

**UPAYA MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA
MELALUI KEGIATAN PERMAINAN KECIL DALAM
PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI
(Penelitian Tindakan Kelas pada Siswa Kelas X SMA Labschool
Cirendeu)**



RAMADHANI AZKANOFARABY

1601622122

Skripsi yang Disusun untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh

Gelar Sarjana Pendidikan

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2026

**UPAYA MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA MELALUI
KEGIATAN PERMAINAN KECIL DALAM PEMBELAJARAN
PENDIDIKAN JASMANI
(Penelitian Tindakan Kelas pada Siswa Kelas X SMA Labschool Cirendeu)**

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan motivasi belajar siswa kelas X SMA Labschool Cirendeu melalui penerapan metode permainan kecil dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani. Fenomena rendahnya motivasi belajar siswa dalam mata pelajaran ini, yang ditandai dengan kurangnya antusiasme, partisipasi aktif, dan kecenderungan cepat bosan, mendorong dilakukannya penelitian tindakan kelas. Metode permainan kecil dipilih karena karakteristiknya yang tidak terikat pada peraturan baku, fleksibel dalam penggunaan alat dan durasi, serta menekankan unsur kesenangan dan interaksi, sehingga berpotensi menciptakan suasana belajar yang lebih menarik dan dinamis. Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas (PTK) model Kurt Lewin yang terdiri dari empat tahapan siklus: perencanaan, tindakan, pengamatan, dan refleksi. Data dikumpulkan melalui angket motivasi belajar (menggunakan skala Likert yang diadopsi dari penelitian terdahulu) dan observasi menggunakan catatan lapangan. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan skor total motivasi belajar siswa dari tahap *pre-test* ke *post-test* siklus I, dan berlanjut pada peningkatan yang lebih baik lagi pada *post-test* siklus II. Peningkatan ini mencakup berbagai aspek motivasi, baik intrinsik (kesehatan, perhatian, minat, bakat) maupun ekstrinsik (metode mengajar, alat pelajaran). Penerapan permainan kecil terbukti efektif dalam menciptakan lingkungan belajar yang lebih menyenangkan, interaktif, dan mendorong partisipasi aktif siswa, sehingga dapat dijadikan sebagai alternatif inovatif dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani.

Kata Kunci: Motivasi Belajar, Permainan Kecil, Pendidikan Jasmani

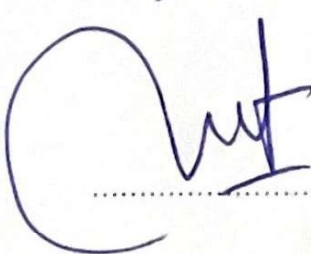
***EFFORTS TO IMPROVE STUDENT LEARNING MOTIVATION THROUGH
SMALL GAME ACTIVITIES IN PHYSICAL EDUCATION LEARNING
(Classroom Action Research on 10th Grade Students of SMA Labschool
Cirendeu)***

ABSTRACT

This study aimed to improve the learning motivation of 10th-grade students at SMA Labschool Cirendeu through the implementation of mini game methods in Physical Education learning. The phenomenon of low student learning motivation in this subject, characterized by a lack of enthusiasm, active participation, and a tendency to get bored easily, prompted this classroom action research. Mini game methods were chosen due to their characteristics of not being bound by standard rules, flexibility in the use of equipment and duration, and emphasis on elements of fun and interaction, thus having the potential to create a more engaging and dynamic learning atmosphere. This research employed the Kurt Lewin model of classroom action research (CAR), consisting of four cyclical stages: planning, action, observation, and reflection. Data were collected through a learning motivation questionnaire (using a Likert scale adapted from previous research) and observations using field notes. The research findings indicated an increase in students' total learning motivation scores from the pre-test to the post-test of cycle I, and a further improvement in the post-test of cycle II. This enhancement encompassed various motivational aspects, both intrinsic (health, attention, interest, talent) and extrinsic (teaching methods, learning materials). The application of mini games proved effective in creating a more enjoyable interactive learning environment that encourages active student participation, thus serving as an innovative alternative in Physical Education learning.

