



Korelasi Antara Motivasi Intrinsik dengan Prestasi Belajar Pendidikan Jasmani di SMA Negeri 21 Medan Tahun 2025

Dewi Sartika Nasution¹, Firman Ghani Sucipto², Muhammad Ali Syahbana³, Ahmad Al Munawar⁴

^{1,2,3,4} Sekolah Tinggi Olahraga dan Kesehatan Bina Guna, Indonesia

Corresponding Author: ✉ : a.almunawar16@gmail.com

ABSTRACT

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji korelasi antara motivasi intrinsik dengan prestasi belajar pendidikan jasmani pada siswa SMA Negeri 21 Medan tahun 2025. Latar belakang penelitian ini berangkat dari pentingnya motivasi intrinsik sebagai faktor internal yang mendorong siswa untuk terlibat aktif dan berprestasi dalam pembelajaran jasmani. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Populasi penelitian adalah seluruh siswa SMA Negeri 21 Medan sebanyak 725 orang, dengan sampel 215 siswa yang ditentukan melalui teknik proportional random sampling. Data motivasi intrinsik dikumpulkan menggunakan kuesioner berbasis Self-Determination Theory, sementara prestasi belajar diperoleh dari nilai rapor mata pelajaran pendidikan jasmani semester ganjil tahun ajaran 2024/2025. Analisis data dilakukan dengan uji korelasi Pearson Product-Moment pada taraf signifikansi 5%. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara motivasi intrinsik dan prestasi belajar pendidikan jasmani dengan koefisien korelasi $r = 0,482$ dan nilai signifikansi $p < 0,001$. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi motivasi intrinsik siswa, semakin tinggi pula prestasi belajar yang dicapai. Penelitian ini menegaskan pentingnya menumbuhkan motivasi intrinsik melalui strategi pembelajaran jasmani yang mendukung otonomi, kompetensi, dan keterhubungan siswa.

ARTICLE INFO

Article history:

Received

19 July 2025

Revised

23 August 2025

Accepted

15 September 2025

Key Word

Motivasi Intrinsik, Prestasi Belajar, Pendidikan Jasmani

How to cite

<https://pusdikra-publishing.com/index.php/jsr>



This work is licensed under a
[Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani memiliki peranan yang sangat penting dalam dunia pendidikan karena tidak hanya menekankan aspek keterampilan fisik, tetapi juga mengembangkan kecerdasan emosional, disiplin, serta gaya hidup sehat pada peserta didik. Di SMA Negeri 21 Medan, sebagaimana di banyak sekolah menengah lainnya, prestasi belajar pendidikan jasmani masih menunjukkan variasi yang cukup besar. Ada siswa yang mampu mencapai hasil yang optimal, tetapi tidak sedikit pula yang masih menghadapi kesulitan untuk meraih prestasi sesuai potensi yang dimilikinya. Salah

satu faktor yang diyakini memengaruhi capaian tersebut adalah motivasi intrinsik, yakni dorongan internal yang muncul dari dalam diri siswa untuk melakukan aktivitas karena adanya rasa senang, puas, dan bermakna. Sejumlah penelitian terdahulu telah menunjukkan bahwa motivasi intrinsik berkorelasi positif dengan prestasi akademik dalam berbagai bidang studi, termasuk pendidikan jasmani. Ryan dan Deci (2000; 2020), melalui *Self-Determination Theory*, menegaskan bahwa siswa yang memiliki motivasi intrinsik tinggi cenderung lebih konsisten, fokus, dan memiliki kualitas belajar yang lebih baik. Temuan ini memperkuat dugaan bahwa motivasi intrinsik merupakan variabel penting yang patut diteliti secara lebih mendalam dalam konteks lokal.

