



Motivasi Siswa Dalam Pelaksanaan Pelajaran PJOK: Kajian Literatur Perspektif Teori Self-Determination

Marzuki Galeko¹, Patris L. Lengmani²

Pendidikan Kepelatihan Olahraga, STKIP Muhammadiyah Kalabahi, Kabupaten Alor, Indonesia
Korespondensi: galekomarzuki20@gmail.com

Riwayat Artikel

Naskah yang diserahkan:
2 Mei 2025
Naskah direvisi:
20 Mei 2025
Diterima untuk publikasi:
28 Juni 2025

Kata kunci

Motivasi Siswa;
Pembelajaran PJOK;
Self-Determination Theory (SDT)

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meninjau motivasi siswa dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) melalui perspektif Self-Determination Theory (SDT) yang menekankan pemenuhan tiga kebutuhan psikologis dasar, yaitu *autonomy*, *competence*, dan *relatedness*, untuk mendorong motivasi intrinsik. Metode yang digunakan adalah Systematic Literature Review (SLR) dengan protokol PRISMA, menyeleksi 5 artikel relevan dari 15.900 artikel awal. Hasil kajian menunjukkan bahwa model pembelajaran inovatif seperti Teams Games Tournament (TGT) dan circuit training berbasis permainan mampu meningkatkan motivasi siswa secara signifikan; TGT meningkatkan motivasi sebesar 14,253% dengan motivasi intrinsik lebih tinggi (14,667%) dibandingkan motivasi ekstrinsik (11,187%), sedangkan circuit training menghasilkan motivasi belajar hingga 86,55% dengan validasi ahli 92,5%. Pada pembelajaran daring, motivasi tinggi (41,18%) tetap terjaga, meskipun aspek *autonomy* masih sangat dipengaruhi kreativitas guru dalam memberikan kebebasan aktivitas. Secara keseluruhan, pembelajaran PJOK dapat memenuhi sebagian besar aspek *autonomy*, *competence*, dan *relatedness*, meskipun beberapa penelitian menunjukkan motivasi ekstrinsik masih dominan. Kesimpulan penelitian ini menegaskan bahwa pembelajaran PJOK berbasis SDT efektif dalam menumbuhkan motivasi intrinsik siswa, terutama dengan peran guru sebagai fasilitator yang mendukung otonomi, memberikan tantangan sesuai kemampuan, dan menciptakan interaksi sosial yang positif.

Galeko, M., & Lengmani, P.L. (2025). Motivasi Siswa Dalam Pelaksanaan Pembelajaran PJOK: Kajian Literatur Perspektif Teori Self-Determination. *Jurnal Sinergi Olahraga dan Rekreasi*, 1(1), 19–25. <https://doi.org/10.71094/jsor.v1i1.13>

Pendahuluan

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan bagian integral dari kurikulum Pendidikan dengan tujuan pengembangan kebugaran jasmani (Angga & Sari, 2025), membentuk karakter (Fitrianto, 2023), disiplin (Azhari, 2020), dan kemampuan sosial peserta didik (Andriansyah et al., 2025). Untuk itu, dalam pelaksanaan pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan Kesehatan ini diperlukan suasana belajar yang menyenangkan dengan tujuan untuk meningkatkan minat maupun motivasi siswa dalam belajar. Pada dasarnya, pembelajaran PJOK harus mampu menciptakan suasana belajar yang menyenangkan (Alya Rosali et al., 2025), menumbuhkan motivasi intrinsik siswa (Fikri & Sepriadi, 2025). Selain itu juga, pelaksanaan pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan Kesehatan ini dapat memenuhi tiga kebutuhan dasar psikologis yang dijelaskan dalam *Self-Determination Theory* (Purnomo et al., 2025). Adapaun ketiga kebutuhan dasar psikologi tersebut ialah kebutuhan akan *autonomy* (Ntoumanis & Moller, 2025), *competence* (Bernhart et al., 2025), dan *relatedness* (Domínguez et al., 2025). Apabila ketiga aspek ini terpenuhi dalam pelaksanaan pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, maka motivasi siswa akan berkembang secara intrinsik. Selain itu juga, mereka terlibat secara aktif, konsisten, dan bersemangat dalam mengikuti kegiatan pembelajaran PJOK.

