

Pengaruh Perhatian Orang Tua, Kebugaran Jasmani dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) Peserta Didik Di SMP N 7 Muaro Bungo

M.Amri

Universitas Muhammadiyah Muara Bungo

Article Info

Corresponding Author:

Penulis

✉ amrilimbur@gmail.com

History:

Submitted: xx-xx-xxxx

Revised: xx-xx-xxxx

Accepted: xx-xx-xxxx

Keyword:

parental attention, physical fitness, learning motivation, learning outcomes

Kata Kunci:

perhatian orang tua, kebugaran jasmani, motivasi belajar, hasil belajar PJOK

How to Cite: Amri (2026) Pengaruh Perhatian Orang Tua, Kebugaran Jasmani dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) Peserta Didik Di SMP N 7 Muaro Bungo

Abstract

This study was motivated by the low learning outcomes in Physical Education, Sports, and Health (PJOK) at SMP N 7 Muaro Bungo, where many students did not meet the minimum mastery criteria. This research aimed to analyze the influence of parental attention, physical fitness, and learning motivation on PJOK learning outcomes, both directly and indirectly through learning motivation. A quantitative correlational design was employed. The population consisted of students of SMP N 7 Muaro Bungo, with sampling conducted based on research criteria. Data were collected through questionnaires on parental attention and learning motivation, physical fitness tests, and documentation of PJOK scores. Data were analyzed using path analysis. The results indicated that parental attention, physical fitness, and learning motivation had significant effects on PJOK learning outcomes, both partially and simultaneously. Furthermore, learning motivation mediated the influence of parental attention and physical fitness on learning outcomes. It can be concluded that improving parental attention and physical fitness, supported by strong learning motivation, enhances students' PJOK learning outcomes.

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh rendahnya hasil belajar PJOK peserta didik di SMP N 7 Muaro Bungo, dimana sebagian besar belum mencapai KKM. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh perhatian orang tua, kebugaran jasmani, dan motivasi belajar terhadap hasil belajar PJOK, baik secara langsung maupun tidak langsung melalui motivasi belajar. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Populasi adalah peserta didik SMP N 7 Muaro Bungo, dengan teknik pengambilan sampel sesuai kriteria penelitian. Data dikumpulkan melalui angket perhatian orang tua dan motivasi belajar, tes kebugaran jasmani, serta dokumentasi nilai PJOK. Analisis data menggunakan analisis jalur (path analysis). Hasil penelitian menunjukkan bahwa perhatian orang tua, kebugaran jasmani, dan motivasi belajar berpengaruh signifikan terhadap hasil belajar PJOK, baik secara parsial maupun simultan. Selain itu, motivasi belajar memediasi pengaruh perhatian orang tua dan kebugaran jasmani terhadap hasil belajar. Disimpulkan bahwa peningkatan perhatian orang tua dan kebugaran jasmani yang didukung motivasi belajar yang tinggi dapat meningkatkan hasil belajar PJOK peserta didik

A. Pendahuluan

Pendidikan merupakan sarana strategis dalam mengembangkan potensi peserta didik secara menyeluruh, baik pada ranah kognitif, afektif, maupun psikomotorik. Menurut Ki Hajar Dewantara pendidikan adalah upaya menuntun segala kekuatan kodrat yang ada pada anak agar mereka sebagai manusia dan anggota masyarakat dapat mencapai keselamatan dan kebahagiaan yang setinggi-tingginya (Dewantara, 2013). Dengan demikian, pendidikan tidak hanya berorientasi pada penguasaan pengetahuan, tetapi juga pada pembentukan karakter, sikap, dan keterampilan yang mendukung kehidupan peserta didik di masa depan.

Salah satu mata pelajaran yang memiliki peran penting dalam pengembangan ketiga ranah tersebut adalah Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Menurut Rusli Lutan pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani sebagai media untuk mencapai tujuan pendidikan secara menyeluruh (Lutan, 2001). Senada dengan pendapat tersebut, Agus Mahendra menyatakan bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari sistem pendidikan yang bertujuan mengembangkan kebugaran jasmani, keterampilan motorik, kemampuan berpikir, stabilitas emosional, tindakan moral, dan pola hidup sehat (Mahendra, 2007). Oleh karena itu, melalui pembelajaran PJOK peserta didik diharapkan tidak hanya memiliki keterampilan gerak dan kebugaran jasmani yang baik, tetapi juga sikap sportif, disiplin, serta kebiasaan hidup sehat.

