

Motivasi Siswa Peserta Ekstrakurikuler Futsal di SMP Negeri 22 Surabaya

Muchammad Afandi¹, Setiyo Hartoto², Sasminta Christina Yuli Hartati³, Bayu Budi Prakoso⁴

Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

Alamat: Jl. Raya Kampus Unesa, Lidah Wetan, Kec. Lakarsantri, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

Korespondensi penulis: afandi.17060464141@mhs.unesa.ac.id

Abstract. *Students' motivation in participating in futsal extracurricular sports can be driven by various factors. Understanding this motivation is important for extracurricular managers and teachers to be able to provide the right support and facilities, as well as create an environment that encourages students to actively participate and get the maximum benefits from futsal extracurricular activities. This research uses quantitative research with a survey approach to describe the motivation of extracurricular students at SMP Negeri 22 Surabaya. The data analysis technique is statistical descriptive with data collection techniques using questionnaires. From the reliability test, it is said that it is reliable and the validation test of the questionnaire item is valid. The results of the study showed an average score of 55.53, a middle score of 56, a mode value of 57, a standard deviation value of 5.754, a minimum score of 43, a maximum score of 68, a total of 43 respondents and a total score of 2388. Students participating in futsal extracurricular at SMP Negeri 22 Surabaya which are in a very high group there are 3 people or 6.98 percent, students with high motivation there are 35 people or 81.40 percent, and students with medium motivation there are 5 people or 11.63 percent Student motivation that those who take part in futsal extracurricular at SMP Negeri 22 Surabaya are in the category of high motivation or a percentage of 69.*

Keywords: *Motivation, Students, Futsal Extracurriculars.*

Abstrak. Motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler olahraga futsal dapat didorong oleh berbagai faktor. Memahami motivasi ini penting untuk pengelola ekstrakurikuler dan guru agar dapat memberikan dukungan dan fasilitas yang tepat, serta menciptakan lingkungan yang mendorong siswa untuk berpartisipasi aktif dan meraih manfaat maksimal dari kegiatan ekstrakurikuler futsal. Riset ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan survei guna menggambarkan motivasi siswa peserta ekstrakurikuler di SMP Negeri 22 Surabaya. Adapun teknik analisa data yakni deskriptif statistik dengan teknik pengumpulan data menggunakan angket kuesioner. Dari pengujian reliabilitas dikatakan reliabel dan pengujian validasi item kuesioner bersifat valid. Hasil penelitian menunjukkan skor rata-rata sebesar 55,53, nilai tengah sebesar 56, nilai modus sebesar 57, nilai standar deviasi sebesar 5,754, nilai minimal sebesar 43, nilai maksimal sebesar 68, jumlah responden sebesar 43 orang dan total keseluruhan skor sebesar 2388. Siswa mengikuti ekstrakurikuler futsal di SMP Negeri 22 Surabaya yang termasuk golongan sangat tinggi terdapat 3 orang atau sebesar 6,98 persen, siswa dengan motivasi tinggi terdapat 35 orang atau sebesar 81,40 persen, dan siswa dengan motivasi sedang terdapat 5 orang atau sebesar 11,63 persen Motivasi siswa bahwa yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di SMP Negeri 22 Surabaya termasuk kategori motivasi tinggi atau persentase sebesar 69.

Kata kunci: Motivasi, Siswa, Ekstrakurikuler Futsal.

1. PENDAHULUAN

Selama ini di SMP Negeri 22 Surabaya keberadaan sarana dan prasarana sebagaimana observasi awal dengan Bapak Roni Susanto selaku guru Guru Pendidikan Jasmani dan Olahraga pada hari Senin tanggal 26 Februari 2024 pukul 10.00 WIB di Kantor Guru yang dimiliki cukup memadai, diantaranya lapangan olahraga yang dapat digunakan untuk latihan, dan juga diadakan program pelatihan secara berkala. Salah satu kegiatan ekstrakurikuler yang sangat diminati oleh siswa adalah kegiatan ekstrakurikuler olahraga. Kegiatan ekstrakurikuler

