
***Analysis of Motivation Level of Student Physical Activity in Pandemi Covid-19
Bandung***

Dzaky Alhadi^{1*}, Rini Syafriani¹, Iskandar Muda¹, Nur Luthfiatus Solikhah¹

¹*Institut Teknologi Bandung, Bandung, Indonesia*

Diterima: 5 Desember 2023; Diperbaiki: 4 Januari 2024; Diterima terbit: 31 Januari 2024

Abstrak

Motivasi olahraga pada siswa pasca pandemi ini berpengaruh untuk melakukan aktivitas olahraga pasca pandemi ini. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan perbandingan motivasi olahraga siswa dan siswi pasca pandemi COVID-19 di Bandung. Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif kuantitatif. Populasi pada penelitian ini adalah siswa dan siswi Sekolah menengah atas di Bandung. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa dan siswi yang sedang aktif sekolah pasca pandemi di Bandung. Dalam pengambilan sampel, peneliti menggunakan purposive sampling. Penelitian ini menggunakan instrumen kuisioner motivasi scale II dan survey. Analisis data menggunakan uji statistic Kolmogrov Smirnov untuk pengujian normalitas data dan uji Independent T Test untuk mengetahui perbedaan motivasi antara jenis kelamin saat berolahraga pasca pandemic COVID-19 di wilayah kota Bandung. Berdasarkan data tes statistika data diketahui nilai Sig (2-tailed) sebesar $0.001 > 0.05$ maka dapat disimpulkan bahwa dengan demikian adanya perbedaan yang signifikan antara motivasi olahraga siswa laki-laki dan perempuan yang memiliki motivasi saat berolahraga. Karena adanya perbedaan yang signifikansi ini maka dapat diketahui bahwa motivasi olahraga siswa laki-laki dan perempuan mempengaruhi saat beraktivitas olahraga.

Kata kunci: Motivasi, Aktivitas olahraga, Jenis kelamin, Covid-19.

Abstract

Sports motivation for post -pandemic students influences this post -pandemic sports activity. This study aims to describe the comparison of the sports motivation of students after Pandemi Covid-19 in Bandung. The research method used is a quantitative descriptive method. The population in this study were high school students and students in Bandung. The sample in this study was students and students who were active in post -Pandemic schools in Bandung. In returning the sample, researchers used purposive sampling. This study uses questionnaire motivasi scale II and survey instruments. Data analysis uses the Statistics Test of Smirnov Colmogrov for testing data normality and Independent T Test tests to find out the difference in motivation between sex during exercise after Pandemi Covid-

19 in the city of Bandung. Based on the data statistical test data, it is known that the sig (2-tailed) value is $0.001 > 0.05$, it can be concluded that with the significant difference between the sport motivation of male and female students who have motivation when exercising. Because of this significant difference, it can be seen that the motivation of male and female students affects during sports activities.

Keywords: Motivation, Sport Activity, Gender, Covid-19.

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani ialah sebuah proses pendidikan yang menyediakan suatu pembelajaran pada siswa dan siswi berupa aktifitas fisik dan permainan. Pendidikan jasmani mempunyai tujuan untuk merangsang perkembangan fisik dan keterampilan motorik peserta didik. Pendidikan jasmani adalah bidang yang diinformasikan oleh berbagai disiplin ilmu, diungkapkan dalam berbagai perhatian penelitian (Bailey, 2018). Sulit untuk memikirkan cabang lain dari penelitian pendidikan dan berlatih dengan berbagai macam badan kontribusi pengetahuan yang sebanding. Selain itu, pendidikan jasmani berhubungan dengan salah satu mata pelajaran yang ada di lapangan. Sehingga seorang guru harus mempunyai inovasi yang membuat peserta didik tertarik dengan aktivitas pembelajaran jasmani, supaya peserta didik dapat mengikuti suatu pembelajaran dengan maksimal. Seorang guru juga harus mempunyai strategi pengajaran sebelum pembelajaran dimulai, hal ini berguna agar peserta didik dapat mencapai tujuan pembelajaran. Tujuan pendidikan jasmani yaitu untuk mengembangkan individu yang memiliki pengetahuan, keterampilan, dan kepercayaan diri untuk menikmati aktivitas fisik yang sehat seumur hidup (Dyson, 2014).