Keberhasilan proses pembelajaran PJOK dapat dilihat dari hasil belajar yang dicapai peserta didik. Menurut Nana Sudjana hasil belajar adalah kemampuan yang dimiliki peserta didik setelah menerima pengalaman belajar yang mencakup aspek pengetahuan, sikap, dan keterampilan (Sudjana, 2016). Hasil belajar menjadi indikator penting untuk mengetahui tingkat keberhasilan proses pembelajaran yang telah dilaksanakan.

Namun, dalam praktiknya, hasil belajar PJOK di beberapa sekolah masih menunjukkan capaian yang belum optimal. Fenomena serupa terjadi di SMP N 7 Muaro Bungo, di mana sebagian peserta didik belum mencapai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) pada mata pelajaran PJOK. Kondisi ini menunjukkan bahwa masih terdapat berbagai faktor yang memengaruhi keberhasilan belajar peserta didik sehingga perlu dikaji secara lebih mendalam. Menurut Slamet faktor-faktor yang memengaruhi hasil belajar dapat dibedakan menjadi faktor internal dan faktor eksternal (Slameto, 2015). Faktor internal meliputi kondisi jasmani, kesehatan, intelegensi, minat, motivasi, dan kesiapan belajar. Sementara itu, faktor eksternal

mencakup lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat. Dalam konteks penelitian ini, faktor yang diduga memiliki pengaruh terhadap hasil belajar PJOK adalah perhatian orang tua, kebugaran jasmani, dan motivasi belajar.

Perhatian orang tua merupakan salah satu faktor eksternal yang sangat berpengaruh terhadap keberhasilan pendidikan anak. Menurut Hasbullah, keluarga merupakan lingkungan pendidikan pertama dan utama bagi anak (Hasbullah, 2017). Orang tua memiliki tanggung jawab untuk memberikan bimbingan, pengawasan, dukungan, dan motivasi agar anak dapat berkembang secara optimal. Perhatian orang tua dapat diwujudkan melalui pendampingan belajar, pemberian fasilitas belajar, pengawasan kegiatan anak, serta komunikasi yang baik mengenai pendidikan. Semakin tinggi perhatian yang diberikan orang tua, maka semakin besar kemungkinan anak memiliki semangat dan tanggung jawab dalam belajar.

Selain perhatian orang tua, kebugaran jasmani juga menjadi faktor penting dalam pembelajaran PJOK. Menurut Toho Cholik Mutohir kebugaran jasmani adalah kemampuan seseorang untuk melakukan aktivitas sehari-hari secara efektif dan efisien tanpa mengalami kelelahan yang berarti serta masih memiliki cadangan energi untuk melakukan aktivitas lainnya (Mutohir & Maksum, 2007). Pendapat tersebut diperkuat oleh Djoko Pekik Irianto yang menyatakan bahwa kebugaran jasmani berhubungan erat dengan produktivitas, kesehatan, dan kemampuan belajar seseorang (Irianto, 2004). Peserta didik yang memiliki tingkat kebugaran jasmani yang baik cenderung lebih aktif mengikuti pembelajaran, memiliki konsentrasi yang lebih baik, serta mampu menyelesaikan tugas-tugas fisik dengan optimal.

Faktor lain yang juga berpengaruh terhadap hasil belajar adalah motivasi belajar. Menurut Hamzah B. Uno motivasi belajar merupakan dorongan internal dan eksternal yang menimbulkan semangat belajar, menjamin keberlangsungan kegiatan belajar, dan memberikan arah pada aktivitas belajar sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai (Uno, 2021). Lebih lanjut, Sardiman A.M. menjelaskan bahwa motivasi belajar berfungsi sebagai pendorong, pengarah, dan penggerak perilaku belajar seseorang (Sardiman, 2018). Peserta didik yang memiliki motivasi belajar tinggi akan menunjukkan perhatian yang lebih besar terhadap pembelajaran, aktif dalam kegiatan belajar, serta memiliki keinginan kuat untuk mencapai prestasi yang optimal.

Berbagai penelitian terdahulu menunjukkan bahwa perhatian orang tua, kebugaran jasmani, dan motivasi belajar memiliki hubungan yang signifikan dengan hasil belajar peserta didik. Perhatian orang tua dapat meningkatkan motivasi belajar anak melalui dukungan emosional dan akademik yang diberikan. Kebugaran jasmani yang baik juga dapat meningkatkan motivasi serta partisipasi aktif peserta didik dalam

pembelajaran PJOK. Dengan demikian, motivasi belajar diduga berperan sebagai variabel intervening yang menjembatani pengaruh perhatian orang tua dan kebugaran jasmani terhadap hasil belajar PJOK.

