana saja dan tidak harus di dalam gedung. Berdasarkan hasil observasi peserta didik lebih semangat dalam melakukan pembelajaran, Hal ini ditandai dengan seringnya peserta didik bertanya dan memberikan pendapat saat pembelajaran. Dapat disimpulkan, bahwa motivasi pembelajaran jasmani pada peserta didik kelas XII SMA Negeri 21 Surabaya sangat berpengaruh terhadap semangat peserta didik dalam melakukan setiap aktivitas olahraga di rumah.

Kata Kunci: motivasi; pembelajaran bulutangkis; pandemi**Abstract**

Badminton is an effective sport to be used as a daily physical activity because it is fun and easy to do anywhere. Thus, students are expected to be more motivated to do the exercise. The purpose of this study was to determine the level of students's motivation in doing physical activity through badminton, which is considered a fun sport that can be done at home during the current pandemic. This study uses a mixed method which is sourced from the respondent's data and information gathered by using a questionnaire which contains a number of statements given to the respondent, as well as by using interview and observation. The interviews in this study is conducted through zoom to determine the respondent's opinion which will then be transcribed into writing. Respondents in this study were students of class XII SMA Negeri 21 Surabaya. This research used as many as 30 students who were randomly selected as samples because the characteristics of students were considered relatively similar. Based on the results of the data entered, 73.3% of the students gave a positive response. This was also conveyed by students in the interview that badminton material is easy to do anywhere and does not have to be in a building. Based on the results of observations of students, they are more enthusiastic about learning. This is indicated by the frequency of students asking questions and giving opinions during learning. It can be concluded that the motivation of physical learning in class XII students of SMA Negeri 21 Surabaya is very influential on the enthusiasm of students in doing any sports activities at home.

Keywords: motivation; badminton learning; pandemic

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan suatu kekuatan yang berarti memiliki suatu kewenangan yang sangat kuat bagi kehidupan manusia. Pendidikan juga berfungsi sebagai penunjang prestasi manusia itu sendiri serta meningkatkan produktivitas manusia tersebut. Pada bidang lain, pendidikan dapat menjadi kekuatan pendorong manusia agar lebih inovatif serta lebih produktif dalam bidang lain. (Anwar, 2015). Pendidikan pada lingkungan keluarga memiliki pengaruh yang sangat besar terhadap perkembangan serta pertumbuhan seorang anak (Adhe et al., 2020). Bahkan orang tua dapat melakukan upaya-upaya yang strategis dan spesifik dalam memberikan pendidikan terhadap seorang anak (MacLeod, et al., 2017). Dengan begitu anak memiliki kemungkinan besar sukses atau berhasil pada saat mengikuti proses pembelajaran formal di sekolah. (Suyuti, 2019).

Latar belakang pendidik berpengaruh terhadap perkembangan peserta didik ke jenjang yang lebih tinggi (Putrie, 2019). Kualitas pembelajaran pendidikan jasmani dapat ditentukan dari proses pembelajaran dan metode pembelajaran yang digunakan. Metode pembelajaran yang digunakan harus menyenangkan dan dapat membantu siswa mencapai tujuan pembelajaran. aktivitas permainan dapat digunakan untuk melatih karakter siswa (Sujarwo, et al., 2021). Pada saat peserta didik melakukan aktivitas permainan, maka ia telah melakukan aktivitas belajar yang bisa membuat psikis para peserta didik tersebut menjadi gembira (Rustiana 2011). Banyak peserta didik yang lebih menyukai mata pelajaran pendidikan jasmani karena peserta didik bisa mengurangi rasa jenuh. Saat ini dunia pendidikan mengalami sedikit masalah dengan adanya virus covid-19 yang melanda diberbagai daerah dan berbagai kalangan masyarakat, sebagaimana dikemukakan oleh (Siahaan, 2020). Pengaruh dalam dunia pendidikan terutama pada pelaksanaan pembelajaran yang biasanya dilaksanakan secara tatap muka menjadi pembelajaran non tatap muka. Dengan adanya pandemic covid-19 ini segalanya dilakukan secara online atau daring. Hal inilah yang membuat para siswa banyak mengalami kendala pada saat proses pembelajaran berlangsung, terganggunya proses pembelajaran ini banyak kendala yang berasal dari sinyal internet yang kurang baik dan sulit mendapatkan sinyal yang baik. Perbedaan model pelaksanaan pembelajaran ini dapat berpengaruh pada efektivitas pembelajaran (Kristiyandaru, et al., 2020). Tidak bisa dipungkiri, bahwa kemampuan peserta didik dalam menerima penyampaian materi pembelajaran dari seorang guru memiliki kemampuan yang berbeda-

beda, dan tidak semua juga dapat menerima instruksi dari gurunya dengan baik. Karena ditambah lagi kondisi saat pembelajaran sekarang tidak seperti proses pembelajaran formal di sekolah yang sebelum terjadinya pandemik covid-19, maka dengan begitu seorang guru harus memberikan beberapa cara atau metode pembelajaran yang efektif sehingga bisa membuat para peserta didik itu tidak merasa bosan atau bisa merasakan senang saat mengikuti proses pembelajaran online atau daring ini (Wardani, 2020). Pada masa pandemik covid-19 ini, pendidikan jasmani merupakan bagian yang penting dari proses pendidikan. Artinya, pelajaran pendidikan jasmani ini sangat berperan penting dalam memberikan suatu pembelajaran pada aktivitas fisik yang baik dan memberikan beberapa kegiatan yang mengharuskan peserta didik tersebut dapat melakukan gerak, sehingga tubuh dari peserta didik terjaga kesehatannya dan juga kebugaran fisiknya (Rubianto, 2013).