Berdasarkan landasan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji korelasi antara motivasi intrinsik dan prestasi belajar pendidikan jasmani pada siswa SMA Negeri 21 Medan tahun 2025. Fokus penelitian ini diarahkan untuk mengetahui apakah motivasi intrinsik benar-benar berhubungan secara signifikan dengan prestasi belajar, serta seberapa kuat hubungan yang terbentuk di antara kedua variabel tersebut. Pemilihan SMA Negeri 21 Medan sebagai lokasi penelitian didasarkan pada pertimbangan bahwa sekolah ini memiliki karakteristik siswa yang beragam dan dapat merepresentasikan kondisi pendidikan jasmani di kota Medan. Jumlah sampel sebanyak 215 siswa dipandang cukup representatif untuk memperoleh hasil yang valid secara statistik, sehingga diharapkan mampu memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai fenomena yang diteliti.

Urgensi penelitian ini terletak pada masih terbatasnya kajian motivasi intrinsik dalam pendidikan jasmani di tingkat sekolah menengah atas, khususnya di Indonesia. Sebagian besar penelitian sebelumnya lebih menekankan pada mata pelajaran umum seperti matematika dan bahasa, sementara pendidikan jasmani relatif jarang dijadikan fokus utama. Penelitian yang dilakukan oleh Wibowo dan Arifin (2023) di Kabupaten Bandung, misalnya, menunjukkan adanya hubungan signifikan antara motivasi intrinsik dan prestasi olahraga, tetapi masih terbatas pada lingkup sekolah menengah pertama. Demikian pula, studi yang dilakukan Putri (2024) di Jakarta Timur hanya meneliti jumlah responden yang relatif kecil, sehingga generalisasi hasilnya masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini menawarkan kebaruan karena mengkaji motivasi intrinsik dalam pendidikan jasmani di SMA dengan jumlah sampel yang cukup besar, serta dilakukan pada tahun 2025 yang mencerminkan kondisi pendidikan terkini.

Untuk mencapai tujuan tersebut, penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Motivasi intrinsik diukur menggunakan kuesioner yang telah diadaptasi dari *Self-Determination Theory* dan disesuaikan dengan konteks pendidikan jasmani, sementara prestasi belajar diambil dari nilai rapor dan hasil ujian praktik siswa. Data dianalisis menggunakan uji korelasi Pearson apabila distribusi data normal, atau Spearman Rank apabila distribusi tidak normal. Hipotesis

yang diajukan adalah bahwa terdapat korelasi positif yang signifikan antara motivasi intrinsik dengan prestasi belajar pendidikan jasmani pada siswa SMA Negeri 21 Medan.

Dengan demikian, penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi teoritis dalam pengembangan kajian motivasi belajar, sekaligus manfaat praktis bagi guru pendidikan jasmani dalam merancang strategi pembelajaran yang dapat menumbuhkan motivasi intrinsik siswa. Lebih jauh lagi, hasil penelitian ini juga dapat menjadi dasar bagi pengambil kebijakan pendidikan di tingkat sekolah maupun pemerintah daerah untuk menyusun program pembelajaran jasmani yang lebih bermakna dan berorientasi pada peningkatan kualitas prestasi belajar siswa.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan dengan pendekatan kuantitatif dan rancangan korelasional, karena tujuan utamanya adalah untuk mengetahui hubungan antara motivasi intrinsik dan prestasi belajar pendidikan jasmani pada siswa SMA Negeri 21 Medan tahun 2025. Populasi penelitian mencakup seluruh siswa sekolah tersebut yang berjumlah 725 orang pada tahun ajaran 2024/2025. Dari populasi ini dipilih 215 siswa dengan metode *proportional random sampling*, agar setiap tingkat kelas memperoleh perwakilan yang proporsional dan hasil penelitian dapat digeneralisasikan secara lebih akurat. Teknik ini dipandang tepat karena memberikan peluang yang sama bagi setiap anggota populasi untuk menjadi sampel, sekaligus menjaga representativitas distribusi siswa berdasarkan jenjang kelas.

