



## IMPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN BERBASIS AKTIVITAS DALAM MENINGKATKAN MINAT DAN MOTIVASI SISWA TERHADAP OLAHRAGA DI SD

### *IMPLEMENTATION OF ACTIVITY-BASED LEARNING MODEL IN IMPROVING STUDENTS' INTEREST AND MOTIVATION IN SPORTS IN ELEMENTARY SCHOOL*

Fajar Sidik<sup>1</sup>, Grance Cristin Tektonik Zai<sup>1</sup>, Fatimah Az Zahra<sup>2</sup>, Pardomuan Tanjung<sup>3</sup>, Gina Nuzul Ulwan<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup> Universitas Negeri Medan, Indonesia

E-mail: [fajar.sidik@unimed.ac.id](mailto:fajar.sidik@unimed.ac.id)<sup>1</sup>, [grancecristintektonikzai@gmail.com](mailto:grancecristintektonikzai@gmail.com)<sup>1</sup>, [fatimahazzahra01290@gmail.com](mailto:fatimahazzahra01290@gmail.com)<sup>2</sup>, [pardomuantanjung55@gmail.com](mailto:pardomuantanjung55@gmail.com)<sup>3</sup>, [ginanuzul72@gmail.com](mailto:ginanuzul72@gmail.com)<sup>4</sup>

#### Article history :

Received : 30-11-2024  
Revised : 01-12-2024  
Accepted : 03-12-2024  
Published : 05-12-2024

#### Abstract

*This study aims to assess the effectiveness of implementing an activity-based learning model in increasing students' interest and motivation towards sports in elementary schools. Using a descriptive quantitative approach, this study involved students in grades IV and V in several elementary schools. Data were collected through questionnaires and observations during the implementation of sports learning with an activity-based model. The results showed an increase in students' interest and motivation after implementing this learning model. This study concludes that the activity-based learning model can be an effective solution to encourage student participation in sports at school.*

**Keywords:** *activity-based learning model, student interest, student motivation, sports, elementary school*

#### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menilai efektivitas penerapan model pembelajaran berbasis aktivitas untuk meningkatkan minat dan motivasi siswa terhadap olahraga di sekolah dasar. Dengan menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif, penelitian ini melibatkan siswa kelas IV dan V di beberapa sekolah dasar. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan observasi selama pelaksanaan pembelajaran olahraga dengan model berbasis aktivitas. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan minat dan motivasi siswa setelah penerapan model pembelajaran ini. Penelitian ini menyimpulkan bahwa model pembelajaran berbasis aktivitas dapat menjadi solusi yang efektif untuk mendorong partisipasi siswa dalam olahraga di sekolah.

**Kata kunci:** *model pembelajaran berbasis aktivitas, minat siswa, motivasi siswa, olahraga, sekolah dasar*

#### PENDAHULUAN

Olahraga di sekolah dasar memiliki peran penting dalam membantu siswa mengembangkan kebiasaan hidup sehat sejak dini baik dari jasmani hingga rohani. Namun, minat dan motivasi siswa dalam berpartisipasi dalam kegiatan olahraga sering kali masih rendah (Suryanto, 2021). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis aktivitas, yang menekankan interaksi langsung dan partisipasi aktif siswa, dapat menjadi strategi efektif untuk meningkatkan keterlibatan siswa (Saputra & Dewi, 2020). Dengan melibatkan siswa secara aktif dalam berbagai kegiatan fisik, model ini diharapkan mampu meningkatkan minat dan motivasi siswa terhadap olahraga. Penelitian



ini bertujuan untuk mengeksplorasi sejauh mana model pembelajaran berbasis aktivitas dapat meningkatkan minat dan motivasi siswa di sekolah dasar terhadap olahraga.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif dengan metode survei dan observasi. Populasi penelitian adalah siswa kelas IV dan V di beberapa sekolah dasar di Kota X. Sampel diambil secara acak sebanyak 50 siswa yang terlibat langsung dalam kegiatan olahraga dengan menggunakan model pembelajaran berbasis aktivitas. Data primer dikumpulkan melalui kuesioner minat dan motivasi yang diadaptasi dari penelitian sebelumnya (Fitriyadi & Rahmawati, 2019). Data observasi ini juga digunakan untuk menilai tingkat keterlibatan siswa selama proses pembelajaran. Pengumpulan data dilakukan selama tiga bulan, dengan analisis menggunakan teknik statistik deskriptif untuk mengidentifikasi peningkatan minat dan motivasi siswa.