Dan pendidikan jasmani ini adalah suatu mata pelajaran yang bisa meningkatkan kualitas gerak peserta didik, yang dimana didalam pembelajarannya baik langsung maupun tidak langsung peserta didik melakukan suatu gerak. Gerak tersebut mengandung unsur positif: perasaan gembira. Dengan pembelajaran yang bersifat gembira, peserta didik akan terus termotivasi untuk melakukan gerakan atau permainan yang diarahkan oleh gurunya, sehingga keterampilan gerak peserta didik tersebut akan meningkat dan berkembang (Randy, 2017).

Pelaksanaan pendidikan jasmani sesungguhnya tidak hanya menekankan pada tujuan olahraga saja, melainkan untuk tujuan pendidikan itu sendiri. Salah satunya yaitu dengan beberapa cara atau metode yang diterapkan pada pembelajarannya yang berupa permainan, dengan metode modifikasi pembelajaran pendidikan jasmani itulah suatu cara untuk menghindari para peserta didik dari rasa jenuh atau bosan terhadap aktivitas fisik, dan supaya dengan metode tersebut para peserta didik itu diharapkan dapat terus meningkatkan keterampilan geraknya dan bisa menunjang prestasinya dalam pembelajaran, (Mohamad, Budiman, & Suhendi, 2016). Bulutangkis adalah suatu permainan yang merupakan salah satu materi pada mata pelajaran pendidikan jasmani. Cabang olahraga ini menjadi suatu pilihan cabang olahraga yang efektif dan menyenangkan untuk diterapkan pada pembelajaran pendidikan jasmani. Disamping itu bulutangkis sangat dikenal atau sangat populer dikalangan masyarakat dari orang dewasa sampai anak-anak. Masyarakat melakukan olahraga ini sebagai suatu pilihan cabang olahraga hiburan dan bisa juga sebagai suatu cabang olahraga yang menjadi ajang

untuk mempererat tali persaudaraan. Olahraga ini populer di masyarakat desa maupun di perkotaan. dan tidak jarang juga cabang olahraga permainan ini menjadi ajang pencarian bakat dari usia-usia dini atau anak-anak. (Firmansyah, 2013).

Permainan cabang olahraga bulutangkis ini sangat mendukung kondisi fisik peserta didik yang melakukannya, dimana kondisi fisik ini menjadi pokok dari pembelajaran PJOK dan juga sebagai pendukung keterampilan gerak seorang peserta didik yang melakukan permainan bulutangkis tersebut. Karena pendidikan jasmani inilah proses pembelajaran yang banyak menerapkan aktivitas fisik. Pemberian materi pembelajaran bulutangkis ini diharapkan peserta didik dapat memperoleh keterampilan lebih terhadap motoriknya atau keterampilan geraknya, yang dimana kecukupan gerak ini menjadi salah satu kebutuhan bagi tubuh untuk mencapai pada tingkat kesehatan dan juga kebugaran peserta didik (Subarjah, 2012).

Materi permainan bulutangkis ini dapat memberikan dukungan terhadap perkembangan motorik peserta didik (Sudirjo, & Alif, 2018). Dikarenakan pada permainan bulutangkis ini terdapat berbagai macam gerak yang dikembangkan. Diantaranya kelincahan dan gerak koordinasi. Gerakan mengubah arah dengan kecepatan tinggi merupakan contoh kelincahan. Perpaduan dari gerakan kaki, badan dan tangan merupakan gerak koordinasi.

Pada materi permainan bulutangkis peserta didik mendapatkan berbagai komponen gerak. Hal tersebut akan membantu menunjang peserta didik lebih kaya akan gerak. Materi tersebut bisa juga sebagai penunjang peserta didik mencapai tingkat kebugaran dengan kecukupan gerak yang mereka peroleh dari materi tersebut, (Ramadhan, 2019). Olahraga permainan bulutangkis memiliki beberapa komponen dari kondisi fisik, yang dimana komponen gerak itu sangat baik bagi gerak motoriknya. Dengan gerak motoriknya yang baik akan menjadi dorongan serta rasa senang bagi peserta didik yang melakukan olahraga dalam permainan bulutangkis ini. (Sheng, Ginanjar, & Wei, 2020). Selain itu, kemampuan motoric yang baik akan membantu peserta didik pada saat mempelajari gerakan-gerakan pada cabang olahraga lainnya, (Aprilia, Kristiyanto, & Doewes, 2018).