Meskipun demikian, penelitian yang mengkaji pengaruh perhatian orang tua, kebugaran jasmani, dan motivasi belajar terhadap hasil belajar PJOK secara simultan masih relatif terbatas, khususnya pada peserta didik SMP di Kabupaten Muaro Bungo. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang mampu menjelaskan hubungan langsung maupun tidak langsung antara variabel-variabel tersebut sehingga diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi hasil belajar PJOK.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis pengaruh perhatian orang tua, kebugaran jasmani, dan motivasi belajar terhadap hasil belajar PJOK peserta didik di SMP N 7 Muaro Bungo, baik secara langsung maupun tidak langsung melalui motivasi belajar sebagai variabel intervening. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis bagi pengembangan ilmu pendidikan jasmani, sekaligus menjadi bahan masukan bagi sekolah, guru PJOK, dan orang tua dalam merancang strategi yang efektif untuk meningkatkan hasil belajar peserta didik.

B. Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional yang bertujuan untuk menganalisis pengaruh langsung dan tidak langsung antara perhatian orang tua, kebugaran jasmani, dan motivasi belajar terhadap hasil belajar PJOK. Analisis hubungan antar variabel dilakukan menggunakan analisis jalur (*path analysis*) untuk mengetahui besaran kontribusi masing-masing variabel. Penelitian dilaksanakan di SMP N 7 Muaro Bungo pada semester genap tahun ajaran 2025/2026.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik SMP N 7 Muaro Bungo. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan sesuai kebutuhan penelitian. Data penelitian dikumpulkan melalui beberapa teknik, yaitu angket skala *Likert* untuk mengukur perhatian orang tua dan motivasi belajar yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya, tes kebugaran jasmani menggunakan standar Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI) untuk mengukur tingkat kebugaran peserta didik, serta dokumentasi nilai PJOK untuk memperoleh data hasil belajar.

Analisis data dilakukan secara deskriptif dan inferensial. Sebelum pengujian hipotesis, dilakukan uji prasyarat analisis yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas. Selanjutnya, pengujian hipotesis dilakukan menggunakan analisis jalur (*path analysis*)

guna mengetahui pengaruh langsung maupun tidak langsung antar variabel dalam penelitian.

C. Hasil dan Pembahasan

1. Hasil Penelitian

Penelitian ini melibatkan 38 peserta didik. Data diperoleh dari angket perhatian orang tua dan motivasi belajar, tes kebugaran jasmani (TKJI), serta nilai rapor PJOK.

a. Uji Deskripsi

Tabel 3.1 Deskripsi Data Penelitian

Variabel	N	$\bar{X}$	Std.dev	Min	Mak
Perhatian Orang Tua	38	96.53	15.82	69	138
Kebugaran Jasmani	38	18.03	2.58	9	23
Motivasi Belajar	38	181.39	33.71	88	242
Hasil Belajar	38	74.00	6.37	60	82

Sebagian besar responden berada pada interval 83–96 untuk perhatian orang tua (42,11%), interval 18–20 untuk kebugaran jasmani (65,79%), interval 181–211 untuk motivasi belajar (57,89%), dan interval 75–79 untuk hasil belajar (42,11%).

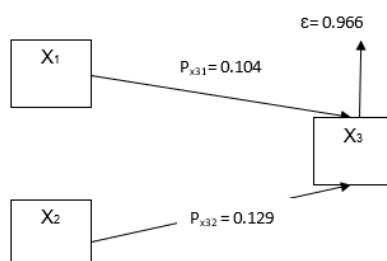
b. Uji Normalitas

Tabel 3.1 Deskripsi Data Penelitian

Variabel	N	Lo	L-tab	Keterangan
X ₁ Terhadap Y	35	0.0691	0.144	Normal
X ₂ Terhadap Y	35	0.1351		Normal
X ₃ Terhadap Y	35	0.1128		Normal

Hasil uji normalitas menggunakan uji Liliefors menunjukkan bahwa seluruh variabel memiliki nilai Lo lebih kecil dari Ltabel (0,144), sehingga data dinyatakan berdistribusi normal.

c. Uji Hipotesis



Gambar 3.1 Koefisien Struktur

Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan analisis jalur (*path analysis*) dengan bantuan program SPSS untuk mengetahui pengaruh langsung dan tidak langsung antara perhatian orang tua (X1), kebugaran jasmani (X2), motivasi belajar (X3), dan hasil belajar (Y). Model struktural menunjukkan bahwa perhatian orang tua dan kebugaran jasmani memberikan kontribusi terhadap motivasi belajar, dengan koefisien residual sebesar 0,966.

