

PERBANDINGAN MOTIVASI INTRINSIK DAN EKSTRINSIK TERHADAP PARTISIPASI SISWA DALAM PEMBELAJARAN ATLETIK PADA MATA PELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN

Alang Surya Maulana¹, Carsiwan², Sufyar Mudjianto³

Universitas Pendidikan Indonesia^{1,2,3}
alangsuryamaulana.4@upi.edu¹

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik terhadap partisipasi siswa dalam pembelajaran atletik serta membandingkan motivasi yang lebih dominan memengaruhi partisipasi siswa. Metode yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan desain *ex post facto*. Populasi penelitian adalah siswa kelas XI SMA Negeri 8 Bandung, dengan sampel sebanyak 230 siswa yang ditentukan menggunakan rumus Slovin dan teknik *proportionate stratified random sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan angket yang diadaptasi dari *Intrinsic Motivation Inventory* (IMI), *Valence, Instrumentality, Expectancy Motivation Scale* (VIEMS), dan *Student Engagement in School Items* (SESI). Data dianalisis menggunakan IBM SPSS melalui analisis statistik deskriptif, uji normalitas, uji linearitas, uji multikolinearitas, dan uji regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi intrinsik berpengaruh positif dan signifikan terhadap partisipasi siswa ($\beta = 0,706$; $p < 0,05$), sedangkan motivasi ekstrinsik juga berpengaruh positif dan signifikan terhadap partisipasi siswa ($\beta = 0,762$; $p < 0,05$). Perbandingan nilai *Standardized Beta* menunjukkan bahwa motivasi ekstrinsik memiliki pengaruh yang lebih dominan dibandingkan motivasi intrinsik terhadap partisipasi siswa dalam pembelajaran atletik. Simpulan, motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik sama-sama memberikan pengaruh positif dan signifikan terhadap partisipasi siswa, namun motivasi ekstrinsik merupakan faktor yang lebih dominan sehingga peningkatan partisipasi siswa perlu dilakukan melalui penguatan motivasi intrinsik serta optimalisasi faktor-faktor ekstrinsik dalam proses pembelajaran.

Kata Kunci: Motivasi Intrinsik, Motivasi Ekstrinsik, Partisipasi Siswa, Pembelajaran Atletik

ABSTRACT

This study aimed to determine the effects of intrinsic and extrinsic motivation on students' participation in athletics learning and to compare which type of motivation has a more dominant influence on students' participation. The study employed a quantitative approach using an ex post facto research design. The population consisted of Grade XI students at SMA Negeri 8 Bandung, with a sample of 230 students selected using the Slovin formula and proportionate stratified random sampling technique. Data were collected through questionnaires adapted from the Intrinsic Motivation Inventory (IMI), Valence, Instrumentality, Expectancy Motivation Scale (VIEMS), and Student Engagement in School Items (SESI). The

data were analyzed using IBM SPSS through descriptive statistical analysis, normality testing, linearity testing, multicollinearity testing, and simple linear regression analysis. The results indicated that intrinsic motivation had a positive and significant effect on students' participation ($\beta = 0.706$, $p < 0.05$), while extrinsic motivation also had a positive and significant effect on students' participation ($\beta = 0.762$, $p < 0.05$). A comparison of the standardized beta coefficients showed that extrinsic motivation had a more dominant influence on students' participation in athletics learning than intrinsic motivation. In conclusion, both intrinsic and extrinsic motivation significantly and positively influenced students' participation; however, extrinsic motivation was the more dominant factor. Therefore, efforts to increase students' participation should focus on strengthening intrinsic motivation while optimizing extrinsic factors, such as providing constructive feedback, appropriate rewards, and a supportive learning environment.

Keywords: *Intrinsic Motivation, Extrinsic Motivation, Student Participation, Athletics Learning, Physical Education*

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan kesehatan (PJOK) merupakan bagian penting dalam sistem pendidikan yang bertujuan mengembangkan kebugaran jasmani, keterampilan gerak, serta membentuk karakter siswa. Literatur pedagogis terbaru menunjukkan bahwa pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan memiliki berbagai manfaat, antara lain meningkatkan prestasi akademik, kesadaran sosial, kesehatan fisik dan emosional, serta mendorong terbentuknya gaya hidup sehat (Dollaway et al., 2024). Temuan tersebut sejalan dengan hasil penelitian Alfianti et al., (2024) yang menyatakan bahwa Pendidikan jasmani olahraga dan Kesehatan berperan penting dalam membentuk karakter siswa, meningkatkan kebugaran jasmani dan keterampilan, mengembangkan bakat serta minat olahraga, serta menumbuhkan kebiasaan hidup sehat.

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) berbeda dari mata pelajaran lainnya karena menggunakan gerak dalam pembelajarannya. Ini tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan kemampuan fisik siswa, tetapi juga membantu membentuk siswa secara keseluruhan sesuai dengan tujuan pendidikan. (Rahmawati et al., 2024). Untuk mencapai tujuan tersebut, proses pembelajaran dalam pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (PJOK) dilaksanakan melalui berbagai aktivitas gerak yang dirancang secara sistematis dan terarah. Oleh karena itu, PJOK menjadi salah satu sarana dalam proses Pendidikan untuk membantu siswa mencapai potensi sepenuhnya, terutama dalam hal keterampilan mereka dalam melakukan berbagai aktivitas jasmani dengan cara yang sistematis dan terarah (Candra & Wahyudi, 2020).

Berbagai bentuk aktivitas pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan antara lain, permainan bola besar (sepak bola, bola voli, dan bola basket), permainan bola kecil (tenis meja, bulu tangkis, dan bola kasti), olahraga air, senam, olahraga ritmik, dan atletik (lari jarak pendek, lari jarak jauh, lompat jauh, lompat tinggi, lari estafet, dan lari jalan cepat), dan bela diri (taekwondo, karate, dan pencak silat) (Hualri & Sari, 2023).