Peserta didik juga dituntut agar mempunyai motivasi untuk mengikuti pembelajaran jasmani. Memberikan sebuah motivasi pada peserta didik sangat diperlukan, karena tidak semua peserta didik tertarik dengan materi Pendidikan jasmani. Peserta didik yang mengikuti pembelajaran Pendidikan jasmani mempunyai manfaat yaitu untuk meningkatkan pengetahuan terhadap olahraga,

membangun kinerja motorik, dan mempunyai manfaat bagi kesehatan (Rosenstiel dkk, 2022).

Peserta didik mengalami proses belajar dikelas yang melelahkan, jadi peserta didik membutuhkan kebugaran fisik yang prima. Selama hari sekolah, pendidikan jasmani memberikan sebuah kegiatan aktifitas olahraga kepada peserta didik, dan pendidikan jasmani juga memberikan kesempatan untuk anak-anak untuk mengurangi waktu duduk selama hari sekolah (Tanaka dkk, 2018). *Pandemic Covid-19* ini memiliki banyaknya perubahan yang terjadi pada seseorang yaitu seperti, kurangnya berolahraga dan beraktivitas fisik. (Schnitzer dkk, 2020) menyatakan bahwa selama *Pandemic Covid-19*, masyarakat pada umumnya mengalami penurunan aktivitas diluar, terutama kegiatan olahraga selama karantina di rumah. Oleh karena itu, seseorang di anjurkan untuk beraktivitas fisik atau olahraga agar membuat tubuh sehat dan tidak mudah terkena penyakit, sebelumnya kita sudah melewati *pandemic Covid-19* yang membuat orang untuk jarang beraktivitas fisik.

Adanya pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dapat membantu peserta didik untuk meningkatkan kebugarannya, agar saat pembelajaran akademik berlangsung peserta didik tidak merasa kelelahan. Secara umum, ada perbedaan jenis kelamin peserta didik yaitu laki-laki dan perempuan. Adanya perbedaan jenis kelamin dalam pembelajaran pendidikan jasmani akan mempunyai pengaruh yang besar, karena tidak semua peserta didik menyukai pembelajaran pendidikan jasmani. Perempuan lebih cenderung memiliki rasa ingin menguasai bidang akademik daripada anak laki-laki (Yu & Mclellan, 2019). Peserta didik berminat dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani, maka siswa dan siswi perlu meningkatkan motivasinya. Motivasi adalah sebuah jembatan yang penting yang dimana guru harus mengetahui dan memahami minat untuk membentuk sikap positif seorang siswa terhadap aktifitas fisik (Ivanova and Korostelev, 2019). Motivasi didefinisikan sebagai proses psikologis yang mengaktifkan, mengarahkan, dan mempertahankan perilaku yang berorientasi pada tujuan (Roberts and Sadler, 2019).

Motivasi adalah sebuah jembatan yang penting yang dimana guru harus mengetahui dan memahami minat dan pembentukan sikap positif seorang siswa

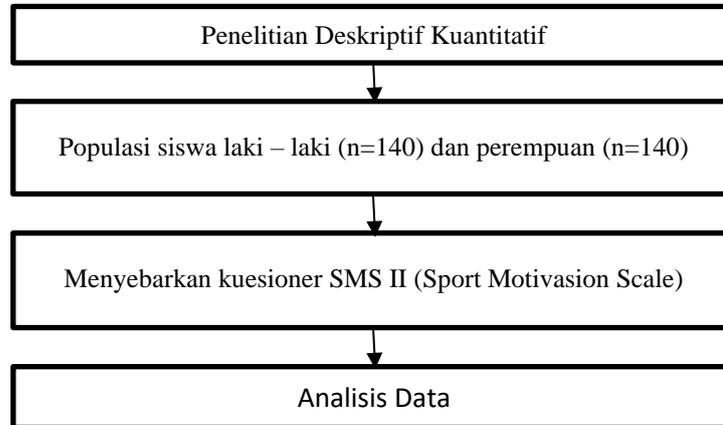
terhadap aktifitas fisik (Ivanova and Korostelev, 2019). Adanya perbedaan motivasi antara laki-laki dan perempuan yang dimana laki-laki lebih termotivasi dalam pembelajaran olahraga ini dikarenakan adanya kesenangan dalam berolahraga sedangkan perempuan lebih banyak tidak melakukan aktifitas fisik atau olahraga. Kegiatan dengan komponen sosial yang kuat adalah yang paling menarik bagi remaja putri (Soares dkk, 2013). Pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah harus meningkatkan aktivitas sosial dan permainan atau kompetitif.