Hasil analisis menunjukkan bahwa perhatian orang tua berpengaruh langsung dan signifikan terhadap hasil belajar dengan koefisien jalur sebesar 0,456 dan nilai signifikansi $0,001 < 0,05$. Kontribusi pengaruh langsung perhatian orang tua terhadap hasil belajar sebesar 20,79%. Kebugaran jasmani juga berpengaruh langsung dan signifikan terhadap hasil belajar dengan koefisien jalur 0,261 dan nilai signifikansi $0,049 < 0,05$, dengan kontribusi sebesar 6,81%. Motivasi belajar berpengaruh langsung dan signifikan terhadap hasil belajar dengan koefisien jalur 0,299 dan nilai signifikansi $0,023 < 0,05$, dengan kontribusi sebesar 8,94%.

Selain pengaruh langsung, ditemukan pengaruh tidak langsung perhatian orang tua terhadap hasil belajar melalui motivasi belajar sebesar 24,5%. Kebugaran jasmani juga berpengaruh tidak langsung terhadap hasil belajar melalui motivasi belajar sebesar 8,5%.

Secara keseluruhan, hasil analisis jalur menunjukkan bahwa perhatian orang tua, kebugaran jasmani, dan motivasi belajar memiliki peran dalam meningkatkan hasil belajar PJOK peserta didik di SMP N 7 Muaro Bungo, baik secara langsung maupun melalui hubungan mediasi.

2. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh perhatian orang tua, kebugaran jasmani, dan motivasi belajar terhadap hasil belajar PJOK peserta didik di SMP N 7 Muaro Bungo. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga variabel tersebut berkontribusi secara signifikan terhadap hasil belajar, baik secara langsung maupun melalui mekanisme tidak langsung. Temuan ini menegaskan bahwa capaian hasil belajar PJOK tidak hanya ditentukan oleh kemampuan teknis dalam aktivitas jasmani, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor lingkungan keluarga dan aspek psikologis peserta didik.

Pengaruh perhatian orang tua terhadap hasil belajar menunjukkan bahwa lingkungan keluarga memiliki posisi strategis dalam membentuk keberhasilan akademik. Perhatian orang tua tidak hanya bermakna pengawasan, tetapi juga dukungan emosional, pemberian arahan, dan penciptaan iklim belajar yang kondusif

di rumah. Dalam konteks peserta didik tingkat SMP yang berada pada fase perkembangan remaja awal, kontrol dan keterlibatan orang tua menjadi faktor penting dalam menjaga konsistensi belajar dan perilaku positif. Aspek baru yang menguat dalam penelitian ini adalah besarnya kontribusi perhatian orang tua dibandingkan variabel lain, sehingga menunjukkan dominasi faktor keluarga dalam pembelajaran PJOK.

Kebugaran jasmani juga terbukti berperan dalam peningkatan hasil belajar. Hal ini menunjukkan bahwa kondisi fisiologis peserta didik berhubungan dengan kesiapan mengikuti pembelajaran. Peserta didik dengan kebugaran yang baik memiliki daya tahan, energi, dan konsentrasi yang lebih optimal saat mengikuti aktivitas PJOK. Temuan ini memperkuat pandangan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani tidak dapat dipisahkan dari kondisi fisik peserta didik sebagai prasyarat utama keterlibatan aktif.

Motivasi belajar sebagai faktor internal menunjukkan kontribusi yang signifikan terhadap hasil belajar. Motivasi berfungsi sebagai penggerak yang mengarahkan perilaku belajar menuju pencapaian tujuan. Peserta didik yang memiliki motivasi tinggi cenderung menunjukkan ketekunan, keseriusan, serta kemampuan mengatasi kesulitan dalam pembelajaran. Dengan demikian, motivasi menjadi jembatan psikologis yang menghubungkan faktor eksternal dan kondisi individu terhadap hasil belajar.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa hasil belajar PJOK merupakan hasil interaksi antara faktor eksternal (perhatian orang tua) dan faktor internal (kebugaran jasmani dan motivasi belajar). Aspek penting dari temuan ini adalah adanya peran dominan perhatian orang tua serta penguatan hubungan antara kondisi fisik dan psikologis dalam meningkatkan capaian belajar PJOK. Temuan ini memberikan implikasi bahwa peningkatan hasil belajar tidak cukup hanya melalui perbaikan metode pembelajaran di sekolah, tetapi juga memerlukan keterlibatan keluarga dan penguatan kondisi fisik serta motivasi peserta didik.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa perhatian orang tua berpengaruh langsung terhadap hasil belajar PJOK peserta didik di SMP N 7 Muaro Bungo. Semakin baik perhatian yang diberikan orang tua, semakin baik pula hasil belajar yang dicapai peserta didik. Perhatian orang tua berperan dalam membentuk kebiasaan belajar, memberikan dukungan, serta menciptakan lingkungan yang kondusif bagi perkembangan akademik anak.