Salah satu materi dalam pembelajaran PJOK adalah atletik. Atletik adalah cabang olahraga tertua di dunia, yang dilakukan sejak zaman Yunani kuno sampai

saat ini. Di Indonesia, istilah "atletik" berasal dari bahasa Inggris dan mengacu pada jenis olahraga seperti nomor jalan, lari, lompat, dan lempar. (Ashari, 2024). Karena berbagai macam gerakan yang ditemukan dalam jenis olahraga lainnya, seperti lari, jalan, lompat, tolak, dan lempar, atletik disebut sebagai "Mother of Sport" (Purbangkara & Pratama, 2021). Gerakan-gerakan tersebut merupakan gerakan aktivitas dasar yang dimiliki manusia, dan menjadi gerakan dasar dari olahraga lainnya. Oleh karena itu, Atletik memiliki peran penting dalam meningkatkan kemampuan fisik siswa. Diperkuat dengan hasil penelitian Pehoiu, (2025) menunjukkan bahwa pembelajaran atletik yang dirancang secara sistematis dapat meningkatkan kemampuan motorik dan fisik siswa, meliputi kekuatan, kecepatan, keseimbangan, dan koordinasi.

Dalam pembelajaran atletik seharusnya dilaksanakan dengan suasana yang aktif dan menyenangkan agar dapat mendorong keterlibatan penuh siswa. Hal ini didukung dengan hasil penelitian Mikael et al., (2025) yang menyatakan bahwa kegiatan pembelajaran Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan yang menyenangkan dan menggembirakan membuat siswa lebih termotivasi untuk berpartisipasi aktif. Dengan begitu Siswa diharapkan dalam kegiatan pembelajaran dapat berani mencoba, dan memiliki semangat untuk meningkatkan kemampuan diri. Sehingga mereka mengikuti pembelajaran tidak ada keterpaksaan melainkan karena merasa senang dan ingin melakukan aktivitas gerak. Dengan adanya motivasi yang tinggi, proses pembelajaran dan tujuan pembelajaran akan terlaksana secara optimal. Siswa yang memiliki motivasi belajar tinggi cenderung lebih aktif dan terlibat dalam proses pembelajaran, yang membantu mencapai tujuan pembelajaran (Simanjuntak et al., 2026). Hal ini didukung oleh hasil penelitian yang menunjukkan bahwa 54,9% variasi partisipasi dipengaruhi oleh motivasi (Saputra et al., 2025).

Namun, Pada kenyataannya dalam pembelajaran atletik tidak semua siswa menunjukkan partisipasi yang optimal. Bahwa masih ada beberapa siswa yang merasa bosan dan tidak bersemangat saat pembelajaran atletik (Utami & Purnomo, 2019). Kondisi tersebut didukung oleh hasil pengamatan pada pembelajaran PJOK, khususnya materi atletik, yang menunjukkan bahwa tingkat minat dan motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran masih relatif rendah (Khundah Barkah Siregar et al., 2025) Rendahnya minat dan motivasi tersebut berdampak pada partisipasi siswa dalam pembelajaran. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Mutaqin (2017) yang menunjukkan bahwa tingkat partisipasi siswa dalam pembelajaran atletik masih tergolong rendah, dengan persentase partisipasi hanya mencapai 48,71% selama proses pembelajaran berlangsung.

Kondisi tersebut berkaitan dengan tingkat motivasi yang dimiliki siswa. Baik dari motivasi intrinsik maupun motivasi ekstrinsik, Tingginya motivasi yang dimiliki siswa mendorong keterlibatan yang lebih aktif dalam proses pembelajaran. Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian Candra Irawan et al., (2024) yang menyatakan, motivasi menjadi aspek penting dalam berjalannya proses pembelajaran. Semakin tinggi motivasi siswa semakin tinggi pula efektivitas suatu pembelajaran.

Motivasi siswa dapat berasal dari dalam diri maupun luar diri siswa, Motivasi intrinsik adalah dorongan dalam diri seseorang untuk mencapai tujuan tertentu (Rismayanti et al., 2023). Motivasi ini muncul secara alami, didasari rasa ingin tahu, minat, dan kebutuhan aktualisasi diri (Adiyasa Achmad et al., n.d.). Dalam hal ini,

kemandirian diri adalah salah satu kemampuan internal yang sangat penting. Penelitian yang dilakukan oleh Khairunisa et al., (2022) menunjukan bahwa persepsi tanggung jawab personal dan sosial memiliki hubungan positif dengan motivasi intrinsik siswa dalam pembelajaran Pendidikan jasmani. Hubungan kemandirian diri dalam motivasi intrinsik sejalan dengan Teori Self-Determination yang dikembangkan oleh Deci dan Ryan menekankan bahwa manusia secara alami memiliki kebutuhan akan otonomi, kompetensi, dan keterhubungan, yang jika terpenuhi akan memunculkan motivasi intrinsik dan mendorong individu untuk bertindak dengan tekun, konsisten, dan penuh tanggung jawab (Ryan & Deci, 2000).

Sedangkan motivasi ekstrinsik merupakan faktor yang mempengaruhi dari luar diri (Hasnah, 2023). Motivasi ekstrinsik disebabkan oleh penghargaan, pengakuan, dan hukuman digunakan sering untuk meningkatkan partisipasi siswa (Ajeng Rizqiya et al., 2025). Hasil penelitian Fitri & Ain, (2022) bahwa reward (penghargaan) dan punishment (hukuman) secara simultan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap motivasi siswa dan membuat siswa lebih aktif terlibat. Pengaruh faktor-faktor eksternal tersebut dapat dijelaskan melalui Teori Harapan (Expectancy Theory) yang dikemukakan oleh Victor Vroom yaitu, *Expectancy*, *Instrumentality*, *valence* (Ridhuan Mat Dangi et al., 2025).