Dari efek komponen kondisi fisik yang diperoleh dari permainan cabang olahraga bulutangkis diharapkan peserta didik dapat termotivasi dengan permainannya yang menyenangkan dan mudah untuk dimainkan. Dengan begitu peserta didik akan terus bersemangat dalam melakukan aktivitas olahraga melalui permainan bulutangkis yang mereka anggap menyenangkan, dan

dengan cara begitu pula diharapkan para peserta didik bisa menjaga kesehatan tubuhnya pada masa pandemi covid-19 ini dan diharapkan juga dapat mencapai tingkat kebugaran. (Chen, Mok, Lee, WC, & Lam, 2015).

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian campuran (*mixed method*) antara perpaduan metode kualitatif dan kuantitatif (Sugiono, 2011). Penelitian ini lebih dominan kualitatif karena peneliti melakukan penarikan kesimpulan diakhir penelitian, setelah peneliti menjabarkan dan menganalisis bahan-bahan penelitian. Data bersumber dari sumber data dan informasi responden dengan menggunakan kuesioner, interview dan observasi. Sampel dalam penelitian ini yaitu kelas XII SMA Negeri 21 Surabaya dengan sampel sebanyak 30 peserta didik yang dipilih secara acak.

Populasi sebanyak 35 peserta didik berada di 3 kelas, yaitu kelas XII IPA, IPS, dan Bahasa SMA Negeri 21 Surabaya. Target sampel yg diambil adalah 30 peserta didik. Tiga kelas yg mendapatkan materi bulutangkis tersebut memiliki kuota sebanyak 10 peserta didik. Sehingga tiap kelas diambil 10 peserta didik secara random karena karakteristik peserta didik relatif sama dan tiap kelas mewakili sebagai sampel.

Metode pengumpulan data non-tes menggunakan interview dan angket tentang motivasi terhadap pembelajaran PJOK materi bulutangkis dimasa pandemi. Fokus interview adalah motivasi melakukan olahraga dimasa pandemi. Angket ini sudah divaliditas isi yang diuji oleh 3 ahli dalam bidang pendidikan, psikologi, dan bulutangkis dari jurusan Pendidikan olahraga Universitas Negeri Surabaya.

Setelah data terkumpul yaitu berupa kuesioner atau angket yang terdiri dari 30 item pernyataan dan hasil interview terhadap responden melalui zoom, kemudian data dari angket tersebut dianalisis dan transkripsikan, data yang diperoleh dari interview melalui zoom kemudian dituangkan dalam bentuk persentase dan deskripsi hasil transkripsi untuk mengetahui motivasi terhadap pembelajaran PJOK materi bulutangkis dimasa pandemi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari sampel yang berjumlah 30 peserta didik secara keseluruhan mendapat hasil yang positif dapat dilihat dari beberapa jawaban dari angket yang telah diisi oleh peserta didik yang menjadi sampel. Berdasarkan data yang masuk dari 30 peserta didik terhadap 30 pernyataan. Berdasarkan hasil survei angket yang diberikan kepada peserta didik. Dari data yang masuk mengatakan bahwa sejumlah 50% peserta didik akan sangat termotivasi melakukan aktivitas olahraga setelah melihat olahragawan idolanya. Karena bagi mereka melihat seorang idolanya berolahraga bisa

menambah semangat peserta didik melakukan aktifitas olahraga. Karena faktor dari luar dapat mempengaruhi semangat peserta didik, (Effendi, 2016). Pada dasarnya dua hal yang saling berkaitan pada kehidupan manusia adalah kesehatan dan olahraga, (Pane, 2015). Maka dari itu data mengenai peserta didik kelas XII SMA Negeri 21 Surabaya mengatakan akan sangat bersemangat melakukan aktivitas olahraga untuk menjaga kesehatan. Mengenai hal itu, peserta didik juga menyetujui untuk melakukan aktivitas olahraga guna pentingnya menjaga kesehatannya sejumlah 73,3% peserta didik.

Sejumlah 46,7% Peserta didik mengatakan sangat setuju ingin melakukan olahraga rutin agar kesehatan dan kebugaran tubuh terjaga. peserta didik mengatakan, bahwa dengan rutin melakukan aktivitas olahraga tersebut bisa membantu mereka untuk memiliki tubuh yang sehat dan bugar, dengan tubuh yang sehat akan membantu peserta didik lebih mudah menerima materi pembelajaran. Dan peserta didik yang hanya mengatakan setuju saja dengan pernyataan mengenai pentingnya rutin melakukan olahraga untuk menjaga kesehatannya sejumlah 16 atau 53,3% peserta didik yang mengatakan bahwa membuat jadwal untuk melakukan olahraga rutin itu penting untuk menjaga kebugarannya, dengan kebugaran yang dimiliki peserta didik akan membantu peserta didik mampu belajar dengan maksimal. Dan terdapat Peserta didik yang melakukan aktivitas olahraga di waktu luang sejumlah 6,7% dari jumlah keseluruhan peserta didik. Dan sebanyak 53,3% peserta didik mengatakan bahwa menyempatkan diri berolahraga di waktu luang sangat baik untuk mengisi dengan hal yang positif. Karena dengan cara itu peserta didik mengatakan bisa memanfaatkan waktu sebaik mungkin dan bisa meningkatkan kesehatannya di waktu luang dengan melakukan hal yang positif.

