

## Motivasi Belajar Siswi pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SDN 236/IX Mendalo Darat

Ricky Anjani<sup>1\*</sup>, Desi Fitriani<sup>2</sup>, Yusuf Hernaldi<sup>3</sup>, Ahmad Safril Nurdianzah<sup>4</sup>, Ely Yuliawan<sup>5</sup>

Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Jambi, Indonesia<sup>12345</sup>

Correspondence author : anjaniricky13@gmail.com<sup>1</sup>

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi tingkat motivasi siswi kelas V dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di SDN 236/IX Mendalo Darat. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif dengan teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner yang terdiri atas 34 butir pernyataan. Indikator motivasi yang diukur meliputi faktor intrinsik, yaitu kesehatan, perhatian, minat, dan bakat, serta faktor ekstrinsik yang mencakup metode mengajar, alat pembelajaran, dan kondisi lingkungan. Teknik analisis data menggunakan statistik deskriptif berupa perhitungan nilai rata-rata, frekuensi, dan persentase untuk setiap kategori motivasi. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 20–21 Oktober 2025 di SDN 236/IX Mendalo Darat, Kecamatan Jambi Luar Kota, Kabupaten Muaro Jambi. Subjek penelitian berjumlah 20 siswi kelas V, terdiri atas 11 siswi kelas VB dan 9 siswi kelas VA. Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi siswi dalam mengikuti pembelajaran PJOK berada pada kategori cukup tinggi dengan nilai rata-rata sebesar 22,50. Faktor intrinsik dan ekstrinsik sama-sama berkontribusi terhadap motivasi belajar, dengan nilai rata-rata masing-masing sebesar 10,50 dan 12,00. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi dan rujukan bagi guru dalam meningkatkan kualitas pembelajaran PJOK di sekolah dasar.

**Kata Kunci:** Motivasi, Pembelajaran PJOK, Siswi Kelas V

### *Student Learning Motivation in Physical Education, Sports, and Health Lessons at SDN 236/IX Mendalo Darat*

#### ABSTRACT

*This study aims to identify the level of motivation of fifth-grade female students in participating in Physical Education, Sports, and Health (PJOK) learning at SDN 236/IX Mendalo Darat. The research method used is quantitative descriptive, with data collection techniques using a questionnaire consisting of 34 statements. The motivation indicators measured include intrinsic factors, namely health, attention, interest, and talent, as well as extrinsic factors, which cover teaching methods, learning tools, and environmental conditions. The data analysis technique uses descriptive statistics in the form of calculating average scores, frequency, and percentages for each motivation category. This research was conducted on October 20–21, 2025, at SDN 236/IX Mendalo Darat, Jambi Luar Kota District, Muaro Jambi Regency. The research subjects consisted of 20 fifth-grade female students, comprising 11 students from class VB and 9 students from class VA. The results of the study indicated that the students' motivation in participating in PJOK lessons was in the fairly high category, with an average score of 22.50. Both intrinsic and extrinsic factors contributed equally to learning motivation, with average scores of 10.50 and 12.00, respectively. The results of*

*this study are expected to serve as evaluation material and a reference for teachers in improving the quality of PJOK learning in elementary schools.*

**Keywords:** *Motivation, PJOK Learning, Fifth-Grade Female Students*

## **PENDAHULUAN**

Pendidikan sangat penting karena ia membantu mengembangkan potensi sumber daya manusia (Makkawaru, 2019). Untuk menjamin kelangsungan hidup saat ini dan di masa depan, pendidikan menjadi kebutuhan dasar bagi setiap orang. Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan harus dapat memenuhi kebutuhan fundamental setiap peserta didik yang terlibat dalam proses tersebut (Habibi & I Ketut Budaya Astra, 2023). Pembelajaran adalah pengalaman pendidikan yang dialami seseorang, berlangsung tanpa henti, dan menjadi bagian dari diri individu. Agar bisa mencapai cita-cita yang diinginkan, pendidikan harus dilaksanakan dengan sebaik-baiknya (Faizah, 2020)