Pembelajaran pendidikan jasmani, guru dituntut untuk menerapkan berbagai jenis pembelajaran dengan lingkungan yang menyenangkan, sehingga siswa senang untuk mengikuti pembelajaran. Menurut pendekatan lingkungan, “belajar” berarti kemampuan untuk secara bertahap menemukan solusi mobilitas yang terbaik untuk tugas tertentu dalam konteks tertentu (Raiola and Tafuri 2015). Jadi guru harus bisa meningkatkan efisiensi dan motivasi siswa dalam olahraga sehingga menjadi sebuah pembelajaran yang menarik. Ada beberapa faktor peserta didik belum memiliki kebugaran fisik yang baik, antara lain yaitu karena faktor lingkungan, faktor pola hidup, dan tidak mempunyai motivasi untuk berolahraga. Salah satu faktor peserta didik tidak mempunyai motivasi dalam olahraga yaitu faktor lingkungan. Mengetahui motivasi peserta didik sangat penting agar mencapai tujuan kebugaran yang baik. Maka peneliti tertarik untuk mengetahui motivasi aktivitas olahraga peserta didik di kota Bandung.

METODE

Penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif, populasi pada penelitian ini adalah siswa dan siswi beberapa Sekolah Menengah Atas di kota Bandung. subjek pada penelitian ini adalah siswa dan siswi yang sedang aktif sekolah setelah *pandemic* di Bandung (n=280). Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Penelitian ini menggunakan instrumen kuisioner, pertanyaan motivasi mengacu pada penelitian yang dilakukan oleh Pelletier (Pelletier dkk, 2013). Analisis data yang digunakan pada penelitian ini menggunakan SPSS yaitu uji *statistic Kolmogrov Smirnov* untuk pengujian normalitas data dan uji *Independent T Test* untuk mengetahui perbedaan motivasi antara jenis kelamin saat berolahraga setelah

pandemic COVID-19 di wilayah kota Bandung. Desain penelitian ini dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Desain penelitian.

HASIL

Penelitian ini mendiskusikan demografi responden tentang jenis kelamin, tinggi badan, usia, berat badan. Informasi yang didapat dari hasil penelitian ini dengan menggunakan angket. Hasil dari penelitian ini sebagai berikut:

Tabel 1. Demografi responden.

Tinggi Badan	Mean ± SD
Laki - Laki	169.0 ± 5.7
Perempuan	157.3 ± 5.6
Berat Badan (Kg)	Mean ± SD
Laki - Laki	59.6 ± 11.9
Perempuan	49.4 ± 9.4
Usia	Mean ± SD
Laki - Laki	16.2 ± 1.3
Perempuan	16.4 ± 3.2

Dapat dilihat rata-rata dari tinggi badan laki-laki adalah 169.0 ± 5.7 dan perempuan memiliki rata-rata tinggi 157.3 ± 5.6 . Rata rata berat badan laki-laki adalah 59.6 ± 11.9 sedangkan perempuan rata-rata berat badannya 49.4 ± 9.4 . Rata

rata usia laki-laki adalah 16.2 ± 1.3 sedangkan perempuan memiliki rata-rata 16.4 ± 3.2 .

Tabel 2. Uji normalitas data motivasi olahraga.

<i>Kolmogrov Smirnov</i>	
Asmp. Sih (2-tailed)	0.184

Sebelum melakukan uji independen T sampel test peneliti ini melakukan uji normalitas data, karena syarat untuk melakukan uji independen T sampel test masing-masing data yang di dibandingkan harus berdistribusi normal, data bisa dibidang normal jika nilai Sig > 0.05 maka data tersebut berdistribusi normal, dapat dilihat dari tabel diatas menunjukkan nilai Sig = 0.184 sehingga data berdistribusi normal, maka peneliti akan melakukan uji parametrik yaitu Uji Independen T test untuk mendapatkan hipotesis.

Tabel 3. Uji homogenitas data motivasi olahraga.