Adapun peserta didik yang mengatakan selalu ingin terlihat bagus dari segi fisik, maka dari itu peserta didik selalu menyisihkan waktu untuk melakukan aktivitas olahraga Terdapat 3 peserta didik yang sangat ingin terlihat bagus dari segi fisiknya yaitu sejumlah 10%. Dan peserta didik yang mengatakan ingin saja terlihat bagus dari segi fisiknya yaitu sejumlah 50% peserta didik dari jumlah keseluruhan. Karena bagi mereka untuk terlihat bagus dari segi fisik peserta didik harus rutin untuk melakukan olahraga yang bisa membentuk fisiknya terlihat bagus. Adapun pernyataan “akan sangat senang jika ada teman yang selalu mengajak berolahraga”. Dengan pernyataan ini peserta didik yang merasa sangat setuju yaitu sejumlah 30% peserta didik yang merasa sangat setuju dengan pernyataan tersebut. Namun terdapat lebih banyak peserta didik yang mengatakan setuju terhadap pernyataan tersebut, yaitu

sebanyak 60% peserta didik. Dari hasil survei yang didapat, peserta didik mengatakan bahwa dengan adanya teman yang mengajak untuk berolahraga akan menambah semangat untuk melakukan kegiatan olahraga, disamping itu peserta didik mengatakan sangat senang saat melakukan olahraga bersama teman. Dengan pernyataan yang diberikan kepada peserta didik yaitu “melakukan aktivitas olahraga agar organ-organ tubuh berfungsi dengan baik” Terdapat sebanyak 33,3% peserta didik yang sangat menyetujui pernyataan tersebut, dan lebih banyak peserta didik yang hanya mengatakan setuju saja terhadap pernyataan diatas yaitu sebanyak 63,3%. Peserta didik mengatakan bahwa pentingnya melakukan olahraga rutin untuk menjaga kesehatan dan kebugaran agar organ-organ tubuh dapat berfungsi dengan baik dan dapat menjaga tubuh agar tidak sakit.

Pada pernyataan yang diberikan kepada peserta didik mengenai untuk mendapat postur tubuh yang baik, maka peserta didik harus rutin untuk berolahraga. Dari pernyataan itu ada peserta didik yang memilih sangat setuju dengan pernyataan diatas yaitu 10% peserta didik dari jumlah keseluruhan. Dan peserta didik yang mengatakan setuju saja lebih banyak dari yang mengatakan sangat setuju yaitu sebanyak 63,3%. Peserta didik mengatakan bahwa dengan postur tubuh yang baik bisa menambah kepercayaan diri dan bisa menambah semangat untuk selalu melakukan aktivitas-aktivitas olahraga selanjutnya.

Terdapat peserta didik yang sering memperhatikan teman yang memiliki postur tubuh lebih baik dari dirinya saat berolahraga Terdapat 3 peserta didik yang sangat setuju terhadap pernyataan tersebut atau 10% peserta didik. Dan adapun peserta didik yang mengatakan setuju saja lebih banyak jika dibandingkan dengan yang sangat setuju, yaitu sebanyak 50% peserta didik. Dengan jumlah presentase yang didapat peneliti dari survei angket yang diberikan kepada peserta didik sebagai responden. Mengatakan bahwa peserta didik akan merasakan motivasi lebih dan merasa lebih semangat untuk berolahraga pada saat aktivitas olahraga tersebut terdapat temannya yang memiliki postur tubuh lebih baik dari dirinya. Terdapat peserta didik yang ingin membentuk sel-sel otot ditubuh, maka dari itu peserta didik menyempatkan diri untuk datang ke tempat kebugaran/gym Terdapat sejumlah 31% peserta didik yang mengatakan setuju dengan pernyataan tersebut. Peserta didik mengatakan bahwa dengan memiliki otot yang bagus bisa menambah semangat peserta didik untuk melakukan setiap aktivitas olahraga dan juga dapat menambah kepercayaan diri mereka.

Dan adapun peserta didik yang mencatat jawaban dari

guru PJOK terhadap pertanyaan yang diajukan oleh temannya sebagai tambahan informasi ada sejumlah peserta didik yang memilih sangat setuju terhadap pernyataan tersebut yaitu sejumlah 10% peserta didik. Adapun peserta didik yang memilih setuju saja terhadap pernyataan tersebut yaitu sebanyak 53,3%. Peserta didik mengatakan bahwa dengan mereka mencatat setiap jawaban dari guru PJOK atas pertanyaan-pertanyaan akan lebih memudahkan mereka pada saat memahami materi yang telah disampaikan oleh guru PJOKnya. Dan ada pula yang sering dilakukan para peserta didik kelas XII SMA Negeri 21 Surabaya yaitu mencatat poin-poin penting dari penjelasan guru PJOK ada sedikitnya peserta didik yang sangat setuju dengan pernyataan tersebut yaitu 16,7% peserta didik, sedangkan peserta didik yang mengatakan setuju saja terhadap pernyataan tersebut lebih banyak dibanding dengan peserta didik yang sangat setuju yaitu 60%. peserta didik mengatakan dengan seringnya mencatat poin – poin dari materi yang disampaikan guru PJOK, mereka dapat lebih mudah jika sewaktu – waktu mereka mempelajari materi yang telah diajarkan oleh guru PJOK.