merupakan salah satu upaya pembinaan yang diselenggarakan di lingkungan sekolah keterampilan siswa akan ditingkatkan dengan bentuk latihan khusus sesuai cabang olahraga yang diminati hal ini sangat penting agar pembibitan dan pembinaan olahraga di siswa akan terus meningkat dan mencapai hasil yang maksimal (Litardiansyah dan Hariyanto, 2020). Melalui kegiatan ekstrakurikuler olahraga siswa memperdalam dan memperluas pengetahuan, juga dapat dimanfaatkan sebagai upaya untuk melakukan pembinaan, pemantapan, dan pembentukan kepribadian siswa, seperti halnya kerjasama, saling menghargai, sportivitas, semangat dan percaya diri. Ekstrakurikuler olahraga futsal merupakan salah satu kegiatan yang paling diminati di bidang olahraga. Adapun peserta yang mengikuti ekstrakurikuler futsal sebesar 43 siswa yang terdiri dari 19 siswa kelas VII dan 23 kelas VIII serta 1 siswa kelas IX. Kegiatan ekstrakurikuler kelas futsal SMP Negeri 22 Surabaya dilaksanakan pada hari Rabu dan Jumat pukul 15.30-17.30 WIB.

Namun, permasalahan yang dijumpai adalah banyak siswa mengikuti ekstrakurikuler olahraga tidak sesuai dengan minat siswa itu sendiri melainkan lebih kepada dorongan dan ajakan dari teman-temannya. Hal ini disebabkan karena siswa lebih nyaman ketika mengikuti ekstrakurikuler yang sama dengan teman akrabnya, sehingga terkesan bahwa siswa mengikuti ekstrakurikuler olahraga bukan karena adanya minat dalam dirinya melainkan menuruti ajakan teman. Tingkat motivasi siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di sekolah juga masih sedikit. Sedangkan motivasi adalah wujud dari keseluruhan proses gerak, yaitu berupa dorongan, atau alasan yang dihasilkan individu untuk terwujudnya kebutuhan dan tujuan tertentu. Beberapa permasalahan lainnya siswa kurang memiliki perhatian terhadap ekstrakurikuler olahraga di sekolah, meskipun ekstrakurikuler olahraga di sekolah sangat beragam meningkatkan prestasi siswa. Kendala ini terjadi karena banyak dari siswa yang lebih mengejar prestasi akademiknya dibandingkan dengan prestasi dalam bidang olahraga. Dengan adanya minat pada diri siswa akan membuat siswa merasa memiliki perhatian yang lebih terhadap pembelajaran. Selain itu juga terdapat faktor internal siswa yaitu karakteristik siswa secara psikologis, masa remaja merupakan usia di mana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, di mana anak tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian lebih dalam terkait motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler futsal di SMP Negeri 22 Surabaya. Penulis fokus mempelajari motivasi siswa SMP Negeri 22 Surabaya dalam kegiatan ekstrakurikuler futsal. Judul yang diangkat oleh penulis adalah “Motivasi Siswa Peserta Ekstrakurikuler Futsal Di SMP Negeri 22 Surabaya”.

2. METODE PENELITIAN

Riset ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan survei guna menggambarkan motivasi siswa peserta ekstrakurikuler di SMP Negeri 22 Surabaya. Adapun teknik analisa data yakni deskriptif statistik dengan teknik pengumpulan data menggunakan angket kuesioner. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 22 Surabaya sejumlah 43 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah sesuai dengan kriteria inklusi. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa aktif yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di SMP Negeri 22 Surabaya sejumlah 43 orang. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Sampel yang diambil berdasarkan kriteria-kriteria antara lain (1) Siswa aktif peserta ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 22 Surabaya. (2) Siswa yang mengikuti ekstrakurikuler futsal minimal 1 tahun. (3) Bersedia menjadi responden dan mengikuti penelitian sampai selesai. Waktu dan tempat penelitian yang dilakukan pada penelitian bertempat di Kelas SMP Negeri 22 Surabaya, untuk waktu yang digunakan adalah pada waktu ekstrakurikuler berlangsung yaitu pukul 15.00-17.00 WIB. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah pedoman observasi dan angket kuesioner. Analisa data yang digunakan yaitu menggunakan uji validitas, uji reliabilitas dan deskriptif presentase. Proses analisis data secara keseluruhan akan dilakukan dengan bantuan *software* SPSS versi 20.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis data telah dilakukan peneliti dengan bantuan program SPSS (*Statistical Package for The Social Science*). Maka dari itu hasil analisis data dapat disajikan sebagai berikut :

a. Uji Validitas

Uji validitas digunakan untuk menguji apakah item kuesioner yang digunakan pengumpulan data itu valid atau tidak. Pada penelitian ini uji validitas menggunakan uji *pearson correlation*. Adapun uji validitas item kuesioner motivasi siswa dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 3.1 Uji Validitas