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, atau yang disingkat PJOK, merupakan pelajaran yang krusial dalam kurikulum sekolah dasar (Faisal et al., 2024) PJOK bertujuan untuk meningkatkan kondisi kesehatan, kebugaran, dan keterampilan motorik siswa, sekaligus menanamkan nilai-nilai baik seperti kerjasama, disiplin, dan sportivitas (Kemendikbud, 2013). Namun, kadang-kadang, motivasi siswa dalam mengikuti pelajaran PJOK dapat menjadi masalah bagi sekolah dan guru. Motivasi adalah hal yang sangat penting yang dapat mempengaruhi keberhasilan dalam pembelajaran PJOK. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa siswa yang memiliki motivasi yang tinggi biasanya lebih aktif, lebih bersemangat, dan memperoleh prestasi yang lebih baik dalam pelajaran PJOK (Fierro-Suero et al., 2023).

Menurut Azhar & Wahyudi (2024), dan Sin & Hidayani (2020), motivasi untuk belajar merupakan keseluruhan dorongan psikologis di dalam diri individu yang mengarah pada aktivitas belajar, serta memastikan kelangsungan pembelajaran demi mencapai suatu sasaran. White et al., (2021), dan Anis Faristin & Saptadi Ismanto (2023), mengemukakan bahwa ada dua jenis faktor yang berpengaruh terhadap motivasi belajar, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal berasal dari dalam diri individu, meliputi kesehatan, perhatian, minat, bakat. Di sisi lain, faktor eksternal berasal dari lingkungan luar siswa, metode mengajar, alat pelajaran, kondisi lingkungan yang dapat memberikan contoh dan kebiasaan yang mendukung motivasi belajar yang kuat.

Di Indonesia, penelitian mengenai motivasi siswi dalam mengikuti PJOK di tingkat sekolah dasar masih terbatas, khususnya di SDN 236/IX Mendalo Darat. Kondisi PJOK di sekolah ini menunjukkan adanya tantangan dalam meningkatkan partisipasi dan antusiasme siswi, sehingga diperlukan analisis mendalam tentang motivasi mereka. Motivasi siswi kelas V SDN 236/IX Mendalo Darat dalam mengikuti pelajaran PJOK belum banyak diteliti, dan memahami motivasi mereka sangat penting karena motivasi yang rendah dapat menghambat proses belajar dan berdampak pada kualitas pembelajaran. Oleh karena itu, penelitian ini sangat relevan untuk dilakukan guna memberikan pemahaman yang lebih komprehensif tentang faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi siswi, sehingga dapat menjadi dasar bagi guru dan lembaga pendidikan dalam meningkatkan kualitas PJOK dan mendorong siswi lebih aktif berpartisipasi.

Dengan demikian, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan tingkat motivasi siswi kelas V SDN 236/IX Mendalo Darat dalam mengikuti pelajaran PJOK,

serta menganalisis faktor-faktor yang memengaruhi motivasi mereka. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap peningkatan mutu pembelajaran PJOK di sekolah dasar dan mendorong siswi agar lebih aktif dalam mengikuti pembelajaran. Hasil dari studi ini dapat menjadi acuan bagi guru dan lembaga pendidikan dalam usaha meningkatkan kualitas pembelajaran PJOK, serta menjadi sumber bagi penelitian selanjutnya yang berfokus pada motivasi siswa dalam pelajaran PJOK.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif yang bertujuan untuk menggambarkan tingkat motivasi belajar siswa kelas V dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di SDN 236/IX Mendalo Darat. Pendekatan deskriptif kuantitatif digunakan untuk menyajikan data penelitian secara sistematis dalam bentuk angka, frekuensi, dan persentase (Sudirman et al., 2020). Penelitian dilaksanakan pada tanggal 20–21 Oktober 2025 di SDN 236/IX Mendalo Darat, Kecamatan Jambi Luar Kota, Kabupaten Muaro Jambi.