Namun, dalam pelaksanaan pembelajaran di lapangan menunjukkan bahwa minat dan motivasi siswa dalam mengikuti pelajaran PJOK cenderung fluktuatif dan bahkan rendah di beberapa konteks sekolah. Banyak siswa menganggap PJOK sebagai pelajaran pelengkap saja dan bukan sebagai bagian penting dari proses pembelajaran. Pandangan tersebut dari siswa disebabkan oleh faktor seperti metode pembelajaran yang monoton, kurangnya fasilitas, serta pendekatan yang tidak memperhatikan kebutuhan psikologis siswa sering kali menjadi penyebab rendahnya motivasi partisipasi dalam pelajaran PJOK. Oleh karena itu, diperlukan inovasi dalam strategi pembelajaran PJOK agar lebih menarik, bermakna, dan sesuai dengan karakteristik

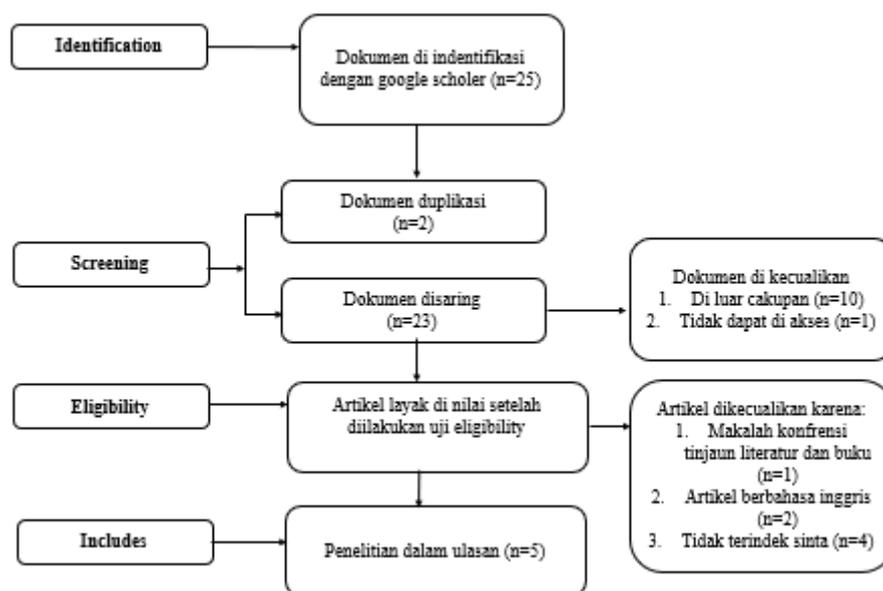


siswa. Disisi lain juga Guru PJOK diharapkan mampu mengembangkan metode pembelajaran yang bervariasi, interaktif, dan menyenangkan. Ditambah lagi bahwa penyediaan sarana dan prasarana yang memadai sangat penting untuk mendukung kegiatan praktik sehingga siswa dapat belajar dengan nyaman dan optimal. Guru juga perlu memahami aspek psikologis siswa yang termasuk kebutuhan akan penghargaan, dukungan emosional, dan pembelajaran yang sesuai dengan tingkat kemampuan mereka. Dengan pendekatan yang tepat, motivasi dan partisipasi siswa dalam PJOK dapat ditingkatkan secara signifikan.

Langkah dalam mengatasi permasalahan tersebut, maka penting untuk mengkaji motivasi siswa dalam pelajaran PJOK tidak hanya dari aspek pedagogis dan fasilitas, tetapi juga dari perspektif psikologis yang lebih komprehensif. Pemahaman mendalam mengenai faktor internal yang mempengaruhi motivasi (Nugroho et al., 2025), seperti kebutuhan akan kompetensi (Oktayani et al., 2025), kemandirian (Kurniawan et al., 2025), dan keterhubungan sosial (Siddik et al., 2024) sehingga dapat memberikan gambaran yang lebih jelas tentang mengapa siswa kurang berpartisipasi secara optimal. Oleh karena itu, kajian yang memadukan pendekatan inovatif dalam pembelajaran dengan teori motivasi *Self-Determination Theory*, yang secara relevan untuk dilakukan. Pendekatan ini memungkinkan Guru PJOK untuk merancang strategi pembelajaran yang tidak hanya menarik secara fisik saja, namun juga mampu menumbuhkan motivasi intrinsik melalui pemenuhan kebutuhan psikologis siswa.