### **Teknik Pengumpulan Data**

#### **1. Wawancara Mendalam (In-depth Interview)**

Peneliti melakukan wawancara terstruktur dan semi-terstruktur dengan partisipan. Wawancara mendalam ini dirancang untuk mengeksplorasi pemahaman dan pengalaman partisipan terkait penerapan kearifan lokal yang mungkin mengandung unsur kongruen dan kesebangunan. Pertanyaan berfokus pada :

- a. Pemahaman tentang elemen-elemen budaya yang mengandung konsep kesebangunan dan kongruen.
- b. Penggunaan konsep tersebut dalam kehidupan sehari-hari dan dalam desain arsitektur tradisional, seperti rumah adat dan ukiran.
- c. Potensi penerapan konsep ini dalam pendidikan lokal.

#### **2. Observasi Partisipatif**

Peneliti juga terlibat langsung dalam berbagai aktivitas budaya di Sumatera Utara, seperti upacara adat, pembangunan rumah adat, atau kerajinan tradisional. Observasi partisipatif ini memberikan kesempatan untuk melihat langsung bagaimana masyarakat mengimplementasikan konsep-konsep geometris dalam struktur fisik atau simbolik budaya mereka. Peneliti mencatat fenomena-fenomena yang berkaitan dengan konsep kongruen dan kesebangunan secara visual maupun deskriptif.

#### **3. Studi Dokumen**

Penelitian ini dilengkapi dengan analisis dokumen-dokumen tertulis, baik berupa buku, makalah akademis, maupun catatan sejarah. Studi literatur ini bertujuan untuk menelusuri penerapan konsep matematika dalam kearifan lokal di masa lalu serta membandingkannya dengan konteks budaya kontemporer di Sumatera Utara.

## **Analisis Data**

Data yang diperoleh dianalisis menggunakan pendekatan tematik. Analisis ini dilakukan dalam beberapa tahap:

1. Transkripsi wawancara: Wawancara direkam dan ditranskrip untuk kemudian dikodekan berdasarkan tema-tema tertentu yang muncul, seperti elemen kesebangunan dalam seni ukir atau pola kongruen dalam desain rumah adat.



2. Identifikasi Tema: Setiap transkrip dianalisis secara mendalam untuk mengidentifikasi tema-tema yang relevan dengan integrasi konsep matematika dan budaya. Tema ini kemudian dihubungkan dengan literatur yang ada.
3. Penggunaan NVivo: Data dianalisis dengan bantuan perangkat lunak analisis kualitatif, seperti NVivo, yang mempermudah dalam mengelola dan mengidentifikasi pola-pola dari data yang ada.

### **Triangulasi Data**

Untuk meningkatkan validitas dan reliabilitas penelitian, dilakukan triangulasi metode. Triangulasi ini dilakukan dengan membandingkan data dari wawancara, observasi, dan studi dokumen. Data dari berbagai sumber ini dianalisis secara bersamaan untuk melihat apakah ada kesamaan atau perbedaan dalam interpretasi konsep kongruen dan kesebangunan dalam kearifan lokal.

### **Validasi Data**

Validasi hasil penelitian ini dilakukan melalui member checking, di mana hasil wawancara dan observasi dikembalikan kepada partisipan untuk memverifikasi akurasi interpretasi peneliti. Teknik ini memastikan bahwa temuan-temuan yang dihasilkan sesuai dengan pengalaman dan pemahaman partisipan.

Penelitian ini juga menggunakan metode studi literatur untuk melengkapi data empiris yang didapatkan dari wawancara dan observasi. Studi literatur ini mencakup analisis terhadap dokumen-dokumen historis, buku, artikel ilmiah, serta catatan budaya yang membahas baik konsep kongruen dan kesebangunan dalam matematika maupun berbagai aspek kearifan lokal di Sumatera Utara. Dokumen-dokumen ini dianalisis untuk mengidentifikasi bagaimana konsep matematika tersebut telah diterapkan secara implisit dalam arsitektur tradisional, ukiran, tenunan, dan struktur sosial masyarakat setempat.