Item Kuesioner	r-hitung	r-table	Keterangan
Pernyataan 1	0.490	0.3008	Valid
Pernyataan 2	0.393	0.3008	Valid
Pernyataan 4	0.302	0.3008	Valid
Pernyataan 5	0.309	0.3008	Valid
Pernyataan 6	0.401	0.3008	Valid

Item Kuesioner	r-hitung	r-table	Keterangan
Pernyataan 8	0.444	0.3008	Valid
Pernyataan 9	0.557	0.3008	Valid
Pernyataan 10	0.760	0.3008	Valid
Pernyataan 11	0.630	0.3008	Valid
Pernyataan 12	0.646	0.3008	Valid
Pernyataan 13	0.750	0.3008	Valid
Pernyataan 14	0.529	0.3008	Valid
Pernyataan 15	0.480	0.3008	Valid
Pernyataan 16	0.300	0.3008	Valid
Pernyataan 17	0.596	0.3008	Valid
Pernyataan 18	0.316	0.3008	Valid

Sumber : Data primer yang diolah, 2024.

Dari tabel diatas diperoleh informasi seluruh pernyataan kuesioner motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler SMP Negeri 22 Surabaya dari hasil analisis uji validitas dikatakan valid nilai r hitung (*pearson correlation*) di atas nilai yang ditentukan ($r_{tabel} = 0,3008$).

b. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas digunakan untuk menguji apakah item kuesioner yang digunakan pengumpulan data itu reliabel bisa diandalkan atau tidak. Pada penelitian ini uji reliabilitas menggunakan uji *scale reliability analysis* dengan bantuan aplikasi SPSS versi 26. Adapun uji reliabilitas item kuesioner motivasi siswa mengikuti ekstrakurikuler futsal di SMP Negeri 22 Surabaya dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 3.2 Uji Reliabilitas

Item Kuesioner	Cronbach Alpha	Acuan Norma	Keterangan
Motivasi siswa mengikuti ekstrakurikuler futsal	0.690	0.60	Reliabel

Sumber : Data primer yang diolah, 2024.

Dari table diatas diperoleh informasi item kuesioner yang digunakan dapat dikatakan reliabel. Hal ini dibuktikan dari nilai signifikansi sebesar 0,690 lebih dari nilai acuan norma sebesar 0,60. Maka pernyataan n kuesioner motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler SMP Negeri 22 Surabaya dari hasil analisis uji reliabilitas dikatakan reliabel atau andal.

c. Analisis Deskriptif Statistik

Analisis deskriptif statistic bertujuan untuk menggambarkan secara keseluruhan data yang dikumpulkan saat penelitian. Pada riset ini peneliti menggambarkan hasil motivasi siswa SMP Negeri 22 Surabaya dalam mengikuti ekstrakurikuler olahraga futsal. Hasil yang didapat melalui kuesioner motivasi yang disebarakan kepada 43 responden yaitu siswa ekstrakurikuler olahraga futsal. Berikut tabel 3. bisa dicermati terkait deskripsi kuantitatif motivasi siswa ekstrakurikuler olahraga futsal di SMP Negeri 22 Surabaya.

Tabel 3.3 Analisis Deskriptif Kuantitatif

Mean	55.53
Median	56.00
Mode	57
Std. Deviation	5.754
Minimum	43
Maximum	68
N	43
Sum	2388

Sumber : Data primer yang diolah, 2024.

Tabel diatas diperoleh informasi deskripsi kuantitatif hasil total skor dari kuesioner motivasi siswa mengikuti ekstrakurikuler futsal di SMP Negeri 22 Surabaya. Didapat skor rata-rata sebesar 55,53, nilai tengah sebesar 56, nilai modus sebesar 57, nilai standar deviasi sebesar 5,754, nilai minimal sebesar 43, nilai maksimal sebesar 68, jumlah responden sebesar 43 orang dan total keseluruhan skor sebesar 2388.