Metode Penelitian

Penelitian ini menerapkan metode *Systematic Literature Review* (SLR) dengan memanfaatkan sumber data dari jurnal elektronik terindeks yang tersedia secara daring dan memiliki kode ISSN. Pendekatan SLR digunakan dengan tujuan meninjau literatur secara terstruktur melalui beberapa tahapan yang meliputi perencanaan, perumusan pertanyaan penelitian, penelusuran sumber data, penilaian kualitas, serta penyusunan hasil tinjauan. Metode ini dilakukan secara sistematis untuk mengidentifikasi, mengevaluasi, dan menganalisis literatur yang relevan terkait variabel model pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan berbasis nilai karakter. Artikel-artikel penelitian terdahulu yang diperoleh kemudian diseleksi dan dianalisis secara kritis. Sebagai panduan dalam pelaksanaan SLR, digunakan protokol *PRISMA*, yaitu pedoman berbasis bukti yang disajikan dalam bentuk diagram alur untuk membantu penulis dalam menyusun tinjauan literatur secara sistematis.



Gambar 1. Prisma *Flowchart*
Sumber: Handayani, (2017)

Penelitian ini termasuk jenis penelitian dengan pendekatan tinjauan pustaka atau *literature review*. *Systematic Literature Review* (SLR) digunakan untuk menelaah berbagai artikel penelitian guna menjawab pertanyaan yang telah dirumuskan. Proses SLR diawali dengan penyusunan protokol penelitian dan dilanjutkan dengan tahapan merumuskan pertanyaan penelitian, menentukan sumber data atau database, menyeleksi artikel yang

relevan, memilih penelitian yang berkualitas, serta melakukan ekstraksi data penting. Semua temuan yang diperoleh kemudian disusun dan disajikan sebagai hasil kajian.

Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan pencarian utama dalam studi ini, ditemukan 15.900 artikel yang sesuai dengan kata kunci yang digunakan dalam pencarian artikel. Setelah itu dilakukan pemilihan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi sehingga menemukan 5 artikel relevan untuk analisis lebih lanjut. Untuk lebih jelasnya, adapun kelima artikel tersebut sebagai berikut ini.

Table 1.
Hasil Review Motivasi Siswa Dalam Pelaksanaan Pembelajaran PJOK Berdasarkan Perspektif Teori Self-Determination

No	Judul Dan Penulis	Metode	Hasil
1	Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Team Game Tournament terhadap Motivasi Belajar Siswa dalam Pembelajaran PJOK Materi Bolavoli Kelas X SMK. (Arifin et al., 2024)	Penelitian ini memakai pendekatan kuantitatif dengan jenis eksperimen murni (True Experimental Design) dan desain penelitian Randomized Control Group Pretest-Posttest Design	Model TGT terbukti mampu meningkatkan motivasi belajar siswa sebesar 14,253%, dengan peningkatan motivasi intrinsik (14,667%) lebih tinggi dibandingkan motivasi ekstrinsik (11,187%). Dalam perspektif Self-Determination Theory (SDT), keberhasilan ini disebabkan karena TGT memenuhi tiga kebutuhan psikologis dasar siswa: <i>autonomy</i> melalui kebebasan berperan dalam kelompok, <i>competence</i> melalui tantangan permainan dan turnamen yang membangun rasa percaya diri, serta <i>relatedness</i> melalui interaksi sosial yang positif.
2	Penerapan model pembelajaran kooperatif Teams Games Tournament (TGT) untuk meningkatkan motivasi belajar siswa pada materi passing atas bola voli di kelas X IPS MA Al-Hidayah Sukamaju Singingi Hilir. (Elisa et al., 2023)	Metode penelitian ini menggunakan penelitian tindakan kelas, terdiri dari empat tahapan yaitu perencanaan, pelaksanaan tindakan, pengamatan dan refleksi.	Model TGT efektif meningkatkan motivasi siswa dari 47,33% menjadi 64,6% dengan memenuhi tiga kebutuhan psikologis dasar SDT: <i>autonomy</i> , <i>competence</i> , dan <i>relatedness</i> . Melalui permainan, turnamen, dan kerja sama kelompok, motivasi intrinsik siswa tumbuh, meskipun dukungan guru terhadap otonomi siswa belum dieksplorasi secara mendalam.
3	Pengembangan Model Pembelajaran Circuit Training Berbasis Permainan untuk Meningkatkan Kebugaran Jasmani dan Motivasi Belajar Siswa dalam PJOK. (Marpaung et al., 2025).	Metode penelitian ini adalah penelitian pengembangan, mengadopsi pada pendekatan pengembangan ADDIE, yang melibatkan tahapan antara lain analisis, desain,	Model pembelajaran berbasis SDT ini memenuhi kebutuhan <i>autonomy</i> , <i>competence</i> , dan <i>relatedness</i> melalui permainan sirkuit, tantangan fisik, dan interaksi kelompok. Validasi ahli mencapai 92,5% dengan motivasi belajar 86,55%, namun peran guru dalam menciptakan iklim kelas yang mendukung motivasi otonom belum dieksplorasi mendalam.

