



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 5 Nomor 3 Tahun 2025 Page 6253-6261

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

## Optimalisasi Media Pembelajaran PJOK Digital terhadap Motivasi Belajar Siswa Sekolah Dasar 4 Tamanwinangun

Wulan Azva Diana<sup>1✉</sup>, Any Budiarti<sup>2</sup>, Rian Triprayogo<sup>3</sup>

(1,3) Universitas Sultan Ageng Tirtayasa,

(2) Dinas Pendidikan Kepemudaan dan Olahraga Kebumen

Email: [wulan.azva@untirta.ac.id](mailto:wulan.azva@untirta.ac.id)<sup>1✉</sup>

### Abstrak

Media pembelajaran digital yang interaktif seharusnya dapat memberikan kontribusi dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani untuk menyampaikan materi baik pengetahuan dan keterampilan dengan baik, akan tetapi penggunaan media pembelajaran digital masih belum dimanfaatkan dengan baik dan belum digunakan secara optimal. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa optimal media pembelajaran penjas digital terhadap motivasi belajar siswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan *one group pretest-posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SDN 4 Tamanwinangun. Partisipan penelitian ini adalah siswa dengan jumlah 121. Dengan bantuan SPSS 22, dengan taraf signifikansi  $\alpha=0,05$ , pendekatan analisis data dapat dilakukan. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan motivasi belajar memiliki nilai t hitung (12,865) > t tabel (1,045), sehingga peneliti menyimpulkan bahwa siswa SDN 4 Tamanwinangun Gugus Tamansari Kebumen lebih termotivasi belajar jika menggunakan media pembelajaran digital pada kelas PJOK, dengan rata-rata peningkatan dari 102,49 menjadi 122,44.

**Kata kunci:** *Motivasi Belajar, Siswa, Penjas*

## Abstract

Interactive digital learning media should be able to contribute to the physical education learning process by effectively conveying both knowledge and skills. However, the use of digital learning media has not been utilized properly and has not been used optimally. The purpose of this study was to determine the optimality of digital physical education learning media on students' learning motivation. This study used a quantitative approach with a one group pretest-posttest design. The population in this study were students of SDN 4 Tamanwinangun. The participants in this study were 121 students. With the help of SPSS 22, with a significance level of  $\alpha=0.05$ , data analysis could be carried out. The results of the study showed an increase in learning motivation with a calculated t-value (12.865) > t-table (1.045), leading the researcher to conclude that students at SDN 4 Tamanwinangun Gugus Tamansari Kebumen are more motivated to learn when using digital learning media in physical education classes, with an average increase from 102.49 to 122.44.

**Keywords:** *Learning Motivation, Students, Physical Education*

## PENDAHULUAN

Pendidikan menjadi bagian penting bagi suatu negara yang secara tidak langsung dapat membuat individu terlibat melakukan upaya yang disengaja dan sistematis untuk belajar dengan cara yang menarik, efisien, dan berhasil; dapat membantu mereka mencapai tujuan pembelajaran dan memenuhi potensi setiap individu (Rahman et al., 2022). Pendidikan meletakkan dasar untuk mengembangkan karakter dan keterampilan seseorang untuk menghadapi perubahan yang semakin kompleks (Nikmatulaili et al., 2023). Pendidikan juga dapat membantu individu mengembangkan kepribadian dengan memberikan tidak hanya fakta dan angka tetapi juga standar, disiplin, sikap sosial, dan nilai-nilai lainnya (Aini et al., 2024). Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), merupakan salah satu komponen penting dalam pendidikan yang memungkinkan siswa dapat mengekspresikan diri melalui aktivitas fisik. Neurologi anak-anak, perkembangan muskuloskeletal, kecerdasan emosional, dan keterampilan sosial dapat diperoleh dari salah satu manfaat pendidikan jasmani (Bete & Saidjuna, 2022). Pendidikan jasmani bukan menjadi tujuan akhir, akan tetapi pendidikan jasmani dapat menjadi alat yang ampuh dalam meningkatkan kesehatan serta kebugaran, dengan mengajarkan anak-anak pelajaran yang berharga seperti gaya hidup yang sehat, ketekunan, kejujuran, sportivitas, tanggung jawab, kerja sama tim, rasa hormat terhadap otoritas, dan kebaikan (Sitompul et al., 2024). Oleh karena itu, mata pelajaran pendidikan jasmani pada sekolah dasar (SD) mencakup

pengetahuan, permainan, aktivitas fisik rekreasi yang menyenangkan dan dapat dinikmati siswa saat mereka belajar (Pramadya Hardiansyah Putera et al., 2023).