Adapun pernyataan yang diberikan kepada peserta didik yang berbunyi “akan bertanya langsung kepada guru PJOK jika ada penjelasan materi pembelajaran yang kurang dipahami”. Ada peserta didik yang sangat setuju sejumlah 13,3% peserta didik dari jumlah keseluruhan. Dan peserta didik yang mengatakan setuju saja dengan pernyataan tersebut lebih banyak dari pada yang sangat setuju, yaitu sebanyak 73,3%. Dan dari pernyataan tersebut peserta didik mengatakan bahwa dengan cara mereka bertanya langsung mengenai materi yang kurang dipahami oleh peserta didik, dapat membantu peserta didik mendapatkan poin – poin penting dari materi yang diberikan oleh guru PJOK.

Dan adapun pernyataan yang mengatakan “Untuk lebih memahami materi yang disampaikan guru PJOK, selalu mendiskusikan materi tersebut”. Pada pernyataan ini terdapat 23,3% peserta didik dari jumlah keseluruhan peserta didik, mereka merasa bahwa dengan cara mendiskusikan kembali materi yang telah disampaikan guru PJOK akan lebih membantu untuk memahami materi. Dan peserta didik yang mengatakan setuju saja terhadap pernyataan di atas sebanyak 53,3%. Peserta didik mengatakan mendiskusikan materi yang disampaikan oleh guru PJOK adalah satu hal yang sangat membantu mereka untuk lebih paham dengan poin – poin inti pembahasan materi.

Peserta didik kelas XII SMA Negeri 21 Surabaya Setelah pulang sekolah, mempelajari lagi materi yang disampaikan oleh guru PJOK. Dengan pernyataan tersebut Terdapat 33,3% dari jumlah keseluruhan

peserta didik yang selalu melakukan hal tersebut. Peserta didik tersebut mengatakan bahwa dengan cara mempelajari kembali materi yang telah disampaikan oleh guru PJOK saat berada di sekolah, akan membantu mereka untuk lebih mudah mengingat semua poin – poin penting pada materi yang telah disampaikan.

Adapun peserta didik kelas XII SMA Negeri 21 Surabaya selalu menyimak dan sangat memperhatikan pada saat guru PJOK memberikan penjelasan mengenai materi pembelajaran. Dan terdapat peserta didik kelas XII SMA Negeri 21 Surabaya yang sangat memperhatikan dan menyimak pada saat penyampaian materi oleh guru PJOK yaitu sebanyak 70% peserta didik dari jumlah keseluruhan. Peserta didik mengatakan, pentingnya memperhatikan serta menyimak dengan teliti materi yang disampaikan guru PJOK akan sangat membantu mereka untuk lebih mudah paham akan poin dari materi pembelajaran tersebut.

Peserta didik kelas XII SMA Negeri 21 Surabaya akan menegur teman yang ramai pada saat guru PJOK menyampaikan materi pembelajaran. Peserta didik mengatakan bahwa dengan cara menegur teman yang ramai dapat memberikan efek positif yaitu kondusifnya suasana kelas pada saat pembelajaran berlangsung. Dengan begitu peneliti melakukan survei kepada peserta didik kelas XII SMA Negeri 21 Surabaya, mengenai tindakan yang akan dilakukan peserta didik pada saat ada teman yang ramai pada waktu pembelajaran berlangsung. Dan hasil survei mengatakan bahwa sejumlah 73,3% peserta didik dari jumlah keseluruhan akan menegurnya.

Berdasarkan pernyataan yang diberikan kepada peserta didik kelas XII SMA Negeri 21 Surabaya yang berbunyi “selalu membaca materi yang akan diajarkan guru PJOK”. Pada pernyataan ini terdapat 53,3% peserta didik dari jumlah keseluruhan yang akan melakukannya. Peserta didik mengatakan bahwa membaca materi yang akan diajarkan guru PJOK akan sangat membantu mereka memahami materi pada saat pembelajaran berlangsung. Dan pada pernyataan yang berbunyi “mencoba mengingat materi yang telah dibaca saat guru PJOK menjelaskan materinya tersebut”. Terdapat 20% peserta didik dari jumlah keseluruhan yang sangat setuju dengan pernyataan tersebut. Dan adapun peserta didik yang memilih setuju saja sebanyak 56,7% peserta didik. Pada pernyataan tersebut, peserta didik mengatakan bahwa untuk mencoba mengingat materi yang telah dibaca sebelum pembelajaran berlangsung. Hal tersebut dapat melatih daya ingat peserta didik pada saat melakukan ujian sekolah atau tes sejenis yang mencakup materi

pelajaran. Dengan pernyataan yang diberikan pada peserta didik kelas XII SMA Negeri 21 Surabaya yang berbunyi “Bulutangkis merupakan salah satu olahraga yang sangat digemari”. Terdapat yang sangat setuju dengan pernyataan ini yaitu 40%. Dan peserta didik yang memilih setuju saja dengan pernyataan ini yaitu sebanyak 50% peserta didik dari jumlah keseluruhan. Peserta didik mengatakan bahwa, mereka menggemari cabang olahraga permainan ini yaitu bulutangkis. Dikarenakan bulutangkis ini merupakan olahraga permanan yang bisa membuat mereka bahagia, disamping membuat bahagia juga mendapat manfaat yang positif yaitu meningkatkan kesehatan tubuh.