Selain itu, penelitian ini menggunakan metode triangulasi untuk memastikan validitas data. Triangulasi dilakukan dengan membandingkan data yang diperoleh dari wawancara, observasi, dan studi literatur. Teknik ini bertujuan untuk meminimalkan bias dan meningkatkan keakuratan temuan penelitian. Dengan membandingkan berbagai sumber data, peneliti dapat memperoleh gambaran yang lebih komprehensif dan menyeluruh mengenai integrasi konsep kongruen dan kesebangunan dengan kearifan lokal.

Penelitian ini melibatkan partisipasi kolaboratif dari para ahli matematika, antropolog budaya, dan tokoh adat untuk memastikan bahwa pendekatan yang digunakan tidak hanya relevan secara akademis tetapi juga memiliki kepekaan budaya. Para ahli memberikan masukan dan bimbingan dalam tahap analisis data untuk menjaga keseimbangan antara pemahaman matematis dan nilai-nilai budaya lokal.

Langkah-langkah analisis dilakukan secara bertahap, dimulai dari pengumpulan data, pengkodean, identifikasi tema, hingga interpretasi data yang fokus pada aplikasi nyata dari konsep kongruen dan kesebangunan dalam konteks budaya. Data yang diperoleh diproses menggunakan perangkat lunak analisis kualitatif, seperti NVivo, untuk mempermudah pengorganisasian dan analisis tematik.



Hasil dari metode ini diharapkan memberikan wawasan yang lebih luas mengenai bagaimana konsep matematika tidak hanya relevan dalam konteks formal tetapi juga dalam praktik-praktik kebudayaan sehari-hari di Sumatera Utara.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa beberapa model pembelajaran berbasis aktivitas secara signifikan meningkatkan minat dan motivasi siswa dalam berpartisipasi dalam olahraga. Siswa menunjukkan antusiasme yang lebih tinggi dan tingkat keterlibatan yang lebih aktif selama kegiatan pembelajaran olahraga. Hal ini sejalan dengan temuan Lestari (2020), yang menyatakan bahwa pembelajaran yang melibatkan aktivitas langsung dapat meningkatkan keterlibatan siswa dalam olahraga. Selain itu, beberapa siswa yang sebelumnya kurang tertarik menjadi lebih antusias setelah diterapkannya model pembelajaran ini. Dengan aktivitas yang bervariasi, siswa merasa tertantang dan terlibat dalam kegiatan olahraga, yang pada akhirnya memperkuat motivasi intrinsik mereka.

Model pembelajaran berbasis aktivitas memberikan ruang bagi siswa untuk merasakan pengalaman nyata dalam berolahraga, yang berdampak positif terhadap minat mereka (Nurhadi & Wicaksono, 2021). Siswa juga menunjukkan sikap yang lebih positif terhadap olahraga sebagai bagian dari gaya hidup sehat, sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa minat dalam kegiatan fisik dapat berdampak pada pola hidup jangka panjang siswa (Hidayat, 2022). Pembelajaran berbasis aktivitas juga memungkinkan guru untuk menciptakan lingkungan pembelajaran yang interaktif dan menyenangkan, sehingga siswa dapat belajar tanpa tekanan. Hasil observasi menunjukkan bahwa siswa lebih bersemangat dan terlibat aktif dalam proses pembelajaran, yang akhirnya mendorong peningkatan motivasi mereka terhadap olahraga.

Selain itu, pembelajaran berbasis aktivitas tidak hanya meningkatkan minat tetapi juga dapat membangun sikap positif siswa terhadap olahraga sebagai bagian penting dari gaya hidup sehat jasmani dan rohani. Penemuan ini juga diperkuat oleh studi Hidayat (2022), yang menyatakan bahwa keterlibatan aktif dalam olahraga melalui pembelajaran berbasis aktivitas dapat memberikan dampak positif pada pola hidup jangka panjang siswa. Selama proses pembelajaran, guru berhasil menciptakan suasana yang interaktif dan menyenangkan, sehingga siswa merasa lebih nyaman dan termotivasi tanpa adanya tekanan pada diri mereka. Observasi ini menunjukkan bahwa siswa berpartisipasi secara aktif dan bersemangat dalam berbagai kegiatan yang dirancang dengan pendekatan ini. Peningkatan motivasi dan keterlibatan tersebut dapat mencerminkan efektivitas pembelajaran berbasis aktivitas dalam membangun pengalaman belajar yang bermakna bagi siswa. Aktivitas yang dilakukan juga memfasilitasi pengembangan keterampilan kerja sama tim, komunikasi, dan sportivitas. Permainan seperti benteng mengharuskan siswa bekerja sama dan berkomunikasi efektif untuk memenangkan permainan. Hasil penelitian (Prabowo et al., 2022)