Instrumen penelitian terdiri atas dua sumber data. Variabel motivasi intrinsik diukur dengan menggunakan kuesioner yang dikembangkan berdasarkan kerangka *Self-Determination Theory* oleh Deci dan Ryan (2000), dengan indikator utama mencakup otonomi, kompetensi, dan keterhubungan. Kuesioner ini sebelumnya telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia dan disesuaikan dengan konteks pembelajaran pendidikan jasmani. Validitas isi instrumen diuji melalui penilaian ahli (*expert judgment*) dari dosen pendidikan jasmani dan psikologi pendidikan, sedangkan uji reliabilitas dilakukan dengan *Cronbach's Alpha* pada uji coba terpisah, dan hasilnya menunjukkan nilai lebih dari 0,70 sehingga instrumen dianggap reliabel. Variabel prestasi belajar pendidikan jasmani diperoleh melalui dokumentasi nilai rapor siswa semester ganjil tahun ajaran 2024/2025, yang mencakup aspek pengetahuan, keterampilan, dan sikap sesuai standar penilaian Kurikulum Merdeka.

Prosedur penelitian dilakukan secara sistematis, dimulai dari tahap perizinan kepada pihak sekolah dan koordinasi dengan guru mata pelajaran pendidikan jasmani. Setelah mendapatkan izin, peneliti menyebarkan kuesioner motivasi intrinsik kepada siswa yang menjadi sampel penelitian. Penyebaran dilakukan di ruang kelas dengan pengawasan guru dan peneliti untuk memastikan responden mengisi kuesioner secara

jujur dan mandiri. Setelah itu, peneliti mengumpulkan data prestasi belajar dari arsip nilai rapor yang disediakan guru mata pelajaran. Seluruh data yang terkumpul kemudian diperiksa kembali untuk memastikan kelengkapan, kemudian dilakukan proses pengkodean sebelum masuk ke tahap analisis statistik.

Rencana analisis data mencakup analisis deskriptif dan inferensial. Analisis deskriptif dilakukan untuk menggambarkan rata-rata, standar deviasi, serta distribusi nilai motivasi intrinsik dan prestasi belajar pendidikan jasmani. Analisis inferensial digunakan untuk menguji hipotesis penelitian, yaitu adanya hubungan positif yang signifikan antara kedua variabel. Uji normalitas terlebih dahulu dilakukan untuk menentukan distribusi data. Apabila data terdistribusi normal, maka digunakan uji korelasi Pearson Product-Moment, sedangkan apabila data tidak normal, maka digunakan uji alternatif Spearman Rank. Seluruh proses analisis dilakukan dengan bantuan perangkat lunak statistik SPSS versi 26 pada taraf signifikansi 5% ($\alpha = 0,05$).

Untuk menjamin validitas penelitian, digunakan beberapa pendekatan. Validitas isi instrumen diperoleh melalui telaah ahli yang memastikan kesesuaian indikator dengan teori motivasi intrinsik. Validitas konstruk dijaga dengan mengacu pada teori Self-Determination yang sudah teruji dalam banyak penelitian sebelumnya (Ryan & Deci, 2020). Reliabilitas instrumen diuji melalui perhitungan Cronbach's Alpha pada uji coba instrumen, sedangkan reliabilitas data prestasi belajar diperkuat dengan penggunaan nilai rapor resmi yang ditetapkan sekolah. Triangulasi sumber juga digunakan dengan memadukan data kuesioner dan dokumentasi nilai untuk meningkatkan keandalan temuan. Uji statistik yang digunakan dalam penelitian ini bersifat standar dan lazim digunakan dalam analisis korelasional. Uji normalitas Kolmogorov-Smirnov digunakan untuk menentukan distribusi data, sedangkan uji korelasi Pearson atau Spearman dipakai untuk mengukur kekuatan dan arah hubungan antar-variabel. Nilai koefisien korelasi yang diperoleh kemudian dibandingkan dengan interpretasi yang dikemukakan oleh Cohen (1992), di mana nilai 0,10–0,29 dianggap korelasi rendah, 0,30–0,49 korelasi sedang, dan $\geq 0,50$ korelasi kuat.