		pengembangan, implementasi, dan evaluasi	
4	Motivasi Mengikuti Pembelajaran PJOK Peserta Didik SMA di Kecamatan Bangli dalam Pembelajaran Daring. (Wiraguna et al., 2021).	Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode survei	Pembelajaran PJOK daring dapat dianalisis melalui SDT karena memenuhi sebagian kebutuhan <i>autonomy</i> , <i>competence</i> , dan <i>relatedness</i> . Motivasi tinggi (41,18%) tercapai melalui pemahaman materi dan interaksi daring, namun aspek <i>autonomy</i> sangat tergantung kreativitas guru. Analisis motivasi intrinsik-ekstrinsik belum mendalam, sehingga penelitian lanjutan diperlukan.
5	Motivasi Siswa dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK). (Rozi et al., 2023)	Penelitian ini menggunakan pendekatan diskriptif	Pembelajaran PJOK memenuhi sebagian kebutuhan SDT: <i>autonomy</i> , <i>competence</i> , dan <i>relatedness</i> , terlihat dari kebebasan beraktivitas, pencapaian keterampilan, dan interaksi sosial. Namun, fokus penelitian masih pada data kuantitatif tanpa mendalami dukungan guru terhadap motivasi intrinsik. Kajian lanjutan berbasis SDT diperlukan untuk memahami pembelajaran yang mendorong motivasi otonom berkelanjutan.

Motivasi belajar dalam konteks Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) memainkan peran penting dalam keberhasilan pembelajaran, terutama dalam membangun partisipasi aktif dan kesadaran siswa terhadap pentingnya aktivitas fisik. Self-Determination Theory (SDT) yang dikembangkan oleh Deci dan Ryan (1985; 2000) menawarkan kerangka teoritis yang kokoh untuk memahami bagaimana motivasi siswa berkembang secara optimal. SDT menekankan bahwa motivasi otonom dapat tercapai jika tiga kebutuhan psikologis dasar terpenuhi: *autonomy* (kemandirian), *competence* (kompetensi), dan *relatedness* (keterhubungan sosial).

Artikel penelitian yang dikaji menunjukkan bahwa pendekatan pembelajaran aktif dan partisipatif dalam PJOK, seperti model *Teams Games Tournament (TGT)* dan *circuit training* yang berbasis permainan ini mampu mendorong ketiga kebutuhan psikologis tersebut. Hal tersebut seperti yang dilakukan oleh Elisa et al (2023) ini dalam penerapan model TGT pada pembelajaran bola voli, ditemukan peningkatan motivasi belajar sebesar 14,253%, dengan motivasi intrinsik naik lebih tinggi daripada motivasi ekstrinsik. Peningkatan ini dijelaskan dengan bagaimana TGT memberi ruang bagi siswa untuk berperan aktif dalam kelompok (*autonomy*), menghadapi tantangan kompetitif melalui turnamen (*competence*), dan membangun interaksi sosial yang positif (*relatedness*). Hal ini sejalan dengan temuan Mulyana et al (2024) yang menyatakan bahwa strategi pembelajaran yang mendukung *autonomy* akan meningkatkan keterlibatan dan motivasi intrinsik siswa dalam pendidikan jasmani. Karena pada padasarnya berdasarkan Zhou et al (2025) mengungkapkan bahwa motivasi intrinsik berdampak positif terhadap perilaku, identitas diri, persepsi diri, dan transformasi pengetahuan pengalaman siswa.