Pendidikan jasmani pada saat ini, sudah mulai berkembang dan mulai menuju proses transisi dari pembelajaran konvensional menuju pembelajaran berbasis digital dengan memanfaatkan perubahan nyata yang diajarkan dan dipelajari sebagai hasil dari kemajuan teknologi dalam beberapa dekade terakhir (Suparmini et al., 2024). Materi pembelajaran digital terutama dalam pendidikan penjas dapat berupa video tutorial ataupun games yang dilakukan dengan menggunakan platform interaktif agar dapat menarik perhatian siswa, mendorong eksplorasi, dan menumbuhkan kecintaan seumur hidup terhadap pengetahuan terutama penjas. Dengan adanya implementasi teknologi siswa dapat lebih aktif terlibat dalam pembelajaran untuk evaluasi yang realistis dan umpan balik langsung, agar pembelajaran pendidikan jasmani relevan bagi siswa masa kini. Berbagai bentuk multimedia perlu diintegrasikan agar siswa dari segala usia dapat memperoleh manfaat dari materi pembelajaran yang menarik, interaktif, dan mudah beradaptasi. Diyakini bahwa guru akan dapat menyampaikan materi dengan lebih baik dan lebih efisien dengan menggunakan alat pembelajaran digital (Hafis et al., 2022).

Guru saat ini diharapkan tidak hanya menyampaikan materi pelajaran yang berkualitas tinggi, tetapi juga menunjukkan kreativitas dan inovasi di kelas. Selain guru yang menyampaikan materi, ada komunikasi dua arah antara guru dan siswa agar proses pembelajaran dapat tercapai sesuai dengan tujuan pembelajaran. Salah satu cara untuk melakukannya adalah dengan memotivasi dan menginspirasi siswa untuk terlibat aktif dalam proses pembelajaran dengan upaya memanfaatkan teknologi (Emda, 2018). Faktanya, perhatian siswa berkurang dan hasil belajar mereka mungkin terpengaruh karena guru masih kesulitan menyampaikan materi pembelajaran dengan memanfaatkan media digital secara maksimal (Khairani et al., 2022). Pembelajaran di SDN Tamanwinangun 4 berdasarkan observasi dan wawancara yang dilakukan menunjukkan masih ada siswa yang kurang antusias dan kurang bersungguh-sungguh dalam mengikuti pembelajaran, ada beberapa siswa yang kurang memperhatikan guru saat guru memberikan instruksi, aktivitas yang diberikan terlalu monoton atau repetitif. Media pembelajaran seperti video tutorial, games, platform interaktif seharusnya dapat memberikan kontribusi dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani untuk menyampaikan materi baik pengetahuan dan keterampilan, akan tetapi penggunaan media pembelajaran digital masih belum dimanfaatkan dengan baik oleh guru dan belum digunakan secara optimal. Oleh karena itu, penulis ingin mengetahui optimalisasi media pembelajaran pjok digital terhadap motivasi belajar siswa.

Guru saat ini diharapkan tidak hanya menyampaikan materi pelajaran yang berkualitas tinggi, tetapi juga menunjukkan kreativitas dan inovasi di kelas. Selain guru yang menyampaikan materi, ada komunikasi dua arah antara guru dan siswa agar proses pembelajaran dapat tercapai sesuai dengan tujuan pembelajaran. Salah satu cara untuk melakukannya adalah dengan memotivasi dan menginspirasi siswa untuk terlibat aktif dalam proses pembelajaran dengan upaya memanfaatkan teknologi (Emda, 2018). Faktanya, perhatian siswa berkurang dan hasil belajar mereka mungkin terpengaruh karena guru masih kesulitan menyampaikan materi pembelajaran dengan memanfaatkan media digital secara maksimal (Khairani et al., 2022). Pembelajaran di SDN Tamanwinangun 4 berdasarkan observasi dan wawancara yang dilakukan menunjukkan masih ada siswa yang kurang antusias dan kurang bersungguh-sungguh dalam mengikuti pembelajaran, ada beberapa siswa yang kurang memperhatikan guru saat guru memberikan instruksi, aktivitas yang diberikan terlalu monoton atau repetitif. Media pembelajaran seperti video tutorial, games, platform interaktif seharusnya dapat memberikan kontribusi dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani untuk menyampaikan materi baik pengetahuan dan keterampilan, akan tetapi penggunaan media pembelajaran digital masih belum dimanfaatkan dengan baik oleh guru dan belum digunakan secara optimal. Oleh karena itu, penulis ingin mengetahui optimalisasi media pembelajaran pjok digital terhadap motivasi belajar siswa.

## METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan metode kuantitatif dengan *one group pre-test post-test design* jenis penelitian yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh perlakuan terhadap subjek penelitian dengan cara membandingkan hasil sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok yang sama (Sugiyono,2024). Desain ini hanya menggunakan satu kelompok sebelum diberikan perlakuan, kelompok tersebut diberi *pretest* untuk mengetahui kondisi awal. Setelah itu diberikan perlakuan, dan diukur kembali melalui *posttest*. Riset dalam penelitian ini berlokasi di SD 4 Tamanwinangun, Kabupaten Kebumen Jawa Tengah, pada bulan Januari sampai Februari 2025. Subjek penelitian ini adalah setiap siswa kelas III sampai kelas VI (*purposive sampling*) yang mengikuti pembelajaran penjas di SDN Tamanwinangun 4. Dengan memberikan angket motivasi kepada siswa dengan jumlah 121. Pengujian tes dan pengukuran merupakan cara pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini. Pada waktu menjelang pelaksanaan pretest dan posttest. Metode kuantitatif SPSS 22 digunakan dalam penelitian ini untuk analisis data, dengan ambang signifikansi  $\alpha=0,05$ .

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan data awal dan akhir yang dikumpulkan dari partisipasi siswa dalam pembelajaran PJOK, penelitian ini menemukan bahwa siswa SDN 4 Tamanwinangun Gugus Tamansari sangat termotivasi untuk belajar.

### 1. Data Motivasi awal (Prettest)

Seperangkat data awal dikumpulkan dari keinginan siswa untuk berpartisipasi dalam pembelajaran PJOK. Sebuah anget dengan 40 item pernyataan yang diberi skor dari 1 hingga 4 digunakan untuk tujuan ini. Tabel di bawah ini menampilkan statistik yang berkaitan dengan data pertama yang dikumpulkan untuk penelitian motivasi siswa:

Tabel 1. Statistic Data Awal Motivasi Siswa

Statistik	
N	121
Mean	102,49
Median	102
Mode	101
Std, Deviation	3,73
Minimum	93

Temuan penelitian dideskripsikan menurut setiap kategori yang diantisipasi, khususnya:

Temuan penelitian mengungkapkan bahwa, dalam hal pembelajaran PJOK, motivasi siswa di SDN 4 Tamanwinangun Gugus Tamansari yang telah dilaksanakan menunjukkan bahwa rata-rata motivasi pada saat awal menunjukkan angka yaitu 102.49.

## 2. Motivasi Data Akhir

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan kuesioner dengan 40 item pernyataan yang diberi skor 1 sampai 4 untuk mengumpulkan data tentang motivasi siswa di SDN 4 Tamanwinangun Gugus Tamansari untuk mengikuti pembelajaran PJOK. Berikut ini adalah tabel yang menampilkan temuan statistik dari penelitian motivasi data:

Tabel 2. Statistic data motivasi (data akhir)

Statistik	
N	121
Mean	112,45
Median	111
Mode	107
Std, Deviation	10,96
Minimum	98
Maximum	134

Temuan penelitian dideskripsikan menurut setiap kategori yang diharapkan, yaitu:

Berdasarkan temuan penelitian, terlihat bahwa siswa di SDN 4 Tamanwinangun Gugus Tamansari secara umum termotivasi untuk mengikuti pembelajaran PJOK yang telah dilaksanakan menunjukkan bahwa rata-rata motivasi pada saat awal menunjukkan angka yaitu 102.49. Dan secara umum mengalami peningkatan rata-rata dari data awal menjadi 112.45.

## 3. Uji Normalitas

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan uji normalitas untuk melihat apakah distribusinya normal. Uji Kolmogorov-Smirnof digunakan untuk menentukan apakah penelitian ini normal. Saat menguji kenormalan distribusi, nilai p lebih dari 0,05 (tingkat keyakinan 5%) digunakan untuk menyatakan distribusi normal, sedangkan nilai p kurang

dari 0,05 (tingkat keyakinan 5%) diklasifikasikan sebagai abnormal. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Z	P	Sig 5 %	Keterangan	
Motivasi	Pretest	1,304	0,067	0,05	Normal
	Posttest	1,248	0,089	0,05	Normal

Jelas dari temuan pada tabel di atas bahwa data motivasi yang dikumpulkan memiliki nilai p lebih besar dari 0,05. Oleh karena itu, dapat diasumsikan bahwa data penelitian mengikuti distribusi normal.