<i>Test of Homogeneity of Variances</i>	
Sig	0.001

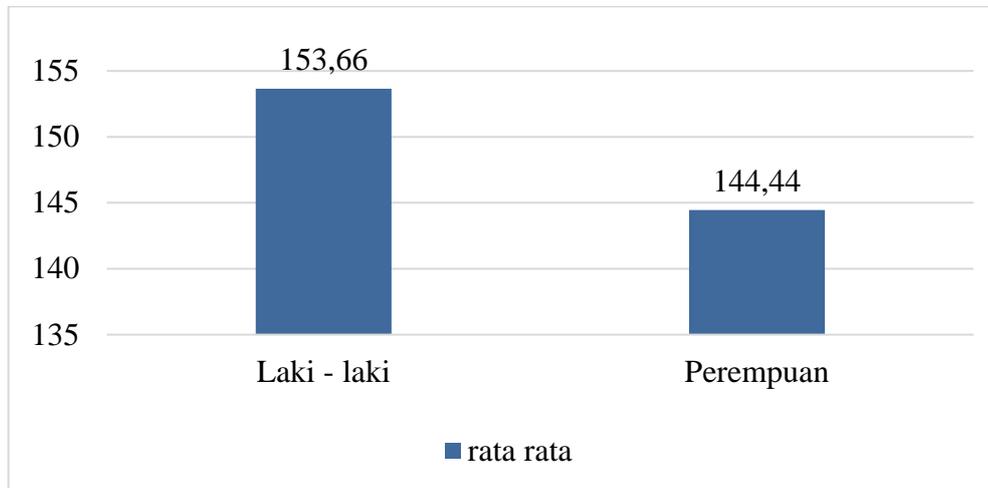
Berdasarkan Tabel diatas diperoleh nilai signifikansi (Sig) sebesar 0.001. maka nilai signifikasnis $0.001 > 0.05$, maka dapat disimpulkan bahwa varian data motivasi siswa laki-laki dan siswa perempuan yang akan di dibandingkan tersebut adanya perbedaan.

Tabel 3. Uji homogenitas data motivasi olahraga.

<i>Independent Samples Test</i>	
Sig. (2-tailed)	0.001

Hasil dari data tes statistika didapatkan nilai Sig (2-tailed) sebesar $0.001 > 0.05$ sehingga mendapatkan kesimpulan terdapat adanya perbedaan yang signifikan antara motivasi olahraga peserta didik laki-laki dan peserta didik perempuan. Karena adanya perbedaan yang signifikan maka didapatkan hasil

bahwa motivasi olahraga peserta didik laki-laki lebih tinggi dari pada peserta didik perempuan.



Gambar 2. Tingkat motivasi olahraga berdasarkan jenis kelamin.

Berdasarkan hasil perhitungan data tes angket motivasi olahraga menghasilkan jumlah nilai rata rata motivasi siswa laki laki $153,66 \pm 38,19$ dan siswi perempuan $1444,44 \pm 31,73$ nilai minimal siswa laki-laki 52 dan nilai minimal siswa perempuan 50, nilai maksimal siswa laki-laki sebanyak 223 dan nilai maksimal siswa perempuan sebanyak 224. Dengan demikian bahwa tingkat motivasi siswa laki-laki yang memiliki motivasi olahraga lebih tinggi di bandingkan siswa perempuan berdasarkan nilai rata-rata, Hasil dapat dilihat pada gambar 1.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian ini tentang perbedaan motivasi olahraga berdasarkan jenis kelamin. Peneliti mengungkapkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara motivasi siswa laki-laki dan perempuan. Hasil dari penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Martinovic dkk, 2011) . Bahwa adanya perbedaan motivasi yang signifikan antara laki laki dan perempuan dalam motivasi mengikuti aktivitas olahraga. Alasan utama siswa laki-laki termotivasi mengikuti olahraga yaitu karena laki-laki memiliki daya saing dalam berolahraga dari pada siswa perempuan (Deaner dkk, 2016). Motivasi dibagi menjadi dua kategori yaitu motivasi intrinsik dan motivasi berprestasi. Motivasi intrinsik adalah

di mana seseorang melakukan sesuatu yang mereka sukai atau inginkan untuk kepentingan mereka sendiri, Motivasi berprestasi adalah perasaan berkompetisi dimana sesuatu dilakukan untuk menunjukkan kinerja yang lebih baik (Saadon dkk, 2020). Anak perempuan memprioritaskan pendidikan jasmani terkait kesehatan dan keterampilan sosial dan emosional, sedangkan anak laki-laki memprioritaskan aktivitas dan tantangan fisik (Lyrra dkk, 2015)