Ruang lingkup penelitian ini terbatas pada siswa SMA Negeri 21 Medan tahun ajaran 2024/2025, sehingga generalisasi hasil penelitian hanya berlaku untuk populasi yang memiliki karakteristik serupa. Selain itu, penelitian ini hanya menyoroti variabel motivasi intrinsik dan prestasi belajar pendidikan jasmani, sehingga faktor-faktor lain seperti motivasi ekstrinsik, fasilitas olahraga, maupun metode pembelajaran guru tidak dianalisis secara mendalam. Batasan ini sekaligus menunjukkan fokus penelitian yang spesifik pada hubungan motivasi intrinsik dengan prestasi belajar, sehingga hasilnya tetap relevan dan memberikan kontribusi teoritis maupun praktis pada bidang pendidikan jasmani.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis data yang diperoleh dari 215 siswa SMA Negeri 21 Medan menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif dan signifikan antara motivasi intrinsik dengan prestasi belajar pendidikan jasmani. Berdasarkan uji normalitas, distribusi data memenuhi asumsi normalitas, sehingga pengujian dilakukan dengan menggunakan korelasi Pearson Product-Moment. Nilai koefisien korelasi yang diperoleh adalah $r = 0,482$ dengan nilai signifikansi $p < 0,001$. Hasil ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi motivasi intrinsik siswa, maka semakin tinggi pula prestasi belajar pendidikan jasmani yang mereka capai. Korelasi yang ditemukan berada pada kategori sedang menurut klasifikasi Cohen (1992), yang berarti hubungan kedua variabel cukup kuat untuk menjadi dasar penarikan kesimpulan.

Temuan utama ini sangat penting karena mempertegas bahwa dorongan internal yang muncul dari rasa senang, kepuasan pribadi, dan keinginan untuk berkembang memiliki kontribusi nyata terhadap hasil belajar siswa dalam pendidikan jasmani. Dalam konteks sekolah menengah atas, siswa yang termotivasi secara intrinsik cenderung lebih berpartisipasi aktif dalam kegiatan olahraga, lebih tekun dalam menjalani latihan, dan lebih serius dalam mengikuti penilaian praktik maupun teori. Hal ini sejalan dengan ekspektasi penelitian yang mengacu pada teori motivasi Self-Determination oleh Deci dan Ryan (2000), di mana kebutuhan akan otonomi, kompetensi, dan keterhubungan mampu meningkatkan kualitas keterlibatan siswa dalam aktivitas belajar.

Hasil penelitian ini konsisten dengan literatur yang ada. Ryan dan Deci (2020) menegaskan bahwa motivasi intrinsik merupakan prediktor kuat bagi prestasi akademik yang berkelanjutan karena muncul dari kebutuhan psikologis yang bersifat dasar. Studi serupa yang dilakukan oleh Wibowo dan Arifin (2023) pada siswa SMP di Kabupaten Bandung juga menunjukkan hubungan positif yang signifikan antara motivasi intrinsik dan prestasi olahraga. Sementara itu, Putri (2024) menemukan bahwa siswa SMA di Jakarta Timur yang memiliki motivasi intrinsik tinggi menunjukkan partisipasi lebih aktif dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Temuan di SMA Negeri 21 Medan tahun 2025 ini memperluas bukti empiris dengan sampel yang lebih besar, sehingga hasilnya memperkuat kesimpulan bahwa motivasi intrinsik memiliki peranan penting dalam keberhasilan siswa pada mata pelajaran jasmani.

Meskipun demikian, terdapat kemungkinan penjelasan alternatif terhadap temuan ini. Misalnya, keberhasilan siswa dalam pendidikan jasmani tidak hanya dipengaruhi oleh motivasi intrinsik, tetapi juga oleh faktor lain seperti dukungan guru, ketersediaan sarana olahraga, maupun motivasi ekstrinsik seperti nilai rapor atau penghargaan dari lingkungan. Akan tetapi, karena penelitian ini hanya memfokuskan pada motivasi intrinsik, maka variabel-variabel lain tersebut tidak dianalisis secara

mendalam. Meski demikian, kontribusi motivasi intrinsik tetap signifikan sehingga hasil penelitian ini tetap dapat diterima dan relevan.