Subjek penelitian adalah seluruh siswa kelas V yang hadir pada saat penelitian berlangsung, berjumlah 20 siswa, terdiri atas 11 siswa kelas VB dan 9 siswa kelas VA. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah total sampling, mengingat jumlah populasi relatif kecil sehingga seluruh anggota populasi dijadikan sampel penelitian. Teknik ini dipilih agar data yang diperoleh dapat merepresentasikan kondisi motivasi belajar siswa kelas V secara menyeluruh.

Instrumen penelitian yang digunakan berupa kuesioner motivasi belajar yang dikembangkan berdasarkan indikator motivasi belajar siswa sekolah dasar yang mengacu pada Arifin (2010) dan Rahman (2013). Kuesioner terdiri atas 34 butir pernyataan yang mencakup dua faktor utama, yaitu faktor intrinsik (kesehatan, perhatian, minat, dan bakat) dan faktor ekstrinsik (metode mengajar, alat pembelajaran, dan kondisi lingkungan). Hasil uji validitas instrumen menunjukkan koefisien sebesar 0,946, sedangkan uji reliabilitas memperoleh nilai 0,957, yang menunjukkan bahwa instrumen valid dan reliabel untuk digunakan dalam penelitian.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui metode survei dengan penyebaran kuesioner kepada seluruh responden. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan statistik deskriptif, meliputi proses pengkodean jawaban (jawaban ya diberi skor 1 dan tidak diberi skor 0), tabulasi data, perhitungan frekuensi dan persentase, serta perhitungan nilai rata-rata motivasi belajar siswa. Analisis data dilakukan berdasarkan faktor intrinsik dan ekstrinsik guna memperoleh gambaran yang komprehensif mengenai motivasi siswa kelas V dalam mengikuti pembelajaran PJOK di SDN 236/IX Mendalo Darat. Agar data ini dapat digunakan sebagai dasar empiris untuk menjawab pertanyaan penelitian atau menguji hipotesis, perlu dilakukan serangkaian proses pengolahan dan analisis (Sofwatillah et al., 2024).

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penelitian ini dilaksanakan di SDN 236/IX Mendalo Darat pada kelas lima. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendalami tingkat motivasi belajar siswa dalam mata pelajaran PJOK. Dengan demikian, data yang diambil merupakan informasi mengenai motivasi belajar siswa selama pelaksanaan PJOK di kelas V SDN 236/IX Mendalo Darat, yang diperoleh melalui kuesioner yang disebarkan langsung kepada para siswa. Penelitian deskriptif ini tidak memiliki variabel bebas dan terikat, tetapi fokus pada satu variabel yakni tingkat motivasi belajar siswa kelas V SDN 236/IX

Mendalo Darat. Selanjutnya, hasil dari penelitian ini akan dijelaskan lebih lanjut sebagai berikut:

Tabel 1. Statistik Data

		Motivasi Siswi	Faktor Intrinsik	Faktor Ekstrinsik
N	Valid	20	20	20
	Missing	0	0	0
Mean		22,50	10,50	12,00
Median		24,50	10,50	12,50
Mode		25	10	14 <sup>a</sup>
Std. Deviation		5,699	2,439	3,756
Minimum		10	6	4
Maximum		31	14	17
Sum		450	210	240

Tabel 2. Analisis Motivasi

Frequency		Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	10	1	5,0	5,0
	11	1	5,0	10,0
	15	1	5,0	15,0
	18	2	10,0	25,0
	19	1	5,0	30,0
	22	2	10,0	40,0
	24	2	10,0	50,0
	25	4	20,0	70,0
	26	2	10,0	80,0
	27	1	5,0	85,0
	28	1	5,0	90,0
	29	1	5,0	95,0
	31	1	5,0	100,0
Total	20	100,0	100,0	