Adanya perbedaan motivasi untuk mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah. Maka, guru mempunyai peranan penting untuk membangkitkan motivasi siswa agar siswa dapat mengikuti aktivitas pembelajaran dengan baik. Guru mempunyai peranan penting dalam membentuk motivasi siswa dalam melaksanakan aktivitas fisik dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah (Kalajas dkk, 2020). Tujuan pendidikan jasmani yaitu untuk mengembangkan keterampilan siswa yang sesuai, membantu mereka memahami strategi untuk bergerak dalam lingkungan tertentu, dan untuk memahami bagaimana hal ini mempengaruhi kesehatan mereka, daripada sekadar memberi siswa kesempatan untuk menjadi bugar secara fisik dalam (Sum dkk, 2018). Cita-cita kurikulum Pendidikan jasmani antara lain, (1) pengembangan keterampilan motorik dan olahraga khusus, (2) pengetahuan kebugaran terkait kesehatan dan gaya hidup aktif, dan (3) pengembangan pribadi, sosial dan moral. Selain memeriksa hubungan antara perilaku mendukung otonomi guru dan hasil positif siswa, juga penting untuk menyelidiki bagaimana lebih mengontrol perilaku mengajar (misalnya menggunakan hukuman dan penghargaan (Behzadnia dkk, 2018).

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat motivasi olahraga pasca pandemic di kota Bandung memiliki nilai rata-rata siswa laki-laki sebesar 153.66 sedangkan perempuan nilai rata-ratanya 144.44. Berdasarkan dari nilai dari rata-rata tersebut bahwa motivasi olahraga lebih tinggi laki-laki dari pada siswa perempuan sehingga motivasi olahraga dapat berpengaruh pada peserta didik laki-laki dan peserta didik perempuan untuk lebih bisa menikmati aktivitas olahraga disekolah dan tidak merasa tertekan atau terbebani saat melakukan aktivitas olahraga pasca pandemic ini. Maka penelitian ini diharapkan dapat membantu untuk mendeskripsikan tentang motivasi olahraga bagi siswa dan siswi, sehingga guru mengetahui apa saja yang disenangin pada siswa dan siswi disekolah. Manfaat

penelitian adalah untuk memberikan informasi bagi guru agar lebih melihat motivasi olahraga pada siswa pasca pandemic. Untuk penelitian selanjutnya agar lebih melihat motivasi dan aktivitas fisik siswa di seluruh Indonesia.

KESIMPULAN

Penelitian ini memberikan bukti dan menunjukkan bahwa tingkat motivasi olahraga peserta didik laki-laki dan peserta didik perempuan adanya perbedaan sehingga motivasi laki laki untuk mengikuti olahraga lebih besar dari pada siswa perempuan saat pasca *pandemic* di kota Bandung.

REFERENSI

- Bailey, Richard. 2018. "Sport, Physical Education and Educational Worth." *Educational Review* 70(1):51–66. doi: 10.1080/00131911.2018.1403208.
- Behzadnia, Behzad, Paul J. C. Adachi, Edward L. Deci, and Hasan Mohammadzadeh. 2018. "Associations between Students' Perceptions of Physical Education Teachers' Interpersonal Styles and Students' Wellness, Knowledge, Performance, and Intentions to Persist at Physical Activity: A Self-Determination Theory Approach." *Psychology of Sport and Exercise* 39(May 2017):10–19. doi: 10.1016/j.psychsport.2018.07.003.
- Deaner, Robert O., Shea M. Balish, and Michael P. Lombardo. 2016. "Sex Differences in Sports Interest and Motivation: An Evolutionary Perspective." *Evolutionary Behavioral Sciences* 10(2):73–97. doi: 10.1037/ebs0000049.
- Dyson, Ben. 2014. "Quality Physical Education: A Commentary on Effective Physical Education Teaching." *Research Quarterly for Exercise and Sport* 85(2):144–52. doi: 10.1080/02701367.2014.904155.
- Ivanova, Natalia L., and Aleksandr A. Korostelev. 2019. "The Impact of Competitive Approach on Students' Motivation in Sport." *Amazoniai Nvestiga* 8(18):483–90.
- Kalajas-Tilga, Hanna, Andre Koka, Vello Hein, Henri Tilga, and Lennart Raudsepp. 2020. "Motivational Processes in Physical Education and Objectively Measured Physical Activity among Adolescents." *Journal of Sport and Health Science* 9(5):462–71. doi: 10.1016/j.jshs.2019.06.001.
- Lyyra, Nelli, Esko Leskinen, and Pilvikki Heikinaro-Johansson. 2015. "Factorial Validity and Reliability of the Curricular Goals in Physical Education