Adapun pada pernyataan yang berbunyi “Bulutangkis merupakan salah satu olahraga yang digemari teman-teman”. Pada pernyataan ini terdapat peserta didik yang sangat setuju sejumlah 16,7%. Dan peserta didik yang memilih setuju saja lebih banyak yaitu 73,3% peserta didik dari jumlah keseluruhan. Dengan pernyataan ini, peserta didik kelas XII SMA Negeri 21 Surabaya mengatakan bahwa banyak dari teman-teman mereka yang menggemari cabang olahraga permainan ini yaitu bulutangkis. Dikarenakan bulutangkis ini bisa memberikan efek positif bagi psikis yang melakukan permainan bulutangkis dengan senang hati. Sehingga mereka akan bertambah sehat karena pada saat melakukannya juga dengan hati yang gembira.

Berdasarkan pernyataan yang diberikan kepada peserta didik yang berbunyi “sangat bersemangat saat melakukan aktivitas olahraga dalam bentuk permainan bulutangkis”. Pada pernyataan ini peserta didik mengatakan bahwa saat melakukan olahraga permainan yaitu bulutangkis, mereka merasakan gembira sehingga pada saat berjalannya permainan bulutangkis, mereka melakukan dengan semangat yang tinggi. Dengan begitu mereka akan sangat senang jika pada permainan bulutangkis ini mendapatkan kemenangan. Pada pernyataan tersebut terdapat peserta didik yang sangat setuju sejumlah 43,3% peserta didik dari jumlah keseluruhan. Dan adapun peserta didik yang hanya setuju terhadap pernyataan ini sebanyak 50% peserta didik dari jumlah keseluruhan.

Peserta didik kelas XII SMA Negeri 21 Surabaya menerima dengan baik pada saat guru PJOK menyampaikan materi tentang permainan bulutangkis. Peserta didik yang sangat setuju terhadap pernyataan ini yaitu 26,7% peserta didik. Dan peserta didik yang setuju saja terhadap pernyataan ini yaitu sebanyak 73,3% peserta didik dari jumlah keseluruhan. Peserta didik mengatakan bahwa materi tentang permainan bulutangkis ini penting dipahami agar pada saat melakukan permainannya peserta didik bisa mengetahui teknik – teknik apa saja dan peraturan apa

saja yang terdapat pada permainan bulutangkis.

Berdasarkan pernyataan “olahraga bulutangkis adalah olahraga yang menyenangkan”. Peserta didik yang sangat setuju dengan pernyataan ini yaitu sebanyak 50% peserta didik. Dan yang memilih setuju saja dengan pernyataan ini yaitu sebanyak 15 atau 50%. Pada pernyataan ini peserta didik mengatakan bahwa olahraga permainan bulutangkis ini bisa menjadi pilihan untuk mencari hiburan. Disamping hiburan yang menyenangkan ini peserta didik juga mendapatkan nilai positif karena meningkatnya kesehatan mereka. Adapun pernyataan yang berbunyi “Bulutangkis adalah olahraga permainan yang digemari masyarakat di lingkungan tempat tinggal”. Terdapat peserta didik yang sangat setuju dengan pernyataan ini sebanyak 40%. Dan peserta didik yang memilih setuju saja dengan pernyataan ini sama jumlahnya dengan yang sangat setuju, yaitu 40% peserta didik dari jumlah keseluruhan. Peserta didik mengatakan bahwa olahraga ini sering diadakan di lingkungan mereka, dikarenakan olahraga ini adalah olahraga yang sangat populer dimasyarakat, sehingga memunculkan rasa suka terhadap olahraga bulutangkis. Dengan adanya pandemi covid-19 yang mempengaruhi berkurangnya aktivitas fisik dan peningkatan tingkat duduk diam akibat covid-19 pengurangan di rumah (Bentlage, et.al., 2020). Olahraga permainan bulutangkis dianggap olahraga permainan yang menyenangkan oleh peserta didik SMA Negeri 21 Surabaya sebagai olahraga untuk dijadikan aktivitas fisik sehari - hari.