Berdasarkan Tabel 1. dan Tabel 2. Data motivasi siswi menunjukkan bahwa rata-rata skor motivasi siswi adalah 22,50. Faktor Intrinsik memiliki rata-rata skor 10,50, sedangkan faktor ekstrinsik memiliki rata-rata skor 12,00. Ada beberapa studi yang mengungkapkan bahwa baik motivasi Intrinsik maupun ekstrinsik sangat berperan dalam meningkatkan minat belajar siswa. Penelitian yang dilakukan oleh (Fitriya et al., 2025) menunjukkan bahwa kedua jenis motivasi ini berpengaruh positif dan signifikan terhadap perilaku belajar siswa di SMK Islam yang berada di Kabupaten Kudus. Hasil penelitian menunjukkan distribusi frekuensi skor motivasi siswi dalam pembelajaran PJOK. Hasil analisis menunjukkan bahwa skor motivasi siswi yang paling sering muncul adalah 25, dengan persentase 20,0 % (4 orang). Skor motivasi siswi yang paling rendah adalah 10, dengan persentase 5,0 % (1 orang), sedangkan skor motivasi siswi yang paling tinggi adalah 31, dengan persentase 5,0 % (1 orang).

Tabel 3. Distribusi Faktor Intrinsik

Frequency		Percent		Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	6	2	10,0	10,0	10,0
	8	3	15,0	15,0	25,0
	9	1	5,0	5,0	30,0
	10	4	20,0	20,0	50,0
	11	2	10,0	10,0	60,0
	12	3	15,0	15,0	75,0
	13	3	15,0	15,0	90,0
	14	2	10,0	10,0	100,0
	Total	20	100,0	100,0	

Tabel 4. Distribusi Faktor ekstrinsik

Frequency		Percent		Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	4	1	5,0	5,0	5,0
	5	1	5,0	5,0	10,0
	7	1	5,0	5,0	15,0
	9	2	10,0	10,0	25,0

Tabel 3 dan Tabel 4 menunjukkan analisis lebih lanjut bahwa faktor Intrinsik siswi memiliki rata-rata skor 10,50, dengan standar deviasi 2,439. Skor faktor Intrinsik siswi yang paling sering muncul adalah 10 (20,0 %), sedangkan skor faktor Intrinsik siswi yang paling rendah adalah 6 (10,0 %) dan skor faktor Intrinsik siswi yang paling tinggi adalah 14 (10,0 %). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Rismayanti et al. (2023), faktor Intrinsik dapat mempengaruhi motivasi siswa dalam belajar. Penelitian yang dilakukan oleh (Ryan & Deci, 2020), menunjukkan bahwa motivasi Intrinsik berasal dari dalam diri seseorang dan dapat memperbaiki kepuasan serta kinerja siswa dalam kegiatan belajar. Penelitian lain oleh Kurnia et al. (2024), juga menunjukkan bahwa motivasi Intrinsik memiliki peran penting dalam meningkatkan motivasi belajar siswa. Sementara itu, faktor ekstrinsik siswi memiliki rata-rata skor 12,0 0, dengan standar deviasi 3,756. Skor faktor ekstrinsik siswi yang paling sering muncul adalah 9 (10,0 %), sedangkan skor faktor ekstrinsik siswi yang paling rendah adalah 4 (5,0 %) dan skor faktor ekstrinsik siswi yang paling tinggi adalah 17 (5,0 %). Sejalan dengan penelitian oleh Annisa (2019), yang menunjukkan bahwa motivasi belajar siswa dapat dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti penghargaan dan pengakuan. Berdasarkan hal tersebut penting untuk melakukan usaha dalam meningkatkan motivasi siswi dengan memperhatikan baik faktor internal maupun eksternal.

Tabel 5. Frekuensi Kategori Motivasi Siswa

Frequency		Percent		Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	2	10,0	10,0	10,0
	Sedang	4	20,0	20,0	30,0
	Tinggi	11	55,0	55,0	85,0
	Sangat tinggi	3	15,0	15,0	100,0
	Total	20	100,0	100,0	

Tabel 5. memperlihatkan bahwa mayoritas siswa menunjukkan motivasi yang tinggi, dengan jumlah 11 orang (55,0 %). Ini mengindikasikan bahwa siswa memiliki ketertarikan dan semangat yang baik dalam mengikuti pelajaran PJOK. Di samping itu, terdapat 4 siswa (20,0 %) yang memiliki tingkat motivasi sedang, 3 siswa (15,0 %) yang menunjukkan motivasi sangat tinggi, dan 2 siswa (10,0 %) yang memiliki motivasi rendah. Penemuan ini menunjukkan bahwa siswa di kelas V SDN 236/IX Mendalo Darat memiliki motivasi yang tinggi dalam mengikuti pembelajaran PJOK. Sekalannya dengan penelitian dari (Perdana 2022), menunjukkan bahwa motivasi siswa dapat dipengaruhi oleh faktor intrinsik maupun ekstrinsik.