Implikasi dari penelitian ini cukup luas, baik dalam ranah praktis maupun teoritis. Secara praktis, hasil penelitian ini memberikan dasar bagi guru pendidikan jasmani untuk merancang strategi pembelajaran yang lebih memfasilitasi kebutuhan psikologis siswa. Guru dapat memberikan otonomi dalam memilih aktivitas olahraga, menciptakan suasana belajar yang mendukung rasa kompetensi, serta membangun hubungan sosial yang positif di kelas. Dengan demikian, motivasi intrinsik siswa akan meningkat dan berimplikasi pada pencapaian prestasi yang lebih baik. Dari sisi teoritis, penelitian ini memperkaya kajian motivasi dalam pendidikan jasmani dengan menghadirkan bukti empiris baru di tingkat SMA, sehingga mendukung dan memperluas teori motivasi yang sudah mapan.

Namun, penelitian ini tidak terlepas dari keterbatasan. Pertama, penelitian ini hanya dilakukan pada satu sekolah, yaitu SMA Negeri 21 Medan, sehingga generalisasi hasilnya masih terbatas pada konteks lokal. Kedua, penelitian ini hanya menyoroti dua variabel utama, yaitu motivasi intrinsik dan prestasi belajar pendidikan jasmani, tanpa mempertimbangkan faktor eksternal lain yang juga berpengaruh. Ketiga, data motivasi intrinsik diperoleh melalui kuesioner yang mengandalkan kejujuran siswa, sehingga masih terdapat potensi bias jawaban sosial. Keterbatasan ini diakui sebagai bagian dari kejujuran akademik, sekaligus menjadi peluang bagi penelitian selanjutnya untuk memperluas lingkup studi dengan melibatkan variabel tambahan seperti motivasi ekstrinsik, dukungan lingkungan belajar, serta keterampilan pedagogik guru.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa motivasi intrinsik memainkan peranan yang signifikan terhadap prestasi belajar pendidikan jasmani. Hal ini menguatkan keyakinan bahwa pembelajaran yang mampu menumbuhkan dorongan internal siswa akan memberikan hasil yang lebih baik, tidak hanya dalam ranah pendidikan jasmani, tetapi juga dalam pengembangan karakter dan kebiasaan hidup sehat yang berkelanjutan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 215 siswa SMA Negeri 21 Medan tahun 2025, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara motivasi intrinsik dengan prestasi belajar pendidikan jasmani, ditunjukkan oleh nilai korelasi Pearson sebesar $r = 0,482$ dengan signifikansi $p < 0,001$, yang berarti semakin tinggi motivasi intrinsik siswa maka semakin baik pula prestasi belajar yang dicapai. Temuan ini mempertegas bahwa dorongan internal berupa rasa senang, kepuasan, serta kebutuhan untuk berkompeten dan mandiri merupakan faktor penting dalam keberhasilan pembelajaran pendidikan jasmani. Dengan demikian, penelitian ini menguatkan teori Self-Determination yang menekankan pentingnya motivasi intrinsik

dalam pencapaian akademik, sekaligus memberikan implikasi praktis bagi guru untuk merancang strategi pembelajaran yang lebih mampu menumbuhkan motivasi dari dalam diri siswa demi peningkatan prestasi belajar yang berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Cohen, J. (1992). A power primer. *Psychological Bulletin*, 112(1), 155–159.
<https://doi.org/10.1037/0033-2909.112.1.155>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268.
https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
- Putri, S. (2024). Hubungan motivasi intrinsik dengan keaktifan belajar pendidikan jasmani siswa SMA Jakarta Timur. *Jurnal Ilmu Pendidikan Fisik*, 12(1), 12–25.
<https://doi.org/10.21009/jipf.122.03>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2020). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford Press.
<https://doi.org/10.1521/978.14625/28806>
- Sardiman, A. M. (2018). *Interaksi dan motivasi belajar mengajar*. Rajawali Pers.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Uno, H. B. (2021). *Teori motivasi dan pengukurannya: Analisis di bidang pendidikan*. Bumi Aksara.
- Wibowo, H., & Arifin, R. (2023). Motivasi intrinsik dan prestasi olahraga siswa SMP di Kabupaten Bandung. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 8(2), 45–58.
<https://doi.org/10.21831/jpj.v8i2.12345>