Berdasarkan pernyataan “Dengan adanya pandemi covid-19 ini aktivitas olahraga sedikit terganggu”. Terdapat peserta didik yang sangat setuju pada pernyataan tersebut yaitu 36,7%. Dan adapun peserta didik yang setuju saja yaitu 40% peserta didik dari jumlah keseluruhan. Peserta didik mengatakan bahwa pembatasan aktivitas di luar rumah yang menghambat peserta didik untuk melakukan olahraga di luar rumah. Dan dengan pernyataan “Bulutangkis adalah olahraga yang sering dilakukan pada masa pandemi covid-19 ini”. Ada sejumlah 46,7% peserta didik dari jumlah keseluruhan yang menyetujui dengan pernyataan tersebut. Peserta didik mengatakan bahwa, olahraga bulutangkis ini yang mudah untuk dilakukan setiap harinya. Karena bisa dilakukan dimana saja dan tidak harus di dalam gedung. Pada pernyataan “memilih olahraga bulutangkis sebagai kegiatan rutin pada masa pandemi covid-19”. Ada sejumlah 63,3% peserta didik dari jumlah keseluruhan yang menyetujui dengan pernyataan tersebut. Peserta didik mengatakan bahwa pada cabang olahraga permainan yaitu bulutangkis ini, banyak dijadikan suatu pilihan olahraga. dimana olahraga ini yang tentunya sangat populer

dimasyarakat serta olahraga yang menyenangkan bagi masyarakat.

Pada pernyataan “Walaupun sekarang sedang terjadi pandemi covid-19, harus tetap melakukan aktivitas olahraga secara rutin”. Sejumlah 66,7% peserta didik dari jumlah keseluruhan menyetujui pernyataan tersebut. Peserta didik mengatakan, walau pada saat ini sedang terjadi pandemi covid-19. untuk tetap menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh, peserta didik tetap membuat jadwal rutin untuk melakukan olahraga guna menjaga dan meningkatkan kesehatannya. (Setyaningrum, 2020) mengatakan bahwa pentingnya menjaga hidup sehat dan berbagai manfaat positif dari olahraga rutin, dikarenakan olahraga rutin juga akan memberikan efek positif terhadap metabolisme dan imun tubuh. Selain itu, kebiasaan olahraga juga dapat menjaga keseimbangan psikologis selama masa pandemi (Herdyanto, et al., 2020).

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan uraian data di atas dapat disimpulkan bahwa motivasi pembelajaran jasmani pada peserta didik kelas XII SMA Negeri 21 Surabaya sangat berpengaruh terhadap semangat peserta didik dalam melakukan setiap aktivitas olahraga di rumah. Mengingat saat ini sedang terjadi pandemi covid-19 yang mengganggu pembelajaran PJOK di sekolah, sehingga peserta didik harus melakukan pembelajaran PJOK melalui tatap maya atau online. Mengingat pentingnya menjaga kesehatan dan kebugaran jasmani Pada masa pandemi covid-19. peserta didik kelas XII SMA Negeri 21 Surabaya memilih bulutangkis sebagai aktivitas fisik yang dapat dilakukan sehari-hari, dikarenakan peserta didik kelas XII SMA Negeri 21 Surabaya menganggap bahwa cabang olahraga permainan bulutangkis adalah aktivitas fisik atau olahraga yang menyenangkan.

Dengan rasa gembira saat melakukan olahraga permainan bulutangkis, peserta didik kelas XII SMA Negeri 21 Surabaya akan selalu termotivasi untuk melakukan aktivitas fisik yang berupa permainan bulutangkis. Dengan begitu peserta didik kelas XII SMA Negeri 21 Surabaya bisa tetap menjaga kesehatan dan kebugaran jasmaninya melalui aktivitas fisik berupa permainan bulutangkis yang menyenangkan.

Saran

Berdasarkan uraian hasil penelitian di atas, adapun saran yang dapat dikemukakan sesuai hasil penelitian, pembahasan dan simpulan sebagai berikut:

1. Guru dapat memberikan beberapa variasi

permainan bulutangkis dalam proses pembelajaran pada saat pembelajaran online agar peserta didik lebih senang dan termotivasi untuk mengikuti proses pembelajaran.

2. Peserta didik dapat mengembangkan dan meningkatkan pengetahuan kebugaran jasmani dan keterampilan dalam bermain bulutangkis dengan teman di rumah sesuai materi yang dijelaskan guru PJOK saat pembelajaran online.
3. Peneliti berharap pada masa pandemi covid-19 ini, peserta didik rutin dalam melakukan aktifitas fisik untuk menjaga kebugarannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhe, K. R., Maulidiya, R., Al Ardha, M. A., Saroinsong, W. P., & Widayati, S. (2020). Learning during the Covid-19 pandemic: correlation between income levels and parental roles. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 293-302.
- Anwar, M. (2015). *Filsafat pendidikan*. Jakarta, Kencana pernada media group.
- Aprilia, K. N., Kristiyanto, A., & Doewes, M. (2018). *Studi Evaluasi Latihan Kondisi Fisik Pada Atlet Bulutangkis Pemusatan Pendidikan Dan Latihan Olah Raga Pelajar (Pplop) Jawa Tengah Tahun 2017/2018. Proceeding of The URECOL*, 35-48.
- Bentlage, E., Ammar, A., How, D., Ahmed, M., Trabelsi, K., Chtourou, H., & Brach, M. (2020). *Practical recommendation for maintaining active lifestyle during the COVID-19 pandemic: a systematic literature review. International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(17), 6265.
- Chen, B., Mok, D., Lee, WC, & Lam, WK (2015). Program *pengkondisian* bertahap dengan intensitas tinggi untuk meningkatkan respons latihan dan kinerja kelincahan pemain bulu tangkis dengan nyeri lutut. *Terapi Fisik dalam Olahraga*, 16 (1), 80-85.
- Effendi, H. (2016). *Peranan psikologi olahraga dalam meningkatkan prestasi atlet*. NUSANTARA: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial, 1(1)
- Firmansyah, U. (2013). *Keterampilan Bermain Bulutangkis Ditinjau Dari Unsur Fisik Dominan Dalam Bulutangkis Pada Pemain Tunggal Anak Putra Persatuan Bulutangkis Purnama Surakarta*. Sebelas Maret University.
- Herdyanto, Y., Al Ardha, M. A., Agustia, D., Sholikhah, A. M. A., & Fathir, L. W. (2020, December). *Mental Health Condition During COVID-19 Pandemic in Trained and Non-Trained Adults*. International Joint Conference