Tabel 6. Frekuensi Kategori Faktor Intrinsik

Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Sangat Rendah 2	10,0	10,0	10,0
Rendah 16	80,0	80,0	90,0
Sedang 2	10,0	10,0	100,0
Total 20	100,0	100,0	

Tabel 7. Frekuensi Kategori Faktor Ekstrinsik

Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Sangat Rendah 2	10,0	10,0	10,0
Rendah 9	45,0	45,0	55,0
Sedang 9	45,0	45,0	100,0
Total 20	100,0	100,0	

Analisis lebih lanjut pada Tabel 6. dan Tabel 7. menunjukkan bahwa faktor Intrinsik siswa memiliki kategori yang berbeda-beda. Sebagian besar siswa (80,0 %) memiliki faktor Intrinsik yang rendah, yaitu sebanyak 16 orang. Selain itu, ada 2 orang siswa (10,0 %) yang memiliki faktor Intrinsik sangat rendah, dan 2 orang siswa (10,0 %) yang memiliki faktor Intrinsik sedang. Sementara itu, faktor ekstrinsik siswa juga memiliki kategori yang berbeda-beda. Sebagian besar siswa (45,0 %) memiliki faktor ekstrinsik yang rendah, yaitu sebanyak 9 orang, dan sebagian besar siswa (45,0 %) juga memiliki faktor ekstrinsik yang sedang, yaitu sebanyak 9 orang. Selain itu, ada 2 orang siswa (10,0 %) yang memiliki faktor ekstrinsik sangat rendah.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi siswa dalam pembelajaran PJOK cenderung tinggi, meskipun 80% siswa memiliki skor intrinsik yang rendah dan 45% siswa memiliki skor ekstrinsik yang rendah-sedang. Hal ini menunjukkan bahwa kemungkinan terdapat faktor lain di luar faktor intrinsik (kesehatan, perhatian, minat, bakat) dan faktor ekstrinsik (metode mengajar, alat pelajaran, kondisi lingkungan) yang mempengaruhi motivasi siswa, seperti faktor lingkungan sekolah, dukungan guru, atau faktor sosial lainnya. Dengan demikian, diharapkan penelitian selanjutnya dapat memperluas cakupan penelitian dengan mempertimbangkan faktor-faktor lain yang mempengaruhi motivasi siswa, seperti faktor lingkungan sekolah, dukungan guru, atau