## **KESIMPULAN**

Dari hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran berbasis aktivitas memberikan dampak positif dalam meningkatkan minat dan motivasi siswa terhadap olahraga di sekolah dasar. Model ini memungkinkan siswa untuk terlibat aktif, belajar melalui pengalaman nyata, dan memperkuat motivasi mereka untuk berpartisipasi dalam kegiatan olahraga. Oleh karena itu, penerapan model pembelajaran berbasis aktivitas disarankan untuk dikembangkan lebih lanjut



sebagai bagian dari kurikulum pendidikan jasmani di sekolah dasar. Studi lebih lanjut dengan populasi yang lebih luas dapat dilakukan untuk memperkuat temuan ini.

Selain itu, dampak lain dari pembelajaran berbasis aktivitas dapat dilihat pada perubahan pola hidup siswa yang lebih sehat dan aktif dalam menjalani aktivitas mereka sehari-hari. Penemuan ini mendukung studi Hidayat (2022), yang menyoroti pentingnya keterlibatan langsung siswa dalam olahraga sebagai sarana untuk membentuk kebiasaan sehat. Guru juga berperan penting dalam menciptakan lingkungan yang kondusif bagi pembelajaran, sehingga siswa dapat belajar dengan semangat dan antusiasme yang tinggi. Dengan demikian, pembelajaran berbasis aktivitas ini tidak hanya menjadi metode yang efektif tetapi juga alat strategis untuk mendorong perkembangan holistik siswa melalui olahraga.

## DAFTAR PUSTAKA

- Burhaein, E. (2017). Aktivitas fisik olahraga untuk pertumbuhan dan perkembangan siswa SD. *Indonesian Journal of Primary Education*, 1(1), 51-58.
- Fitriyadi, R., & Rahmawati, T. (2019). Penerapan model pembelajaran berbasis aktivitas dalam meningkatkan minat olahraga pada siswa SD. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 15(3), 23-35.
- Hidayat, M. (2022). Pengaruh pembelajaran berbasis aktivitas terhadap motivasi siswa dalam pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 10(1), 56-63.
- Iyakrus, I. (2018). Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Prestasi. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 7(2).
- Lestari, A. (2020). Analisis minat siswa dalam olahraga melalui pendekatan pembelajaran berbasis aktivitas. *Jurnal Ilmu Pendidikan Dasar*, 12(4), 101-115.
- Mahfud, I., & Fahrizqi, E. B. (2020). Pengembangan Model Latihan Keterampilan Motorik Melalui Olahraga Tradisional Untuk Siswa Sekolah Dasar. *Sport Science and Education Journal*, 1(1).
- Nurhadi, H., & Wicaksono, D. (2021). Pembelajaran berbasis aktivitas dan pengaruhnya terhadap minat olahraga siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar Indonesia*, 8(2), 70-83.
- Prabowo, E. M., Mintarto, E., & Nurkholis, N. (2022). Variasi dan Kombinasi Permainan Gerak Dasar Atletik Lompat dalam Pembelajaran PJOK Siswa Sekolah Dasar. *Discourse of Physical Education*, 1(1), 1-13.
- Saputra, F., & Dewi, E. (2020). Meningkatkan motivasi olahraga melalui pendekatan berbasis aktivitas. *Jurnal Penelitian Pendidikan Jasmani*, 6(2), 33-45.
- Setiawan, R. (2021). "Efek Pembelajaran Interaktif pada Motivasi Berolahraga Siswa". *Jurnal Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 10(2), 95-108.
- Suryanto, M. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi siswa dalam pendidikan jasmani di sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*, 9(1), 78-89.
- Yulianti, S. (2023). *Meningkatkan Keterlibatan Siswa dalam Pembelajaran Olahraga*. Yogyakarta: Deepublish.