#### 4. Uji Statistik

Untuk menentukan apakah varians sampel mewakili keseluruhan populasi, peneliti menggunakan uji homogenitas. Jika F hitung < F tabel test dinyatakan homogen, jika F hitung > F tabel test, maka uji tersebut dianggap tidak homogen. Tabel berikut menampilkan hasil uji homogenitas penelitian:

Tabel 4. Hasil Uji Statistik

Test	df	F tabel	F hit	P	Keterangan
Motivasi	1:240	3,89	1,103	0,110	Homogen

Hasil uji homogenitas menunjukkan bahwa varians bersifat homogen, karena nilai F hitung untuk data motivasi lebih kecil dari nilai F tabel (3,89).

#### 5. Uji t

Tujuan uji t dalam penelitian ini adalah untuk menunjukkan tingkat partisipasi pembelajaran penjas terhadap motivasi belajar siswa di klaster Tamansari Kebumen. Hasil analisis uji-t dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 5. Hasil Uji t

Pretest – posttest	df	t <sub>tabel</sub>	t <sub>hitung</sub>	P	Sig 5 %
Motvasi	120	1,045	12,865	0,000	0,05

Berdasarkan hasil analisis uji-t yang menunjukkan bahwa nilai t hitung (12,865) > t tabel (1,045) dan nilai p (0,000) < 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa optimalisasi media

pembelajaran digital di gugus Tamansari Kebumen dapat meningkatkan motivasi belajar siswa untuk mengikuti pembelajaran PJOK. Indikator peningkatan motivasi selanjutnya adalah peningkatan dari 102,49 pada data awal menjadi 112,44 pada data akhir.

## Pembahasan

### Kondisi Motivasi Belajar

Kunci keberhasilan pendidikan adalah pembelajaran, yang merupakan hubungan dua arah antara pendidik (instruktur/guru) dan pembelajar (siswa) yang saling menguntungkan. (Hilda, 2023) Ketika terjadi komunikasi antara instruktur dan siswa, kedua belah pihak akan memperoleh manfaat dari proses pembelajaran. Keterlibatan dan antusiasme siswa dalam belajar merupakan indikatornya. Sumber belajar, khususnya yang bersifat digital, harus dimanfaatkan secara optimal di era teknologi yang semakin maju ini agar siswa dapat lebih mudah menyerap dan mengaplikasikan ilmu yang disampaikan oleh pengajar. (Raj et al., 2025)

Mayoritas siswa di SD gugus Tamansari masih dinilai memiliki tingkat motivasi yang sebagian besar berkategori cukup, menurut temuan penelitian. Berdasarkan temuan tersebut, keinginan instrinsik siswa untuk mengikuti proses pembelajaran PJOK masih belum stabil dan jauh dari ideal. Penting untuk memikirkan apa yang dapat memotivasi siswa untuk belajar, berkonsentrasi, mengatur, dan mengerjakan tugas-tugas yang berhubungan dengan pembelajaran sebagai bagian dari proses pembelajaran. Dengan peningkatan motivasi rata-rata dari 102,49 pada data awal menjadi 112,44 pada data akhir dengan peningkatan motivasi diperoleh nilai  $t_{hitung} (12,865) > t_{tabel} (1,045)$ , hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa di gugus Tamansari Kebumen lebih termotivasi untuk belajar ketika mereka mengikuti pembelajaran PJOK, dimana guru menggunakan media pembelajaran berbasis digital.

Salah satu faktor yang menentukan seberapa baik seseorang belajar adalah tingkat motivasi seseorang, yang memainkan peran penting dalam pembelajaran dan, khususnya, PJOK. Pertumbuhan ini sebagian disebabkan oleh fakta bahwa para pendidik menjadi lebih mahir dalam menggunakan alat pembelajaran digital. Pada saat terbaiknya, para pendidik membimbing siswa lebih dekat saat mereka belajar dengan mengajukan pertanyaan yang dirancang untuk membuat mereka berpikir dan menjawab. Karena siswa jauh lebih termotivasi oleh kemampuan para pengajar untuk berpikir kreatif dan inovatif, hal ini sangat penting. Karena siswa adalah orang-orang unik dengan tingkat perkembangan kognitif yang berbeda, mereka membutuhkan instruksi eksplisit dari orang dewasa untuk mencapai potensi akademis mereka sepenuhnya.