faktor sosial lainnya, sehingga dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif tentang motivasi siswi dalam pembelajaran PJOK.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai motivasi murid di kelas V SDN 236/IX Mendalo Darat dalam mengikuti pelajaran PJOK, dapat disimpulkan bahwa tingkat motivasi murid di kelas V SDN 236/IX Mendalo Darat dalam mengikuti pelajaran PJOK tergolong tinggi, dengan 55% murid menunjukkan motivasi yang kuat. Hal ini menunjukkan bahwa murid memiliki ketertarikan dan semangat yang baik saat mengikuti pelajaran PJOK.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Anis Faristin, V., & Saptadi Ismanto, H. (2023). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Motivasi Belajar Siswa SMA Factors Influencing High School Students' Learning Motivation. In *PGRI Semarang: Jl. Sidodadi Timur No* (Vol. 24, Issue 024).
- Annisa, A. (2019). *Pengaruh Motivasi Belajar Terhadap Prestasi Siswa*.
- Arifin, M. (2010). *Motivasi Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Kalasan Sleman dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani*.
- Azhar, M., & Wahyudi, H. (2024). Motivasi Belajar: Kunci Pengembangan Karakter dan Keterampilan Siswa. In *UHERJ: Uluwwul Himmah Education Research Journal* (Vol. 1, Issue 1). <https://irbijournal.com/index.php/uherj/index>
- Aziza, N., Sudirman, Kondolayuk, M. L., Sriwahyuningrum, A., Cahaya, M. E., Astuti, L. S., Setiawan, J., Tandirerung, W. Y., Rahmi, S., Nusantari, D. O., Indrawan, F., Fitriya, N. L., Kurniawati, N., Wardhana, A., & Hasanah, T., (2023). *Metodologi penelitian 1: deskriptif kuantitatif*. Bandung: Media Sains Indonesia
- Faisal, M., Arismunandar, Suardi, & Mas'ud, M. (2024). Kurikulum Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di Sekolah Dasar. *Journal on Education*, 7(1), 7015–7022. <https://doi.org/10.31004/JOE.V7I1.7382>
- Faizah, S. N. (2020). Hakikat Belajar Dan Pembelajaran. *At-Thullab : Jurnal Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, 1(2), 175. <https://doi.org/10.30736/ATL.V1I2.85>
- Fierro-Suero, S., Sáenz-López, P., Carmona-Márquez, J., & Almagro, B. J. (2023). *Achievement Emotions, Intention to Be Physically Active, and Academic Achievement in Physical Education: Gender Differences*. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2021-0230>
- Fitriya, E., Kurahman, O. T., Tarsono, T., Nurhayati, F., Santora, P., & Rosulina, D. (2025). Peran Motivasi Intrinsik dan Ekstrinsik dalam Meningkatkan Hasil Belajar Pendidikan Agama Islam. *Didaktika: Jurnal Kependidikan*, 14(1 Februari), 1055-1064.
- Habibi, I., & I Ketut Budaya Astra. (2023). Motivasi Belajar Peserta Didik dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 11(1), 16–23. <https://doi.org/10.23887/jiku.v11i1.56601>
- Kemendikbud. (2013). Kurikulum 2013: Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. *Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan*.
- Kurnia, D., Silvi Imanika, M., Suhertin, T., Dhiahulhaq, F., Ilyas, D., Masitoh, I., & Naskah, H. (2024). Peran Motivasi Dalam Meningkatkan Pembelajaran Siswa. *Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 1(4). <https://doi.org/10.59996/cendib.v1i4.447>
- Makkawaru, M. (2019). *Pentingnya Pendidikan Bagi Kehidupan dan Pendidikan Karakter dalam dunia Pendidikan*.

- Perdana, Iv. (2022). *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Motivasi Belajar Ssiwa SD*. <https://doi.org/10.36418/syntax-literate.v7i12.10417>
- Rahman, A. (2013). *Motivasi Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri II Grenggeng Kecamatan Karanganyar Kabupaten Kebumen Dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*.
- Rismayanti, R., Rayhan, M. A., Khairullah, Q., Adzim, E., Lu, L. ', Fatihah, A., Pendidikan, T., Kampus, U., & Siliwangi, B. (2023). Pengaruh Motivasi Instrinsik dan Motivasi Ekstrinsik Terhadap Proses Pembelajaran Mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia. *Juni*, *02(2)*, 251–261. <http://jurnal.minartis.com/index.php/jpst/>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2020). Intrinsic and extrinsic motivation from a self-determination theory perspective: Definitions, theory, practices, and future directions. *Contemporary Educational Psychology*, *61*, 101860. <https://doi.org/10.1016/J.CEDPSYCH.2020.101860>
- Sin, T. H., & Hudayani, F. (2020). Studi motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga kesehatan. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, *5(1)*, 30. <https://doi.org/10.23916/08588011>
- Sofwatillah, Risnita, & Jailani, M. (2024). *Teknik Analisis Data Kuantitatif dan Kualitatif dalam Penelitian Ilmiah*.
- White, R. L., Bennie, A., Vasconcellos, D., Cinelli, R., Hilland, T., Owen, K. B., & Lonsdale, C. (2021). Self-determination theory in physical education: A systematic review of qualitative studies. *Teaching and Teacher Education*, *99*, 103247. <https://doi.org/10.1016/J.TATE.2020.103247>