- on Arts and Humanities (IJCAH 2020) (pp. 1430-1438). Atlantis Press.
- Kristiyandaru, A., Al Ardha, M. A., Priambodo, A., & Yang, C. B. (2020). Pre-Service Physical Education Teachers' Perspective on the Learning Effectiveness in Three Different Learning Settings. In *Proceeding ICOPESH (International Conference on Physical Education, Sport, and Health)* (pp. 6-9).
- Randy, I. I. M. (2017). *Pengaruh Media Audio Visual (Video) Terhadap Hasil Pukulan Service Panjang Pada Bulutangkis* (Studi Pada Siswa Ekstrakurikuler Bulutangkis Sma 17 Agustus Surabaya). *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 5(1).
- MacLeod, K., Causton, J. N., Radel, M., & Radel, P. (2017). Rethinking the Individualized Education Plan process: voices from the other side of the table. *Disability & Society*, 32(3), 381-400.
- Mohamad, I., Budiman, D., & Suhendi, H. (2016). Penerapan Modifikasi Alat Untuk Meningkatkan Keterampilan Bermain Bulutangkis. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 1(2), 68-76.
- Pane, B. S. (2015). Peranan Olahraga Dalam Meningkatkan Kesehatan. *Jurnal pengabdian kepada masyarakat*, 21(79), 1-4.
- Rubianto, H. (2013). Pengaruh Sarana Prasarana Penjas Dan Gaya Kepemimpinan Kepala Sekolah Terhadap Kinerja Guru Penjas (Studi pada Guru Penjasorkes SD di UPTD Pendidikan Kecamatan Cimaragas). *Administrasi Pendidikan: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pascasarjana*, 1(1), 45-50.
- Rustiana, E. R. (2011). Efek Psikologis dari Pendidikan Jasmani ditinjau dari Teori Neurosains dan Teori Kognitif Sosial. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 1(2).
- Setyaningrum, D. A. W. (2020). Pentingnya olahraga selama pandemi COVID-19. *Jurnal Biomedika dan Kesehatan*, 3(4), 166-168.
- Sheng, W. Y., Ginanjar, A., & Wei, G. T. (2020). The Effects of Teaching Badminton Practice on Improving Badminton Capabilities of Sports Department Students. *European Journal of Molecular & Clinical Medicine*, 7(1), 3853-3866.
- Siahaan, M. (2020). Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Dunia Pendidikan. *Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Dunia Pendidikan, Ubharajaya*, 20(2).
- Subarjah, H. (2012). Latihan kondisi fisik. *Diperoleh tanggal*, 12.
- Sudirjo, E., & Alif, M. N. (2018). *Pertumbuhan dan Perkembangan Motorik: Konsep Perkembangan dan Pertumbuhan Fisik dan Gerak Manusia*. Bandung : UPI Sumedang Press.
- Sujarwo, S., Suharjana, S., Rachman, H. A., & Al Ardha, M. A. (2021). The Development of Physical Education Learning Models for Mini-Volleyball to Habituate Character Values among Elementary School Students. *Sport Mont*, 19(2), Ahead-Of.
- Suyuti, M. (2019). Peranan Layanan Bimbingan Keluarga Melalui Pendidikan Karakter Dalam Keluarga. *EduPsyCouns: Journal of Education, Psychology and Counseling*, 1(1), 35-59.
- Ramadhan, B. W. (2019). *Penerapan Metode Pembelajaran Mandiri Berstruktur Dan Metode Resiprokal Terhadap Hasil Belajar Servis Pendek Bulutangkis*. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 7(3).
- Wardani, U. S. (2020). *Kreativitas Guru Ips Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VII-D Di Smp Kartika XIX-2 Bandung Pada Masa Pandemi Covid-19 (Studi Deskriptif Kualitatif Pada Kelas VII-D di SMP Kartika XIX-2 Bandung)* (Doctoral dissertation, Universitas Pendidikan Indonesia).