Berdasarkan penelitian Hasanah et al., (2023) menyatakan motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran praktik atletik berada pada kategori sedang dan berpengaruh terhadap tingkat partisipasi siswa. Namun, penelitian tersebut hanya menggambarkan tingkat motivasi intrinsik dan ekstrinsik tanpa menganalisis jenis motivasi yang lebih dominan dalam memengaruhi partisipasi siswa. Di sisi lain, hasil penelitian Toh & Choon Lian, (2024) menemukan bahwa peningkatan motivasi intrinsik secara nyata meningkatkan keterlibatan dan partisipasi siswa dalam pelajaran PJOK. sementara itu penelitian yang dilakukan oleh Ferraz et al., (2021) menyatakan motivasi ekstrinsik berupa penghargaan (nilai baik), pengakuan (diterima dan dihargai di kelas), dan faktor lingkungan sosial (interaksi dan hubungan positif dengan guru dan teman) mempengaruhi partisipasi siswa dalam pembelajaran.

Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa baik motivasi intrinsik maupun motivasi ekstrinsik sama-sama berperan dalam meningkatkan partisipasi siswa dalam pembelajaran. Namun, Penelitian terdahulu umumnya hanya mengkaji pengaruh motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik secara terpisah atau mendeskripsikan tingkat motivasi siswa tanpa membandingkan dominansi kedua jenis motivasi terhadap partisipasi siswa dalam pembelajaran atletik. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk membandingkan pengaruh motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik terhadap partisipasi siswa serta mengidentifikasi motivasi yang lebih dominan dalam pembelajaran atletik. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi guru PJOK dalam merancang strategi pembelajaran yang lebih efektif, khususnya di SMA Negeri 8 Bandung.

KAJIAN TEORI

Penelitian ini bertujuan untuk membandingkan motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik terhadap partisipasi siswa dalam pembelajaran atletik pada pelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan. Oleh karena itu, teori motivasi digunakan sebagai landasan utama, karena motivasi merupakan salah satu faktor psikologis yang memengaruhi perilaku dan keterlibatan siswa dalam proses

pembelajaran. Hal ini diperkuat oleh hasil penelitian Liang et al., (2026) yang menyatakan bahwa motivasi, baik intrinsik maupun ekstrinsik, secara konsisten meningkatkan keterlibatan siswa yang membantu siswa tetap aktif saat pembelajaran.

Dalam penelitian ini, Motivasi intrinsik berkaitan dengan dorongan yang muncul dari dalam diri siswa, seperti kesenangan, minat, dan kepuasan dalam mengikuti pembelajaran. Landasan teoritis yang digunakan untuk menjelaskan motivasi intrinsik adalah Teori Self-Determination yang dikembangkan oleh Edward L. Deci dan Richard M. Ryan. Dalam kerangka Self-Determination Theory, motivasi intrinsik merupakan bentuk motivasi yang paling otonom dan berkaitan dengan keterlibatan belajar, keberhasilan akademik, serta kesejahteraan siswa (Howard et al., 2021). Teori ini mengajukan tiga kebutuhan psikologis: competence (kompetensi), relatedness (keterhubungan) dan autonomy (otonomi) (Holzer et al., 2021) Diperkuat oleh hasil Ryan & Deci, (2020) yang menyatakan Motivasi intrinsik siswa akan meningkat ketika ketiga kebutuhan ini dipenuhi dalam pembelajaran dan akan menyebabkan keterlibatan, prestasi akademik, dan kesejahteraan psikologis siswa.

Sementara itu, motivasi ekstrinsik merupakan dorongan yang muncul karena adanya faktor-faktor dari luar diri individu, seperti penghargaan, pujian, nilai, pengakuan, maupun dukungan dari guru dan lingkungan sekitar. Dalam penelitian ini, motivasi ekstrinsik dijelaskan menggunakan Teori Harapan (Expectancy Theory) yang dikembangkan oleh Victor H. Vroom. Menurut teori ini, ada tiga komponen utama yang membentuk motivasi seseorang. Mereka adalah expectancy (ekspektasi), yaitu keyakinan bahwa usaha akan menghasilkan kinerja yang baik, instrumentality (instrumentalitas), yaitu keyakinan bahwa kinerja yang baik akan menghasilkan penghargaan tertentu, dan valence, yaitu nilai atau daya tarik penghargaan tersebut bagi seseorang. (Thu & Van, 2024). Teori tersebut menjelaskan bahwa individu cenderung terdorong untuk melakukan suatu aktivitas apabila mereka meyakini bahwa usaha yang dilakukan akan menghasilkan. Dalam penelitian Sobaih et al., (2024) menyatakan motivasi ekstrinsik muncul ketika individu menilai bahwa kinerja akan membawa hasil-hasil eksternal yang diinginkan, dan hasil tersebut dianggap bernilai bagi dirinya. Oleh karena itu, tangible rewards (hadiah nyata), social recognition and praise (pengakuan sosial dan pujian), serta performance-based incentives (insentif berbasis kinerja) dapat digunakan sebagai indikator operasional reward ekstrinsik dalam penerapan teori Vroom (Dahrani & Sohiron, 2024).