Selain itu juga, pengembangan model *circuit training berbasis permainan* menunjukkan keberhasilan dalam meningkatkan motivasi belajar siswa hingga 86,55%. Format sirkuit yang bervariasi memberikan fleksibilitas dalam aktivitas (*autonomy*), tantangan fisik yang sesuai kemampuan siswa (*competence*), dan interaksi antaranggota kelompok (*relatedness*). Ditambah lagi dalam penelitian yang dilakukan oleh Wiraguna et al (2021) yang terfokus pada pembelajaran daring PJOK selama pandemi di Kecamatan Bangli memperlihatkan bahwa meskipun kondisi pembelajaran terbatas secara fisik, kebutuhan *competence* dan *relatedness* masih dapat difasilitasi melalui media daring. Namun, aspek *autonomy* menjadi lebih kompleks karena sangat bergantung pada peran guru dalam mendesain pembelajaran yang fleksibel. Berdasarkan Chen et al. (2020)

menekankan bahwa dalam pembelajaran daring, guru harus lebih kreatif dalam memberikan pilihan aktivitas dan kebebasan kepada siswa agar kebutuhan otonomi tetap terpenuhi.

Di sisi lain juga, berdasarkan Rozi et al (2023) mengungkapkan bahwa di SMPN 3 Kota Solok menunjukkan bahwa motivasi ekstrinsik siswa (80,04%) lebih tinggi dibandingkan motivasi intrinsik (73,91%). Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa masih termotivasi oleh faktor luar seperti nilai dan penghargaan. Meskipun kebutuhan psikologis dasar mulai terpenuhi, metode pembelajaran yang konvensional belum optimal dalam membangun iklim pembelajaran yang mendukung otonomi. Merujuk dari hal tersebut, beberapa artikel yang dibahas belum sepenuhnya mengeksplorasi peran guru sebagai fasilitator dalam memenuhi ketiga kebutuhan dasar tersebut secara eksplisit. Padahal Guru memiliki peran strategis dalam menciptakan lingkungan pembelajaran yang mendukung kebutuhan *autonomy* melalui pemberian pilihan aktivitas, membangun *competence* dengan umpan balik positif, serta *fostering relatedness* melalui komunikasi yang hangat dan mendukung. Dengan demikian, penelitian lanjutan sebaiknya menggunakan pendekatan campuran (mixed methods) yang menggali pengalaman subjektif siswa melalui wawancara atau observasi untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang bagaimana aspek *autonomy*, *competence*, dan *relatedness* benar-benar dialami oleh siswa dalam pembelajaran PJOK.

Kesimpulan

Berdasarkan kajian terhadap lima artikel tentang motivasi siswa dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) dengan perspektif Self-Determination Theory (SDT), ditemukan bahwa pembelajaran yang mampu memenuhi tiga kebutuhan psikologis dasar, yaitu *autonomy* (kemandirian), *competence* (kompetensi), dan *relatedness* (keterhubungan sosial), secara signifikan dapat meningkatkan motivasi intrinsik siswa. Penerapan model pembelajaran inovatif, seperti *Teams Games Tournament* (TGT) dan circuit training berbasis permainan, terbukti efektif mendorong partisipasi siswa. Model ini memberikan kesempatan bagi siswa untuk aktif mengambil keputusan (*autonomy*), merasa tertantang dan percaya diri terhadap kemampuan fisik mereka (*competence*), serta memperkuat interaksi sosial positif dalam kelompok (*relatedness*). Peningkatan motivasi belajar yang signifikan terlihat pada beberapa penelitian, seperti peningkatan motivasi siswa sebesar 14,253% dengan model TGT serta capaian motivasi 86,55% melalui pendekatan circuit training yang variatif dan menyenangkan.