- Questionnaire.” *Measurement in Physical Education and Exercise Science* 19(2):69–79. doi: 10.1080/1091367X.2015.1038822.
- Martinovic, Dragan, Jelena Ilic, and Dragoljub Visnjic. 2011. “Gender Differences in Sports Involvement and Motivation for Engagement in Physical Education.” *Problems of Education in the 21st Century* 31:94–100.
- Pelletier, Luc G., Meredith A. Rocchi, Robert J. Vallerand, Edward L. Deci, and Richard M. Ryan. 2013. “Validation of the Revised Sport Motivation Scale (SMS-II).” *Psychology of Sport and Exercise* 14(3):329–41. doi: 10.1016/j.psychsport.2012.12.002.
- Raiola, Gaetano, and Domenico Tafuri. 2015. “Teaching Method of Physical Education and Sports by Prescriptive or Heuristic Learning.” *Journal of Human Sport and Exercise* 10(Specialissue):S377–84. doi: 10.14198/jhse.2015.10.proc1.28.
- Roberts, Theresa A., and Carol D. Sadler. 2019. “Letter Sound Characters and Imaginary Narratives: Can They Enhance Motivation and Letter Sound Learning?” *Early Childhood Research Quarterly* 46:97–111. doi: 10.1016/j.ecresq.2018.04.002.
- Rosenstiel, Stephanie, Carmen Volk, Julia Schmid, Wolfgang Wagner, Yolanda Demetriou, Oliver Höner, Ansgar Thiel, Ulrich Trautwein, and Gorden Sudeck. 2022. “Promotion of Physical Activity-Related Health Competence in Physical Education: A Person-Oriented Approach for Evaluating the GEKOS Intervention within a Cluster Randomized Controlled Trial.” *European Physical Education Review* 28(1):279–99. doi: 10.1177/1356336X211037432.
- Saadon, Nur Farah Syuhada Mohamad, Ibrahim Ahmad, and Ahmad Naim Chee Pee. 2020. “The Implementation of Augmented Reality in Increasing Student Motivation: Systematic Literature Review.” *IOP Conference Series: Materials Science and Engineering* 854(1). doi: 10.1088/1757-899X/854/1/012043.
- Schnitzer, M., S. E. Schöttl, M. Kopp, and M. Barth. 2020. “COVID-19 Stay-at-Home Order in Tyrol, Austria: Sports and Exercise Behaviour in Change?” *Public Health* 185:218–20. doi: 10.1016/j.puhe.2020.06.042.
- Soares, Jorge, Helio Antunnes, and Roland van den Tillaar. 2013. “A Comparison between Boys and Girls about the Motives for the Participation in School Sport.” *Journal of Physical Education and Sport* 13(3):303–7. doi: 10.7752/jpes.2013.03050.
- Sum, K. W. R., T. Wallhead, S. C. A. Ha, and H. P. C. Sit. 2018. “Effects of Physical Education Continuing Professional Development on Teachers’ Physical Literacy and Self-Efficacy and Students’ Learning Outcomes.”

International Journal of Educational Research 88(January):1–8. doi:
10.1016/j.ijer.2018.01.001.

Tanaka, Chiaki, Maki Tanaka, and Shigeho Tanaka. 2018. “Objectively Evaluated Physical Activity and Sedentary Time in Primary School Children by Gender, Grade and Types of Physical Education Lessons.” *BMC Public Health* 18(1):1–10. doi: 10.1186/s12889-018-5910-y.

Yu, Junlin, and Ros McLellan. 2019. “Beyond Academic Achievement Goals: The Importance of Social Achievement Goals in Explaining Gender Differences in Self-Handicapping.” *Learning and Individual Differences* 69(November 2018):33–44. doi: 10.1016/j.lindif.2018.11.010