Selain teori motivasi, penelitian ini juga menggunakan teori partisipasi sebagai landasan untuk memahami keterlibatan siswa dalam kegiatan pembelajaran. Dalam teori partisipasi Pembelajaran aktif yang dikembangkan oleh Keith Konsep aktivitas belajar mencakup keterlibatan fisik, mental, dan emosional siswa dalam mengolah dan merespons materi pembelajaran (Fauziyyatul Amiirah et al., 2023). Diperkuat dengan hasil penelitian Schnitzler et al., (2021) menyatakan Keterlibatan siswa yang meliputi aspek perilaku, kognitif, dan emosional merupakan faktor penting dalam proses pembelajaran. Tingginya keterlibatan pada ketiga aspek tersebut dapat mendorong peningkatan prestasi akademik serta keberhasilan siswa dalam mencapai tujuan pembelajaran.

Dengan menggunakan teori motivasi intrinsik, motivasi ekstrinsik, dan partisipasi siswa, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang

lebih mendalam mengenai peerbandingan kedua jenis motivasi tersebut terhadap partisipasi siswa dalam pembelajaran atletik.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, Metode kuantitatif merupakan metode penelitian yang mengumpulkan data dalam bentuk angka menggunakan instrumen, seperti kuesioner atau observasi, sehingga data dapat dianalisis secara sistematis dengan teknik statistik (Rosyidah & Masykuroh, 2024). Menurut Stockemer, (2019) Metode penelitian kuantitatif bertujuan menyediakan bukti empiris untuk menguji hipotesis penelitian serta mengidentifikasi pola hubungan antar variabel yang diteliti. Dengan desain *ex post facto*, *Ex post facto* merupakan penelitian yang mengkaji variabel atau peristiwa yang telah terjadi sebelum penelitian dilaksanakan (Kurniawan & Arifah, 2023). Sebagai mana di kemukakan oleh Nisa, (2025) penelitian *ex post facto* mengamati efek atau kondisi yang telah terjadi, kemudian menelusuri kemungkinan faktor-faktor penyebabnya melalui data yang tersedia.

Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas XI SMA 8 Bandung yang berjumlah 540 siswa. Sampel penelitian sebanyak 230 siswa ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5%. formula Slovin menjadi salah satu metode yang paling sering digunakan untuk menentukan ukuran sampel (Anttoro, 2024). kemudian dipilih menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling*. Teknik ini digunakan agar setiap kelas memperoleh keterwakilan dalam sampel sesuai dengan proporsi jumlah siswanya sehingga sampel yang diperoleh lebih representatif (Golzar & Noor, 2022).

Data penelitian dikumpulkan menggunakan angket berskala Likert empat pilihan jawaban (1 = sangat tidak setuju sampai 4 = sangat setuju). Variabel motivasi intrinsik diukur menggunakan adaptasi *Intrinsic Motivation Inventory* (IMI) berdasarkan teori *Self-Determination Theory* yang mencakup indikator *competence*, *relatedness*, dan *autonomy*. Variabel Motivasi ekstrinsik diukur menggunakan adaptasi Instrumen motivasi ekstrinsik dalam penelitian ini menggunakan *Valence, Instrumentality, Expectancy Motivation Scale* (VIEMS) yang berlandaskan Teori Harapan (*Expectancy Theory*) dari Victor H. Vroom, *Expectancy, Instrumentality, valence* (Ridhuan Mat Dangi et al., 2025). Variabel partisipasi siswa diukur menggunakan adaptasi *Student Engagement in School Items* (SESI) yang meliputi partisipasi Partisipasi siswa mencakup Partisipasi Fisik, Mental (Intelektual), dan Emosional (Bulan & Naim, 2025). Sebelum digunakan, instrumen telah melalui uji validitas menggunakan *Corrected Item-Total Correlation* dan uji reliabilitas menggunakan *Cronbach's Alpha*, dengan seluruh instrumen memenuhi kriteria kelayakan.

Data dianalisis menggunakan IBM SPSS. Analisis diawali dengan statistik deskriptif untuk menggambarkan karakteristik data penelitian. Selanjutnya dilakukan uji prasyarat analisis yang meliputi uji normalitas menggunakan *Kolmogorov-Smirnov*, uji linearitas untuk mengetahui hubungan linear antara variabel independen dan variabel dependen, serta uji multikolinearitas untuk memastikan tidak terjadi korelasi yang tinggi antarvariabel independen. Uji multikolinearitas dilakukan dengan melihat nilai *Tolerance* dan *Variance Inflation Factor* (VIF), di mana model dinyatakan bebas dari multikolinearitas apabila nilai *Tolerance* > 0,10 dan *VIF* < 10. Setelah seluruh asumsi terpenuhi, pengujian

hipotesis dilakukan menggunakan analisis regresi linear sederhana untuk mengetahui pengaruh motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik terhadap partisipasi siswa serta membandingkan besarnya pengaruh masing-masing variabel independen. Seluruh pengujian statistik dilakukan pada taraf signifikansi 0,05.

HASIL PENELITIAN

Uji Statistik Dekriptif

Berdasarkan hasil analisis statistik deskriptif terhadap 230 responden, diperoleh gambaran mengenai variabel motivasi intrinsik, motivasi ekstrinsik, dan partisipasi siswa dalam pembelajaran atletik. Hasil analisis disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1.
Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Motivasi Intrinsik	230	34	56	43.77	4.281
Motivasi Ekstrinsik	230	40	64	54.17	6.084
Partisipasi	230	37	68	55.03	5.913
Valid N (listwise)	230				

Berdasarkan Tabel 1, diketahui bahwa jumlah responden yang dianalisis sebanyak 230 siswa. Variabel motivasi intrinsik memiliki skor minimum sebesar 34 dan skor maksimum sebesar 56, dengan nilai rata-rata (mean) sebesar 43,77 serta simpangan baku (standard deviation) sebesar 4,281. Hal ini menunjukkan bahwa secara umum tingkat motivasi intrinsik siswa berada pada nilai rata-rata 43,77 dengan penyebaran data yang relatif rendah. Variabel motivasi ekstrinsik memperoleh skor minimum sebesar 40 dan skor maksimum sebesar 64, dengan nilai rata-rata sebesar 54,17 dan simpangan baku sebesar 6,084. Hasil tersebut menunjukkan bahwa motivasi ekstrinsik siswa memiliki rata-rata yang lebih tinggi dibandingkan motivasi intrinsik, dengan variasi data yang sedikit lebih besar.