Keywords: *Learning Motivation, Mini Games, Physical Education*

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I		
Dr. Muhammad Gilang Ramadhan, M.Pd NIP. 199402162024061003		20/26 07
Pembimbing II		
Drs. Mustafa Masyhur,,M.Pd NIP. 196201051988030001		20/26 07

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. Dr. Slamet Sukriadi, M.Pd NIP. 198210282015041002	Ketua		24/26 07
2. Dr. Wahyuningtyas Puspitorini, S.Pd, M.Kes NIP. 197205222006042001	Sekretaris		24/26 07
3. Dr. Muhammad Gilang Ramadhan, M.Pd NIP. 199402162024061003	Anggota		20/26 07
4. Drs. Mustafa Masyhur,,M.Pd NIP. 196201051988030001	Anggota		20/26 07
5. Dr. Dena Widyawan, M.Pd NIP. 199002102022031004	Anggota		20/26 07

Tanggal Lulus : 13 JULI 2026

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan oleh orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 13 Juli 2026 Yang
membuat pernyataan,



Ramadhani Azkanofaraby
NIM. 1601622122



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini,
saya:

Nama : Ramadhani Azkanofaraby

NIM 1601622122

Fakultas/Prodi : Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan / Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi

Alamat email : Ramadhaniazz91@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan dan Kearsipan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Disertasi ☐ Lain-lain (...
.....
)

yang berjudul : **UPAYA MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA MELALUI
KEGIATAN PERMAINAN KECIL DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI
(Penelitian Tindakan Kelas pada Siswa Kelas X SMA Labschool Cirendeu)**

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan dan Kearsipan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 27 Juli 2026
Penulis


(Ramadhani Azkanofaraby)

LEMBAR PERSEMBAHAN

Puji syukur peneliti haturkan kepada Allah Subhana Wa Ta'ala atas rahmat, karunia, dan hidayah-Nya sehingga dapat menyelesaikan skripsi dengan baik. Sholawat dan salam kepada Rasulullah Muhammad Shalallahu 'Alaihi Wasallam yang telah menjadi suri tauladan terbaik bagi peneliti. Terima kasih kepada keluarga saya terutama kedua orang tua saya Bapak Nur Ali dan Ibu Ernawati yang senantiasa memberikan doa serta dukungan selama melakukan penelitian dan penulisan skripsi ini. Saya berterima kasih juga kepada kakak dan abang saya karena telah selalu menolong saya baik dari segi material maupun kasih sayang

Bapak Dr. Muhammad Gilang Ramadhan, S.SI., M.Pd Dosen Pembimbing 1 dan Bapak Drs. Mustafa Masyhur,,M.Pd., selaku Dosen Pembimbing 2 yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk saya dalam penyusunan skripsi ini, rasa hormat dan bangga bisa menjadi mahasiswa bimbingan Bapak. Terima kasih atas segalanya dan semoga Bapak selalu di beri kesehatan dan dalam lindungan-Nya.

Keluarga besar Klub Olahraga Prestasi Universitas Negeri Jakarta (KOP ATLETIK UNJ) yang telah menjadi rumah pertama saya dalam memulai perkuliahan ini dan menjadi keluarga baru di sini. Terima kasih banyak atas semua perhatian Pelatih, Senior, dan Junior yang telah banyak memberikan pelajaran, pengalaman, support, bimbingan, dan selalu menginspirasi saya, menerima segala kurang dan lebih yang ada diri saya. Terimakasih atletik 2022, wildan dkk. senantiasa memberikan tumpangan tempat tinggal sehingga saya dapat berkuliah dan menyelesaikan skripsi ini dengan lancar.