## Peningkatan Motivasi Belajar

Meningkatkan dorongan motivasi belajar siswa dalam lingkungan di mana instruktur dapat fokus pada seluruh spektrum perkembangan siswa, dari sifat individu hingga strategi kelas dan materi tambahan. Selain itu, ada metode yang dapat digunakan untuk meningkatkan motivasi belajar, seperti: (1) isyarat verbal, (2) behavioral/perilaku, (3) isyarat intensif, (4) visualisasi (imajinasi), (5) intimidasi, (6) self-talk, dan (7) isyarat ritual/berupa perilaku.

## SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan terdapat temuan yang telah dilakukan pada Sekolah Dasar Negeri 4 Tamanwinangun menunjukkan bahwa penggunaan dari media pembelajaran pendidikan jasmani berbasis digital memberikan pengaruh dalam motivasi belajar siswa. Media pembelajaran dengan menggunakan video tutorial, platform interaktif dan games online efektif dalam meningkatkan motivasi belajar siswa yang telah dimanfaatkan oleh guru dengan baik. Dapat dilihat dari hasil motivasi awal sebelum dilakukan perlakuan dengan setelah mendapatkan perlakuan terdapat peningkatan rata-rata dari 102,49 pada data awal menjadi 112,44 pada data akhir, berkat penggunaan media pembelajaran digital. Hal ini dikonfirmasi oleh fakta bahwa nilai  $t$  hitung (12,865) >  $t$  tabel (1,045).

## DAFTAR PUSTAKA

- Aini, F. Q., Yuli, R., Hasibuan, A., & Gusmaneli, G. (2024). Pendidikan Karakter Sebagai Landasan Pembentukan Generasi Muda. 3(4).
- Bete, D. T., & Saidjuna, M. K. (2022). Implementasi Permainan Tradisional Benteng Dalam Pembelajaran Penjas Terhadap Pembentukan Perilaku Sosial Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan*, 5(2), 70–79. <http://ejournal.upg45ntt.ac.id/index.php/ciencias/index>
- Emda, A. (2018). Kedudukan Motivasi Belajar Siswa Dalam Pembelajaran. *Lantanida Journal*, 5(2), 172. <https://doi.org/10.22373/lj.v5i2.2838>
- Hafis, C., Ashari, A., & Ngazizah, N. (2022). Multimedia Interaktif Berbasis Literasi Sains dan Karakter Bagi Siswa Sekolah Dasar. *Edukasiana: Jurnal Inovasi Pendidikan*, 1(4), 246–252. <https://doi.org/10.56916/ejip.v1i4.196>
- Hilda, E. M. (2023). Membangun Koneksi Emosional: Pentingnya Hubungan Guru-Murid dalam Proses Pembelajaran. *Jurnal Inovasi Pembelajaran Di Sekolah*, 4(2), 241–245.

<https://doi.org/10.51874/jips.v4i2.100>

- Khairani, L., Ardhan, F., Junnanda, Rambe, D. N. S., & Romadhon, F. A. (2022). Motivasi Belajar Siswa Man Binjai Pada Pembelajaran Daring Di Masa Pandemi Covid-19. *Algebra : Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Sains*, 2(3), 146–149. <https://doi.org/10.58432/algebra.v2i3.570>
- Nikmatulaili, N., Rifma, R., & Syahril, S. (2023). Peran Guru dalam Pembentukan Karakter Peserta Didik. *Journal of Education and Instruction (JOEAI)*, 6(1), 262–269. <https://doi.org/10.31539/joeai.v6i1.5696>
- 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>
- Rahman, A., Munandar, S. A., Fitriani, A., Karlina, Y., & Yumriani. (2022). Pengertian Pendidikan, Ilmu Pendidikan dan Unsur-Unsur Pendidikan. *Al Urwatul Wutsqa: Kajian Pendidikan Islam*, 2(1), 1–8.
- Raj, D., Khanal, J., Prasad, K., & Chapai, S. (2025). The impact of digital resource utilization on student learning outcomes and self-efficacy across different economic contexts : A comparative analysis of PISA , 2022 *International Journal of Educational Research Open The impact of digital resource utilizat. International Journal of Educational Research Open*, 8(January), 100443. <https://doi.org/10.1016/j.ijedro.2025.100443>
- Sitompul, P., Pablo, D., & Marbun, D. (2024). PERAN PENDIDIKAN JASMANI DALAM PEMBENTUKAN KARAKTER. 8(6), 784–789.
- Sugiyono. (2024). *Metodologi Penelitian Eksperimen Pendekatan Kuantitatif, Kombinasi dan RnD*. Bandung: Alfabeta
- Suparmini, K., Suwindia, I. G., & Winangun, I. M. A. (2024). Gamifikasi untuk meningkatkan motivasi belajar siswa di era digital. 5(2), 145–148.