Selain itu riset ini bertujuan untuk menentukan kategori motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler futsal. Penentuan kategori siswa mengacu pada penilaian norma persentatif yang dikemukakan oleh Suharsimi Arikunto pada bukunya metode penelitian dari lima kriteria. Adapun lima kriteria penentuan kategori yang dimaksud diantaranya kategori sangat tinggi,

tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah. Data motivasi siswa yang diperoleh dari penelitian kemudian diperiksa kembali, diklasifikasikan menurut golongan kemudian dianalisis sehingga akan menghasilkan data deskriptif analisis, dan diperiksa kembali. Terkait hasil penentuan kategori atau golongan motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler olahraga futsal bisa dicermati pada tabel bawah ini.

Tabel 3.4 Deskriptif Persentase

Skala	Kriteria	Frekuensi	%	Rerata Keseluruhan
81 % - 100 %	Sangat Tinggi	3	6,98	69 (Tinggi)
61 % - 80 %	Tinggi	35	81,40	
41 % - 60 %	Sedang	5	11,63	
21 % - 40 %	Rendah	0	0	
0 % - 20 %	Sangat Rendah	0	0	
Total		43	100	

Sumber : Data primer yang diolah, 2024.

Tabel diatas menunjukkan informasi bahwa motivasi 43 siswa mengikuti ekstrakurikuler futsal di SMP Negeri 22 Surabaya yang termasuk golongan sangat tinggi terdapat 3 orang atau sebesar 6,98 persen, siswa dengan motivasi tinggi terdapat 35 orang atau sebesar 81,40 persen, dan siswa dengan motivasi sedang terdapat 5 orang atau sebesar 11,63 persen. Selain itu dari data tersebut juga dapat dilihat bahwasanya secara keseluruhan, motivasi siswa yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di SMP Negeri 22 Surabaya termasuk kategori motivasi tinggi.

Berdasarkan hasil analisis data dan gambaran umum hasil jawaban responden di lapangan bahwa motivasi siswa yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di SMP Negeri 22 Surabaya termasuk kategori motivasi tinggi. Sejumlah 43 siswa mengikuti ekstrakurikuler futsal di SMP Negeri 22 Surabaya yang termasuk golongan sangat tinggi terdapat 3 orang atau sebesar 6,98 persen, siswa dengan motivasi tinggi terdapat 35 orang atau sebesar 81,40 persen, dan siswa dengan motivasi sedang terdapat 5 orang atau sebesar 11,63 persen. Selain itu dari data tersebut juga dapat dilihat bahwasanya secara keseluruhan, motivasi siswa yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di SMP Negeri 22 Surabaya termasuk kategori motivasi tinggi. Selain itu

dari hasil observasi tim futsal SMP Negeri 22 Surabaya sederajat dapat dikatakan prestasi tim futsal belum maksimal di tingkat kota dalam kejuaraan O2SN atau Popda tingkat pelajar SMP/MTs Hal ini dapat disebabkan berbagai hal seperti faktor internal dan faktor eksternal manusia itu sendiri.