Sementara itu, variabel partisipasi siswa memiliki skor minimum sebesar 37 dan skor maksimum sebesar 68, dengan nilai rata-rata sebesar 55,03 serta simpangan baku sebesar 5,913. Hal ini mengindikasikan bahwa tingkat partisipasi siswa dalam pembelajaran atletik berada pada kategori yang relatif baik dengan penyebaran data yang cukup homogen. Secara keseluruhan, hasil statistik deskriptif menunjukkan bahwa seluruh variabel penelitian memiliki jumlah data yang lengkap (N = 230) tanpa adanya data yang hilang (valid N = 230).

Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data residual pada model regresi berdistribusi normal. Pengujian normalitas menggunakan One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test terhadap *unstandardized residual*. Hasil uji normalitas disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2.
Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov

	Unstandardized Residual
N	230
Normal Parameters ^{a,b}	Mean
	.0000000
Most Extreme Differences	Std. Deviation
	3.43488132
	Absolute
	.050

	Positive	.037
	Negative	-.050
Test Statistic		.050
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

Berdasarkan Tabel 2, hasil uji One-Sample Kolmogorov-Smirnov menunjukkan bahwa nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,200. Nilai tersebut lebih besar dari taraf signifikansi 0,05 ($0,200 > 0,05$), sehingga H_0 diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa data residual berdistribusi normal, sehingga asumsi normalitas dalam analisis regresi telah terpenuhi dan data layak digunakan untuk analisis selanjutnya.

Sebagai dasar pengambilan keputusan, apabila nilai Asymp. Sig. $> 0,05$, maka data dinyatakan berdistribusi normal. Sebaliknya, apabila nilai Asymp. Sig. $\leq 0,05$, maka data tidak berdistribusi normal. Berdasarkan hasil pengujian yang diperoleh, model regresi dalam penelitian ini telah memenuhi asumsi normalitas.

Uji Linearitas

Dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang linear antara variabel motivasi intrinsik dan partisipasi siswa. Pengujian dilakukan menggunakan Test for Linearity melalui tabel ANOVA pada program SPSS. Hasil uji linearitas disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3.
Hasil Uji Linearitas Motivasi Intrinsik terhadap Partisipasi

		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Partisipasi * Motivasi Intrinsik	Between Groups	(Combined) 4296.692	21	204.604	11.471	.000
		Linearity 3990.576	1	3990.576	223.725	.000
		Deviation from Linearity 306.116	20	15.306	.858	.640
	Within Groups	3710.095	208	17.837		
	Total	8006.787	229			

Berdasarkan hasil uji linearitas, nilai signifikansi pada Linearity sebesar 0,000, yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan linear yang signifikan antara motivasi intrinsik dan partisipasi siswa. Selain itu, nilai signifikansi pada Deviation from Linearity sebesar 0,640, yaitu lebih besar dari 0,05 ($0,640 > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat penyimpangan yang signifikan dari hubungan linear. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa hubungan antara motivasi intrinsik dan partisipasi siswa bersifat linear.

Sedangkan motivasi ekstrinsik, Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang linear antara variabel motivasi ekstrinsik dan partisipasi siswa. Hasil uji linearitas disajikan pada Tabel 4.

Tabel 4.
Hasil Uji Linearitas Motivasi Ekstrinsik terhadap Partisipasi Siswa

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	(Combined)	5008.837	22	227.674	15.720	.000
	Linearity	4643.169	1	4643.169	320.598	.000

Partisipasi * Motivasi Ekstrinsik	Deviation from Linearity	365.668	21	17.413	1.202	.252
	Within Groups	2997.950	207	14.483		
	Total	8006.787	229			

Berdasarkan hasil uji linearitas, nilai signifikansi pada Linearity sebesar 0,000, yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan linear yang signifikan antara motivasi ekstrinsik dan partisipasi siswa. Sementara itu, nilai signifikansi pada Deviation from Linearity sebesar 0,252, yaitu lebih besar dari taraf signifikansi 0,05 ($0,252 > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat penyimpangan yang signifikan dari hubungan linear. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa hubungan antara motivasi ekstrinsik dan partisipasi siswa bersifat linear, sehingga asumsi linearitas telah terpenuhi.

Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat korelasi yang tinggi antarvariabel independen, yaitu motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Pengujian dilakukan dengan melihat nilai Tolerance dan Variance Inflation Factor (VIF). Model regresi dinyatakan tidak mengalami multikolinearitas apabila nilai Tolerance $> 0,10$ dan VIF < 10 .

Tabel 5.
Hasil Uji Multikolinearitas

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
(Constant)	4.889	2.447		1.998	.047		
1 Motivasi Intrinsik	.514	.069	.372	7.457	.000	.596	1.678
Motivasi Ekstrinsik	.510	.049	.525	10.509	.000	.596	1.678

Berdasarkan Tabel 5, variabel motivasi intrinsik memiliki nilai Tolerance sebesar 0,596 dan nilai VIF sebesar 1,678. Sementara itu, variabel motivasi ekstrinsik juga memiliki nilai Tolerance sebesar 0,596 dan nilai VIF sebesar 1,678. Nilai Tolerance pada kedua variabel lebih besar dari 0,10, sedangkan nilai VIF lebih kecil dari 10. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat gejala multikolinearitas antara variabel motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik dalam model regresi. Oleh karena itu, model regresi telah memenuhi asumsi multikolinearitas sehingga kedua variabel independen layak digunakan secara bersama-sama.