Terima kasih banyak kepada Pak parno, pak yongky dan pak doni atas segala arahan dan bimbingannya selama saya melaksanakan PKM di SMA Labschool Cirendeu, terimakasih kepada siswa/siswa kelas X yang membersamai peneliti.

Terimakasih kepada teman-teman PMM 4 UNSRI, Iqbal, Qonita, Ilmi, Aldi Wildan, Erwin dan lorong bang bian team, sesuai jargon nya bertukar sementara bermakna selamanya!. terimakasih telah membersamai peneliti

Bapak dan Ibu seluruh Dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Jakarta, terutama Bapak Dosen Program Studi Pendidikan Jasmani yang telah memberikan ilmu pengetahuan, mendidik, dan membimbing peneliti selama perkuliahan. Rasa hormat dan bangga, peneliti bisa berkesempatan diajarkan dan dibimbing oleh Bapak dan Ibu dosen. Terima kasih banyak dan semoga Bapak dan Ibu selalu dilimpahkan kesehatan, kemudahan, dan dalam lindungan Nya. Seluruh staf Akademik dan Tata Usaha Prodi, Fakultas, dan Perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Jakarta.

KATA PENGANTAR

Puji Syukur Saya panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat rahmat- Nya saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan/Sarjana Olahraga Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Jakarta. Saya menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan Skripsi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada Ibu Prof. Dr. Nofi Marlina Siregar, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta atas kelancaran birokrasi yang di berikan ;

1. Dr. Wahyuningtyas Puspitorini, S.Pd., M.Kes. AIFO selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani.
2. Bapak Dr. Muhammad Gilang Ramadhan, S.SI., M.Pd Dosen Pembimbing 1
3. Bapak Drs. Mustafa Masyhur, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing 2.
4. Dr. Andi Hasriadi Hasyim, S.Pd., M.Pd, selaku validator motivasi dalam penelitian ini.
5. Bapak Drs. Mustafa Masyhur, M.Pd., selaku validator permainan dalam penelitian ini.
6. Ibu Dr. Wahyuningtyas Puspitorini, S.Pd., M.Kes. AIFO selaku Dosen Pembimbing Akademik selama menjadi mahasiswa di Universitas Negeri Jakarta.
7. Bapak Raidil Fitran, M.Pd, selaku kepala sekolah SMA Labschool Cirendeu

8. Bapak Doni Setiawan, M.Pd, selaku validator sebagai guru PJOK SMA Labschool Cirendeu

Keluarga besar KOP Atletik UNJ, yang telah banyak membantu saya, serta seluruh Staf Akademik, Prodi dan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan yang telah banyak membantu dan memudahkan urusan administrasi peneliti. Akhir kata, saya berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan Keolahragaan



DAFTAR ISI

ABSTRAK	ii
<i>ABSTRACT</i>	iii
LEMBAR PERSEMBAHAN	iv
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GRAFIK	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Fokus penelitian	6
C. Rumusan masalah	6
D. Kegunaan hasil penelitian	7
1. Kegunaan teoretis	7
2. Kegunaan praktis	7
BAB II KAJIAN TEORETIK	8
A. Konsep Penelitian Tindakan	8
1. Model Kurt Lewin	10
2. Model Kemmis dan McTaggart	11
3. Model John Elliot	11
4. Model Dave Ebbutt	11
B. Konsep Model Tindakan	13
1. Perencanaan tindakan	13
2. Aksi	14
3. Observasi	14
4. Refleksi	14
C. Kerangka Teoretik	14