Sejalan dengan riset yang dilakukan oleh Chandra dan Wahtudi tahun 2020 dengan hasil penelitian bahwa motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler basket tergolong tinggi (75,49%). Pada hasil riset tersebut motivasi dipengaruhi oleh bakat, teman, lingkungan siswa dan sarana prasarana sekolah. Selaras juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Heri tahun 2022 yakni hasil riset menunjukkan motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Jatisari termasuk kategori sangat tinggi atau sebesar 85 persen. Hal ini dikarenakan faktor internal dan faktor eksternal siswa. Pada kenyataannya, terdapat banyak faktor yang mempengaruhi motivasi siswa untuk mengikuti ekstrakurikuler futsal di sekolah. Faktor-faktor ini dapat berasal dari dalam diri siswa sendiri atau dari lingkungan sekitar. Penting bagi sekolah dan pihak terkait untuk memperhatikan dan memanfaatkan faktor-faktor ini untuk meningkatkan motivasi siswa dan mengembangkan potensi mereka dalam mengikuti ekstrakurikuler. Dengan demikian, tercipta siswa yang lebih berprestasi dan bersemangat dalam mengejar cita-cita peserta didik.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis data dan gambaran umum hasil jawaban responden di lapangan bahwa motivasi siswa yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di SMP Negeri 22 Surabaya termasuk kategori motivasi tinggi dengan presentase sebesar 69%. Sejalan dengan riset yang dilakukan oleh Chandra dan Wahtudi tahun 2020 dengan hasil penelitian bahwa motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler basket tergolong tinggi (75,49%). Dari hasil penelitian dan uraian pembahasan maka riset ini dapat disimpulkan Motivasi siswa mengikuti ekstrakurikuler futsal di SMP Negeri 22 Surabaya yang termasuk golongan sangat tinggi terdapat 3 orang atau sebesar 6,98 persen, siswa dengan motivasi tinggi terdapat 35 orang atau sebesar 81,40 persen, dan siswa dengan motivasi sedang terdapat 5 orang atau sebesar 11,63 persen. Selain itu didapat skor rata-rata sebesar 55,53, nilai tengah sebesar 56, nilai modus sebesar 57, nilai standar deviasi sebesar 5,754, nilai minimal sebesar 43, nilai maksimal sebesar 68, jumlah responden sebesar 43 orang dan total keseluruhan skor sebesar 2388.

Dari hasil penelitian ini ada beberapa saran yang dapat disampaikan oleh peneliti sebagai berikut :

1. Bagi Sekolah, hendaknya memperbaiki sarana prasarana olahraga khususnya olahraga futsal secara kuantitatif maupun kualitatif. Sehingga antusias atau motivasi siswa dalam mengikuti olahraga akan semakin banyak jumlah siswanya.
2. Bagi Siswa, diharapkan siswa selain motivasi mengikuti olahraga yang tinggi harus diimbangi dengan mengikuti latihan secara bersungguh-sungguh.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya, diharapkan untuk menambahkan variabel faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler olahraga di sekolah.

DAFTAR REFERENSI

- Widiyono, I. P., & Mudiono. (2021). Keterampilan dasar futsal peserta ekstrakurikuler di SMK Ma'arif 1 Kebumen tahun ajaran 2019/2020. *JUMORA: Jurnal Moderasi Olahraga*, 1(01), 10–17.
- Wibowo, A. T. (2019). Keterampilan dasar permainan futsal. MBridge Press.
- Valentino, F., & Iskandar, M. (2020). Identifikasi minat siswa pada ekstrakurikuler sepak bola. *Jurnal Master Penjas & Olahraga*, 1(1), 47–54.
- Taufik, M. S., Widiastuti, Setiakarnawijaya, Y., & Dlis, F. (2022). Buku panduan futsal (metode latihan). Eureka Media Aksara.
- Tangkudung, J., & Mylsidayu, A. (2017). Mental training aspek-aspek psikologi dalam olahraga. *CAKRAWALA CENDEKIA*.
- Sutiana, Y. W. (2020). Tingkat keterampilan dasar futsal pada ekstrakurikuler futsal Nihayatul Amal Purwasari. *Halaman Olahraga Nusantara*, 3(2), 124–130.
- Sugiyono. (2017). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. ALFABETA CV.
- Samsudin. (2014). Model pembelajaran pendidikan jasmani. Prenada Media Group.
- Saleh, A. A. (2018). Pengantar psikologi. Aksara Timur.
- Sakti, M. T., Fahrudin, & Nurwansyah, R. (2021). Tingkat kecemasan atlet futsal siswa ekstrakurikuler di SMK Tri Asyifa Cikampek. *Jurnal Literasi Olahraga*, 2(4), 119–125.
- Ridwansyah. (2021). Survei minat dan motivasi siswa-siswi dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler futsal di SMP Negeri Kota Samarinda. *Borneo Physical Education Journal*, 2(1), 64–73. <https://jurnal.fkip.unmul.ac.id/index.php/bpej/article/view/593>
- Ratno, P., & Suandi, D. H. (2018). Survey motivasi masyarakat Kota Binjai dalam melakukan aktivitas olahraga di Lapangan Merdeka Kota Binjai. *Jurnal Kesehatan dan Olahraga*, 2(2), 22–33.