Uji Hipotesis

Uji Hipotesis (H^1) Menggunakan Uji t

Uji hipotesis dilakukan menggunakan uji t untuk mengetahui apakah motivasi intrinsik berpengaruh secara signifikan terhadap partisipasi siswa dalam pembelajaran atletik.

Tabel 6.
Hasil Uji t Motivasi Intrinsik terhadap Partisipasi

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1 (Constant)	12.357	2.849		4.338	.000		
1 Motivasi Intrinsik	.975	.065	.706	15.051	.000	1.000	1.000

Berdasarkan Tabel 6, variabel motivasi intrinsik memperoleh nilai koefisien regresi (B) sebesar 0,975, nilai Beta sebesar 0,706, nilai t hitung sebesar 15,051, dan nilai signifikansi (Sig.) sebesar 0,000. Nilai signifikansi tersebut lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05 ($0,000 < 0,05$), sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa motivasi intrinsik berpengaruh positif dan signifikan terhadap partisipasi siswa dalam pembelajaran atletik pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. Nilai koefisien regresi sebesar 0,975 menunjukkan bahwa setiap peningkatan 1 satuan motivasi intrinsik akan meningkatkan partisipasi siswa sebesar 0,975 satuan, dengan asumsi variabel lain tetap.

Selain itu, nilai Beta sebesar 0,706 menunjukkan bahwa motivasi intrinsik memiliki pengaruh yang kuat terhadap partisipasi siswa. Oleh karena itu, hipotesis penelitian yang menyatakan "Terdapat pengaruh positif dan signifikan motivasi intrinsik terhadap partisipasi siswa dalam pembelajaran atletik" diterima.

Uji Hipotesis (H_2) Menggunakan Uji t

Uji hipotesis dilakukan menggunakan uji t untuk mengetahui apakah motivasi ekstrinsik berpengaruh secara signifikan terhadap partisipasi siswa dalam pembelajaran atletik.

Tabel 7.
Hasil Uji t Motivasi Ekstrinsik terhadap Partisipasi

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1 (Constant)	14.937	2.274		6.568	.000		
1 Motivasi Ekstrinsik	.740	.042	.762	17.741	.000	1.000	1.000

Berdasarkan Tabel 7, variabel motivasi ekstrinsik memperoleh nilai koefisien regresi (B) sebesar 0,740, nilai Beta sebesar 0,762, nilai t hitung sebesar 17,741, dan nilai signifikansi (Sig.) sebesar 0,000. Nilai signifikansi tersebut lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05 ($0,000 < 0,05$), sehingga H_0 ditolak dan H_2 diterima.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa motivasi ekstrinsik berpengaruh positif dan signifikan terhadap partisipasi siswa dalam pembelajaran atletik pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. Koefisien regresi sebesar 0,740 menunjukkan bahwa setiap peningkatan 1 satuan motivasi ekstrinsik akan meningkatkan partisipasi siswa sebesar 0,740 satuan, dengan asumsi variabel lain tetap.

Selain itu, nilai Beta sebesar 0,762 menunjukkan bahwa motivasi ekstrinsik memiliki pengaruh yang kuat terhadap partisipasi siswa. Oleh karena itu, hipotesis penelitian yang menyatakan "Terdapat pengaruh positif dan signifikan motivasi ekstrinsik terhadap partisipasi siswa dalam pembelajaran atletik pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan" diterima.

Uji Hipotesis (H^3) Perbandingan Dominansi

Hipotesis ketiga bertujuan untuk mengetahui variabel yang memiliki pengaruh lebih dominan terhadap partisipasi siswa dalam pembelajaran atletik. Penentuan variabel yang paling dominan dilakukan dengan membandingkan nilai Standardized Coefficients (Beta) dari hasil analisis regresi sederhana pada masing-masing variabel independen.

Tabel 8.
Perbandingan Nilai Standardized Coefficients (Beta)

Variabel	Beta	Sig.	Keterangan
Motivasi Intrinsik	0,706	0,000	Berpengaruh signifikan
Motivasi Ekstrinsik	0,762	0,000	Berpengaruh signifikan dan lebih dominan

Berdasarkan Tabel 8, diketahui bahwa variabel motivasi intrinsik memiliki nilai Standardized Coefficients (Beta) sebesar 0,706, sedangkan variabel motivasi ekstrinsik memiliki nilai Beta sebesar 0,762. Kedua variabel memiliki nilai signifikansi sebesar 0,000 ($< 0,05$), sehingga keduanya berpengaruh positif dan signifikan terhadap partisipasi siswa.

Namun demikian, nilai Beta motivasi ekstrinsik (0,762) lebih besar dibandingkan nilai Beta motivasi intrinsik (0,706). Hal ini menunjukkan bahwa motivasi ekstrinsik memiliki pengaruh yang lebih dominan terhadap partisipasi siswa dalam pembelajaran atletik.

Oleh karena itu, hipotesis ketiga (H_3) yang menyatakan bahwa motivasi intrinsik lebih dominan terhadap partisipasi siswa ditolak, sedangkan hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi ekstrinsik merupakan variabel yang lebih dominan dalam memengaruhi partisipasi siswa.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi intrinsik berpengaruh positif dan signifikan terhadap partisipasi siswa dalam pembelajaran atletik. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi motivasi yang berasal dari dalam diri siswa, seperti keinginan untuk menguasai keterampilan, rasa senang mengikuti pembelajaran, dan kepuasan dalam melakukan aktivitas gerak, maka semakin tinggi pula tingkat partisipasi siswa selama proses pembelajaran berlangsung. Hasil tersebut dibuktikan dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($< 0,05$) dan nilai Standardized Beta sebesar 0,706, yang menunjukkan bahwa motivasi intrinsik memiliki kontribusi yang kuat terhadap peningkatan partisipasi siswa.