1. Hakikat Motivasi.....	14
2. Jenis – Jenis Motivasi.....	16
3. Motivasi Belajar	17
4. Faktor – faktor yang mempengaruhi motivasi belajar.....	18
5. Karakteristik Siswa SMA.....	21
6. Permainan Kecil	23
D. Kerangka Berfikir.....	30
BAB III METODELOGI PENELITIAN	31
A. Tujuan Penelitian.....	31
B. Tempat dan Waktu Penelitian	31
1. Tempat Penelitian	31
2. Waktu Penelitian	31
3. Subjek Penelitian	31
C. Prosedur Penelitian Tindakan.....	32
1. Perencanaan (<i>planning</i>).....	32
2. Tindakan (<i>acting</i>)	33
3. Pengamatan (<i>observing</i>).....	34
4. Refleksi (<i>reflecting</i>).....	34
D. Teknik Pengumpulan Data	34
1. Kisi-Kisi Instrumen.....	34
2. Jenis Instrumen.....	36
3. Validasi Instrumen.....	38
E. Validasi Data.....	39
F. Teknis Analisis Data.....	40
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	44
A. Hasil Penelitian	44
1. Siklus I Pertemuan I	44
2. Siklus I Pertemuan II.....	52
3. Siklus II Pertemuan I.....	60
4. Siklus II Pertemuan II	64

B. Pembahasan.....	72
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	77
A. Kesimpulan.....	77
B. Implikasi.....	78
C. Saran	79
DAFTAR PUSTAKA.....	81
LAMPIRAN	84
RIWAYAT HIDUP	110



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Model Kurt Lewin	13
Gambar 3.1 Format Catatan Lapangan.....	37
Gambar 3.2 Kriteria Presentase Motivasi Belajar.....	41
Gambar 4. 1 Permainan Gandeng Serbu	45
Gambar 4. 2 Permainan Lingkaran Bertahan	53
Gambar 4. 3 Permainan Cone Mania	61
Gambar 4. 4 Permainan Lompat Rantai	65



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 kisi-kisi instrumen kuisioner motivasi belajar siswa	35
Tabel 3.2 Skala Likert Angket Motivasi Belajar Siswa	41
Tabel 4.1 Distribusi Motivasi Belajar Siswa pada Tahap Pretest	47
Tabel 4.2 Distribusi Kategori Motivasi Belajar Siswa pada Tahap Pretest ...	50
Tabel 4.3 Distribusi Motivasi Belajar Siswa pada Tahap Postest I	55
Tabel 4.4 Distribusi Kategori Motivasi Belajar Siswa pada Tahap Postest I	58
Tabel 4.5 Distribusi Motivasi Belajar Siswa pada Tahap Postest II	67
Tabel 4.6 Distribusi Kategori Motivasi Belajar Siswa pada Postest Siklus II	70
Tabel 4.7 Perbandingan Hasil Motivasi Belajar Siswa Pretest, Siklus I, dan Siklus II	75



DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1 Perbandingan tingkat motivasi belajar siswa pada saat pretest dan posttest siklus I	59
Grafik 4.2 Perbandingan tingkat motivasi belajar siswa pada saat posttest I dan posttest II	71
Grafik 4.3 Perbandingan Hasil Motivasi Belajar Siswa Pretest, Siklus I, dan Siklus II	75



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Angket Penelitian	84
Lampiran 2. Prosedur Permainan Kecil Siklus I Pertemuan I	87
Lampiran 3. Prosedur Permainan Kecil Siklus I Pertemuan II	88
Lampiran 4. Prosedur Permainan Kecil Siklus II Pertemuan I	89
Lampiran 5. Prosedur Permainan Kecil Siklus II Pertemuan II	90
Lampiran 6. Daftar Tabulasi Keseluruhan Skor total Siswa	91
Lampiran 7. Daftar Tabulasi Keseluruhan Skor Siswa pada pretest	92
Lampiran 8. Daftar Tabulasi Keseluruhan Skor Siswa postest I	93
Lampiran 9. Daftar Tabulasi Keseluruhan Skor Siswa postest II	94
Lampiran 10. Modul ajar	95
Lampiran 11. Dokumentasi	99
Lampiran 12. Catatan Lapangan	101
Lampiran 13. Surat	105