Namun, hasil kajian juga menunjukkan bahwa dominasi motivasi ekstrinsik masih lebih tinggi dibandingkan motivasi intrinsik pada beberapa konteks pembelajaran PJOK, seperti yang ditunjukkan penelitian Rozi et al (2023) dengan persentase motivasi ekstrinsik sebesar 80,04% dibandingkan motivasi intrinsik 73,91%. Kondisi ini mengindikasikan bahwa pembelajaran PJOK masih perlu dioptimalkan untuk membangun motivasi otonom siswa dengan memperkuat aspek pembelajaran yang mendukung *autonomy supportive environment*. Guru PJOK memiliki peran strategis dalam merancang pembelajaran yang bervariasi, interaktif, serta memberikan ruang kebebasan, umpan balik positif, dan dukungan emosional kepada siswa. Dengan pendekatan ini, motivasi belajar tidak hanya berorientasi pada faktor luar seperti penilaian atau penghargaan, tetapi juga mampu menumbuhkan keterlibatan intrinsik yang berkelanjutan dalam aktivitas fisik.

Ucapan Terima Kasih

Saya ucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada pengelola Jurnal Sinergi Olahraga dan Rkreasi yang sudah mewadahi saya dalam publikasi artikel ini sebagai bentuk pengembangan ilmu pengetahuan yang khususnya pada bidang keolahragaan. Saya ucapkan terimakasih kepada semua anggota tim penulis atas suksesnya pembuatan artikel dan penelitian ini yang selalu bersinergi dan meluangkan waktunya.

Daftar Pustaka

Alya Rosali, Z., Hidayat, H., & Rahmatullah, M. I. (2025). Penerapan Model Pembelajaran PAIKEM pada Pembelajaran PJOK Kelas IV SD IT Iskandar Muda Pekanbaru. *PENJAGA : Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 5(2), 133–138.

<https://doi.org/10.55933/pjga.v5i2.887>

Andriansyah, R., Alwasi, M. N. D. I., Ramadhan, F. A., Zahra, E., & Riski, D. M. (2025). Strategi Dan Peran Pendidikan

-
- Jasmani Dan Olahraga Dalam Membentuk Karakter Anak Bangsa. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin Ilmu*, 2(2), 01–06.
<https://doi.org/10.69714/fbwfkm98>
- Angga, P. D., & Sari, A. J. (2025). Deep Learning: Bagaimana Implementasinya Pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK)? *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 10(2), 1373–1391.
<https://doi.org/10.29303/jipp.v10i2.3227>
- Arifin, A. Z., Kristiyandaru, A., Indahwati, N., & Prakoso, B. B. (2024). Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Team Game Tournament terhadap Motivasi Belajar Siswa dalam Pembelajaran PJOK Materi Bolavoli Kelas X SMK. *Journal of Education Research*, 3(4), 5062–5070. <https://doi.org/10.37985/jer.v5i4.1709>
- Azhari, H. (2020). Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Olahraga. *In Seminar Nasional Keolahragaan*, 1.
- Bernhart, J. A., Wilcox, S., McKeever, B. W., Ehlers, D. K., & O’Neill, J. R. (2025). A Self-Determination Theory Application to Physical Activity in Charity Sports Events. *American Journal of Lifestyle Medicine*, 19(2), 242–252. <https://doi.org/10.1177/15598276221077204>
- Domínguez, H. G., Delgado, N., Urruzola, M. V., Etxabe, J. M., & Campo, L. (2025). Using Artificial Intelligence to Promote Adolescents’ Learning Motivation. A Longitudinal Intervention From the Self-Determination Theory. *Journal of Computer Assisted Learning*, 41(2). <https://doi.org/10.1111/jcal.70020>
- Elisa, S., Vai, A., & S, W. (2023). Model Pembelajaran Cooperative Teams Games Tournament (TGT) Secara Tatap Muka Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Passing Atas Kelas X IPS MA AL-Hidayah Sukamaju Singigi Hilir Kabupaten Kuantan Singigi Pada Pembelajaran PJOK. *Journal on Education*, 05(04), 16207–16216.
- Fikri, I., & Sepriadi. (2025). Analisis Motivasi Siswa Kelas VIII Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Mungka dalam Pembelajaran PJOK. *Jurnal JPDO*, 8(7). <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/JPDO.8.6.2025.173>
- Fitrianto, A. T. (2023). Relevansi Pendidikan Jasmani dengan Tujuan Pendidikan Islam dalam Membentuk Individu yang Seimbang Secara Fisik, Mental, dan Spiritual. *AL GHAZALI: Jurnal Pendidikan Dan Pemikiran Islam*, 3(2), 148–166. <https://doi.org/10.69900/ag.v3i2.194>
- Kurniawan, R. A., Ferianto, B., & Kuntjoro, T. (2025). Hubungan Pola Asuh dan Motivasi Terhadap Keterlibatan Aktif Siswa dalam Pembelajaran Pjok. *Harmoni Pendidikan: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2(2), 181–197.
<https://doi.org/https://doi.org/10.62383/hardik.v2i2.1419>
- Marpaung, R. E. R., Suharti, & Muhyi, M. (2025). Pengembangan Model Pembelajaran Circuit Training Berbasis Permainan untuk Meningkatkan Kebugaran Jasmani dan Motivasi Belajar Siswa dalam Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). *Jurnal Kejaora: Jurnal Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga*, 10(1), 14–18.
<https://doi.org/https://doi.org/10.36526/kejaora.v10i1.4928>