Temuan ini sejalan dengan *Self-Determination Theory* yang dikemukakan oleh Deci dan Ryan, yang menjelaskan bahwa motivasi intrinsik muncul ketika kebutuhan psikologis dasar, yaitu *autonomy*, *competence*, dan *relatedness*, terpenuhi. Dalam pembelajaran atletik, siswa yang diberikan kesempatan untuk menentukan cara belajar, merasa mampu menyelesaikan tugas gerak, serta memperoleh dukungan dari guru dan teman akan menunjukkan keterlibatan yang lebih tinggi dalam proses pembelajaran. Pemenuhan ketiga kebutuhan psikologis tersebut mendorong siswa untuk mengikuti pembelajaran bukan karena tekanan dari luar, melainkan karena adanya dorongan dari dalam diri untuk belajar, berkembang, dan mencapai keberhasilan. Kondisi tersebut membuat siswa lebih aktif bertanya, mencoba berbagai gerakan, berlatih secara mandiri, serta berpartisipasi dalam setiap aktivitas pembelajaran atletik.

Selain motivasi intrinsik, penelitian ini menunjukkan bahwa motivasi ekstrinsik juga berpengaruh positif dan signifikan terhadap partisipasi siswa. Hasil analisis memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 ($<0,05$) dengan *Standardized Beta* sebesar 0,762. Temuan ini menunjukkan bahwa faktor-faktor eksternal, seperti penghargaan, nilai, umpan balik guru, serta dukungan lingkungan belajar, mampu meningkatkan keaktifan siswa dalam mengikuti pembelajaran atletik. Hasil tersebut sesuai dengan *Expectancy Theory* yang dikemukakan oleh Victor H. Vroom, yang menjelaskan bahwa motivasi dipengaruhi oleh *expectancy*, *instrumentality*, dan *valence*. Siswa akan lebih termotivasi untuk berpartisipasi apabila mereka meyakini bahwa usaha yang dilakukan akan menghasilkan prestasi yang baik dan memberikan manfaat bagi dirinya.

Perbandingan kedua variabel menunjukkan bahwa motivasi ekstrinsik memiliki pengaruh yang lebih dominan dibandingkan motivasi intrinsik terhadap partisipasi siswa, yang ditunjukkan oleh nilai *Standardized Beta* sebesar 0,762, lebih tinggi dibandingkan motivasi intrinsik sebesar 0,706. Temuan ini mengindikasikan bahwa partisipasi siswa dalam pembelajaran atletik di SMA Negeri 8 Bandung masih lebih banyak dipengaruhi oleh faktor-faktor eksternal, seperti penilaian, arahan guru, penghargaan, dan dukungan lingkungan belajar. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa guru memiliki peran penting dalam menciptakan suasana pembelajaran yang mampu meningkatkan motivasi siswa melalui pemberian penguatan, umpan balik, serta penghargaan yang tepat. Meskipun demikian, motivasi intrinsik tetap perlu dikembangkan agar siswa berpartisipasi karena kesadaran, minat, dan keinginan untuk meningkatkan kemampuan diri. Oleh karena itu, kombinasi antara penguatan motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik diharapkan dapat meningkatkan partisipasi siswa secara optimal dalam pembelajaran atletik.

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik sama-sama berpengaruh positif terhadap partisipasi siswa dalam pembelajaran atletik pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. Siswa yang memiliki motivasi belajar yang tinggi, baik yang berasal dari dalam diri maupun dari faktor eksternal, cenderung menunjukkan partisipasi yang lebih aktif selama proses pembelajaran.

Berdasarkan perbandingan nilai *Standardized Beta*, motivasi ekstrinsik memberikan pengaruh yang lebih besar dibandingkan motivasi intrinsik terhadap