- Putra, M. F. P. (2020). Bagaimana motivasi olahraga mahasiswa di Papua? *JTIK: Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 5(1), 51–60. <https://doi.org/10.17509/jtikor.v5i1.24415>
- Prihartanta, W. (2015). Teori-teori motivasi. *Jurnal Adabiya*, 1(83).
- Pradono, J., Hapsari, D., Supardi, S., & Budiarto, W. (2018). Buku panduan manajemen penelitian kuantitatif. In Trihono (Ed.), *Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan* (Vol. 53, Issue 9). Balitbangkes.
- Nurjan, S. (2016). Psikologi belajar (Edisi Revisi). Wade Group. BuatBuku.com
- Nuaba, I. G. P. (2015). Pedoman dasar latihan futsal tahap I. Gobolabali.
- Novianto, T., & Nugraheningsih, G. (2021). Penguasaan keterampilan dasar bermain futsal pada siswa U-15 Akademi Futsal GMS FLahat Sumatera Selatan. *Jurnal Olympia*, 3(1), 1–8.
- Narlan, A., Juniar, D. T., & Millah, H. (2017). Pengembangan instrumen olahraga futsal. *Jurnal Siliwangi*, 3(2), 241–247.
- Mashud, M., Hamid, A., & Abdillah, S. (2019). Pengaruh komponen fisik dominan olahraga futsal terhadap teknik dasar permainan futsal. *Gladi: Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 10(1), 28–38.
- Litardiansyah1, B. A., & Hariyanto, E. (2020). Survei kondisi fisik peserta ekstrakurikuler futsal putra dan putri Sekolah Menengah Atas. *Sport Science and Health*, 2(6), 331–339.
- Kurniawan, A. W., Wijayanto, A., Amiq, F., & Hafiz, M. (2021). Psikologi olahraga. Akademia Pustaka.
- Izzatunnisa, L., Suryanda, A., Kholifah, A. S., Loka, C., Goesvita, P. P. I., Aghata, P. S., & Anggraeni, S. (2021). Motivasi belajar siswa selama pandemi dalam proses belajar dari rumah. *Jurnal Pendidikan*, 9(2), 2013–2015.
- Herlina, H., & Suherman, M. (2020). Potensi pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) di tengah pandemi Corona Virus Disease (COVID)-19 di Sekolah Dasar. *Tadulako Journal Sport Sciences and Physical Education*, 8(1), 1–7. <http://jurnal.untad.ac.id/jurnal/index.php/PJKR/article/view/16186>
- Heri, S., Aminudin, R., & Purbangkara, T. (2022). Motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Jatisari. *Jurnal Pendidikan: Riset & Konseptual*, 6(1), 8–13.
- Ghozali, I. (2013). Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS 20. Universitas Diponegoro.
- Firdaus, K. (2012). Psikologi olahraga: Teori dan aplikasi. Universitas Negeri Padang Press.
- Festiawan, R. (2020). Metode circuit training terhadap peningkatan kemampuan VO₂max pemain sepakbola. *Sport Science*, 20, 138–148. <http://sportsscience.ppj.unp.ac.id/index.php/jss/article/view/54>

- Fara, A., Islami, D., & Primanita, R. Y. (2017). Hubungan learning plateau dan prestasi belajar. *Jurnal RAP UNP*, 8(2), 123–134.
- Desmita. (2009). *Psikologi perkembangan peserta didik*. Remaja Rosdakarya Offset.
- Candra, O., & Wahyudi, W. (2020). Motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolabasket di SMP Negeri 9 Pekanbaru. *Journal of Sport Education (JOPE)*, 2(2), 70–77. <https://doi.org/10.31258/jope.2.2.70-78>
- Asnaldi, A., Zulman, & Madri, M. (2018). Hubungan motivasi olahraga dan kemampuan motorik dengan hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan siswa Sekolah Dasar Negeri 16 Sintoga Kecamatan Sintuk Toboh Gadang Kabupaten Padang Pariaman. *Jurnal MensSana*, 3(2), 16. <https://doi.org/10.24036/jm.v3i2.75>
- Arikunto, S. (2016). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Rineka Cipta.
- Andi Setiawan, M. (2017). Belajar dan pembelajaran (Vol. 3, Issue 2). *Uwais Inspirasi Indonesia*. <https://doi.org/10.24952/fitrah.v3i2.945>