- Mulyana, I. I., Shofiyah, H., Dani Komara, & Burhan Hambali. (2024). Strategi Pembelajaran Aktif Untuk Meningkatkan Partisipasi Siswa Dalam Pendidikan Jasmani Dan Olahraga. *Jurnal Ilmiah Spirit*, 24(2), 112–120. <https://doi.org/10.36728/jis.v24i2.3611>
- Ntoumanis, N., & Moller, A. C. (2025). Self-determination theory informed research for promoting physical activity: Contributions, debates, and future directions. *Psychology of Sport and Exercise*, 80(May), 102879. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2025.102879>
- Nugroho, H., Dimiyati, & Wibowo, Y. A. (2025). Studi Motivasi Guru PJOK dalam Menjalankan Pembelajaran Jasmani di Kecamatan Kalikotes Klaten Pendahuluan. *Jurnal Porkes*, 8(2), 884–896. <https://doi.org/10.29408/porkes.v8i2.30340>
- Oktayani, E., Andriani, P., Ikhsan, M. F. Al, & Abdurrahmansyah. (2025). Analisis Motivasi Belajar Siswa Di Era Kurikulum Merdeka. *MANAJERIAL : Jurnal Inovasi Manajemen Dan Supervisi Pendidikan*, 5(1), 28–36. <https://doi.org/10.51878/manajerial.v5i1.4750>
- Purnomo, K. D., Rizal, R. M., & Rohendi, A. (2025). Peran Guru PJOK dan Motivasi Belajar terhadap Hasil Belajar Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Master Penjas & Olahraga*, 6(1), 8–17. <https://doi.org/https://doi.org/10.37742/jmpo.v6i1.140>
- Rozi, M. F., Putra, J., Suwirman, S., & Arsil. (2023). Motivasi Siswa Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK). *Wahana Didaktika : Jurnal Ilmu Kependidikan*, 21(1), 143–153. <https://doi.org/10.31851/wahanadidaktika.v21i1.11011>
- Siddik, F., Marbun, M. M., Auliya, P. N., Harahap, N. M., & Putri, S. A. (2024). Hubungan Antara Motivasi Siswa Dengan Efektivitas Pembelajaran Pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan. *JIIC: Jurnal Intelek Insan Cendikia*, 1(8), 3514–3521.
- Wiraguna, I. N., Agung Parwata, I. G. L., & Semarayasa, I. K. (2021). Motivasi Mengikuti Pembelajaran Pjok Peserta Didik Sma Di Kecamatan Bangli Dalam Pembelajaran Daring. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 8(3), 185. <https://doi.org/10.23887/jiku.v8i3.30672>
- Zhou, T., Zhang, S., & Colomer, J. (2025). Applying self-determination theory in Physical Education: a systematic review. *Retos*, 69, 1016–1038.