Kebugaran jasmani juga berpengaruh langsung terhadap hasil belajar PJOK.

Peserta didik yang memiliki kondisi fisik yang baik cenderung lebih siap dan aktif dalam mengikuti proses pembelajaran sehingga mendukung pencapaian hasil belajar yang optimal.

Motivasi belajar terbukti berpengaruh langsung terhadap hasil belajar PJOK. Peserta didik dengan motivasi belajar yang tinggi menunjukkan kesungguhan dan ketekunan dalam mengikuti pembelajaran, yang berdampak pada peningkatan hasil belajar.

Selain itu, perhatian orang tua dan kebugaran jasmani juga berpengaruh terhadap hasil belajar melalui motivasi belajar. Hal ini menunjukkan bahwa motivasi belajar berperan sebagai faktor penghubung yang memperkuat pengaruh faktor eksternal dan kondisi fisik terhadap hasil belajar.

Dengan demikian, hasil belajar PJOK peserta didik dipengaruhi oleh keterlibatan orang tua, kondisi kebugaran jasmani, serta motivasi belajar yang dimiliki peserta didik. Upaya peningkatan hasil belajar perlu memperhatikan ketiga aspek tersebut secara terpadu.

Daftar Pustaka

- Agus, Apri. 2012. Olahraga Kebugaran Jasmani. Padang: Sukabina Press.
- Ahmadi, Abu dan Supriyono, Widodo. 2004. Psikologi Belajar. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharsimi. 2002. Prosedur Penelitian. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharsimi. 2006. Prosedur Penelitian. Jakarta: Rineka Cipta.
- Baharuddin dan Wahyuni, Esa Nur. 2012. Teori Belajar dan Pembelajaran. Yogyakarta: Ar Ruz Media
- Brophy (2010:324) Motivasi Belajar Mengajar. Jakarta: Rajawali Pers.
- Cholik, Mutohir Toho & Gusril. 2004. Perkembangan Motorik Pada Masa Anak-anak. Jakarta: Depdiknas.
- Departemen Pendidikan Nasional Pusat Kesegaran Jasmani dan Rekreasi. 2000.
- Dewantara, K. H. (2013). Pemikiran, Konsepsi, Keteladanan, Sikap Merdeka. UST Press.
- Dimiyati dan Mudjiono. 2015. Belajar dan Pembelajaran. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ginting, Abdorrahman. 2007. Esensi Praktis Belajar dan Pembelajaran. Bandung: Humaniora.
- Hamalik, Oemar. 2007. Proses Belajar Mengajar. Jakarta: Bumi Aksara.
- Hasbullah. (2017). Dasar-Dasar Ilmu Pendidikan (Edisi Revisi). Rajawali Pers.

-
- Irianto, D. P. (2004). Pedoman Praktis Berolahraga untuk Kebugaran dan Kesehatan. Andi Offset.
- Ismaryati. 2008. Tes Pengukuran Olahraga. Surakarta: UPT Peberbit dan Percetakan UNS.
- Lutan, Rusli. 2001. Asas-Asas Pendidikan Jasmani. Jakarta: Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Departemen Pendidikan dan Kebudayaan
- Mahendra, A. (2007). Teori Belajar Mengajar Motorik. FPOK UPI.
- Muhajir. 2007. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Bandung: Yudistira.
- Mutohir, T. C., & Maksum, A. (2007). Sport Development Index: Konsep, Metodologi, dan Aplikasi. PT Indeks.
- Sardiman. (2018). Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar (Edisi Revisi). Rajawali Pers.
- Slameto. (2015). Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya (Edisi Revisi). Rineka Cipta.
- Sudjana, Nana. 2010. Dasar-dasar Proses Belajar. Bandung: Sinar Baru.
- Nashori, Fuat dkk. 2005. Psikologi Islam : Solusi. Islam Atas problem-Problem Psikologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Nurhasan. 2001. Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani. Jakarta: Depdikbud.
- Pekik, Djoko Irianto. 2004. Bugar dan Sehat Dengan Olahraga. Yogyakarta : Andi Offset.
- Purwanto, Ngalm. 2006. Psikologi Pendidikan. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Purwanto, Ngalm. 2010. Evaluasi Hasil Belajar. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Riduwan. 2003. Dasar-dasar Statistika. Bandung: CV Alfabeta
- Uno, H. B. (2021). Teori Motivasi dan Pengukurannya: Analisis di Bidang Pendidikan. Bumi Aksara.