partisipasi siswa. Temuan ini menunjukkan bahwa dalam konteks pembelajaran atletik di SMA Negeri 8 Bandung, faktor-faktor eksternal, seperti dukungan guru, umpan balik, penghargaan, dan lingkungan belajar yang kondusif, masih berperan lebih besar dalam mendorong partisipasi siswa. Oleh karena itu, guru PJOK perlu mengoptimalkan strategi pembelajaran yang mampu mengembangkan motivasi intrinsik sekaligus memanfaatkan faktor-faktor ekstrinsik untuk meningkatkan partisipasi siswa secara optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiyasa Achmad, R., Bunga Langit, P., Gayuh Aji, G., Dimisyqiyani, E., & Amalia Sinulingga, R. (n.d.). *Representasi motivasi intrinsik dalam meraih mimpi karakter Don pada film Jumbo (2025)*. <https://doi.org/10.37817/ikraith-humaniora.v10i>
- Ajeng Rizqiya, F., Irwan Winata, F., Lutfiyah, I., Dwi Joko Setiyo, M., Maulidatur Rohmah, Z., Zulfa, Z., & Asitah, N. (2025). Strategi pembelajaran berbasis motivasi: Kombinasi intrinsik dan ekstrinsik untuk kesuksesan akademis. *NER*, 3(1). <https://journal.unusida.ac.id/index.php/ner/>
- Alfyanti., Handayani Siregar, F., Novita Padang, I., Romayanti Ginting, J., Ayuning Melati, S., & Sidik Siregar, F. (2024). *Pentingnya pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan bagi anak sekolah dasar*.
- Anttoro, B. (2024). Analisis penerapan formula Slovin dalam penelitian ilmiah: Kelebihan, kelemahan, dan kesalahan dalam perspektif statistik. <https://jurnal.ananpublisher.com/index.php/jmsh>
- Ashari, L. H. (2024). Hubungan kekuatan otot lengan dan bahu dengan hasil tolak peluru gaya O'Brien pada mahasiswa Prodi Penjas Semester 5 Institut Pendidikan Nusantara Global. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 7. <https://doi.org/10.5281/zenodo.5518197>
- Bulan, S., & Naim, M. (2025). Integrasi media pembelajaran interaktif dalam mendorong partisipasi aktif peserta didik. *Journal of Humanities, Social Sciences, and Education (JHUSE)*, 1(10). <https://doi.org/10.64690/jhuse.v1i10.545>
- Candra, O., & Wahyudi, W. (2020). Motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolabasket di SMP Negeri 9 Pekanbaru. *Journal of Sport Education (JOPE)*, 2(2), 70–78. <https://doi.org/10.31258/jope.2.2.70-78>
- Candra Irawan, D., Zainuddin Aziz, M., Gusti Ananda Bayu Wibisono, I., & Penulis, K. (2024). Hubungan antara motivasi siswa dengan efektivitas pembelajaran pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. *Jurnal Olahraga Pendidikan Indonesia (JOPI)*, 3(2), 105–115. <http://jopi.kemenpora.go.id/index.php/jopi>
- Dahrani, D., & Sohiron, S. (2024). Penerapan teori harapan Victor Vroom dalam meningkatkan motivasi kerja karyawan. *AL-MIKRAJ Jurnal Studi Islam dan Humaniora*, 4(2), 1974–1987. <https://doi.org/10.37680/almikraj.v4i02.5511>
- Dollaway, K. C., Hannays, K., Paul, J., & Melville, M. (2024). The importance of physical education and sport in primary (elementary) school. *International Journal of Physical Education, Sports and Health*, 11(3), 244–251. <https://doi.org/10.22271/kheljournal.2024.v11.i3d.3348>

- Fauziyyatul Amiirroh, E., Utaminingsih, S., Widjanarko, M., Muria Kudus Jl Lkr Utara, U., Kulon, K., Bae, K., Kudus, K., & Tengah, J. (2023). Pengembangan model *course review horay* berbantu media *pasutar* (papan surat bangun datar) untuk meningkatkan hasil belajar matematika kelas III SD. *Journal of Elementary Education*, 6.
- Ferraz, R., Branquinho, L., Pereira, M., Marques, M. C., Neiva, H. P., & Marinho, D. A. (2021). Intrinsic and extrinsic motivation in physical education class and the differences between two educational pathways. *International Journal of Physical Education, Fitness and Sports*, 68–83. <https://doi.org/10.34256/ijpefs2138>
- Fitri, Y. R., & Ain, S. Q. (2022). Pengaruh *reward* dan *punishment* terhadap motivasi belajar siswa kelas IV sekolah dasar, 4(1).
- Golzar, J., & Noor, S. (2022). Simple random sampling. *IJELS*, (2).
- Hasanah., Hasibuan, M. U. Z., & Yuliawan, E. (2023). Motivasi siswa mengikuti pembelajaran praktik atletik di SMA Negeri 4 Tanjung Jabung Timur. *Jurnal SCORE*. <https://www.online-journal.unja.ac.id/score>
- Hasnah, F. (2023). Analisis faktor ekstrinsik motivasi dan implikasinya terhadap produktivitas kerja tenaga kesehatan di Indonesia, 2(1). <https://jurnal.jomparnd.com/index.php/jkj>
- Holzer, J., Lüftenegger, M., Korlat, S., Pelikan, E., Salmela-Aro, K., Spiel, C., & Schober, B. (2021). Higher education in times of COVID-19: University students' basic need satisfaction, self-regulated learning, and well-being. *AERA Open*, 7. <https://doi.org/10.1177/23328584211003164>
- Howard, J. L., Bureau, J., Guay, F., Chong, J. X. Y., & Ryan, R. M. (2021). Student motivation and associated outcomes: A meta-analysis from self-determination theory. *Perspectives on Psychological Science*, 16(6), 1300–1323. <https://doi.org/10.1177/1745691620966789>
- Hualri, R. N., & Sari, M. (2023). Analysis of the problem faced by Class VII students in the process of implementing PJOK learning at SMP Negeri 1 Batang Gansal. *JOI: Jurnal Olahraga Indagri*, 10. <https://doi.org/10.32520>
- Khairunisa, F., Hendrayana, Y., Nugraha, R., Hidayat, Y., Martini, T., & Nur Fadhillah Karim, N. (2022). The relationship of personal and social responsibility perceptions with the intrinsic motivation in physical education. *Journal of Physical Education for Secondary Schools*, 2(1), 124–132. <https://doi.org/10.17509/xxxx.xxx>
- Khundah Barkah Siregar, S., Mutiarani., & Nurmalia, L. (2025). Upaya meningkatkan minat belajar atletik lari jarak pendek menggunakan metode bermain pada siswa kelas VII SMP 3 Muhammadiyah Kadudampit Sukabumi. <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/SEMNASFIP>
- Kurniawan, W., & Arifah, S. (2023). Kemandirian belajar siswa ditinjau dari pola asuh orang tua demokratis dan kedisiplinan belajar pada siswa SMK. *Jurnal Thalaba Pendidikan Indonesia*, 6(1). <http://ejournal.undar.or.id/index.php/thalaba>
- Liang, S., Peng, Q., Xu, Q., & Li, S. (2026). The research of the correlations between psychological factors and students' learning engagement: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 17, 1–17. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2026.1760601>

- Mikael, A., Ketaren, A., Ketut Semarayasa, I., Yogi, K., & Lesmana, P. (2025). Strategi pembelajaran dengan penerapan kegembiraan dan kesenangan pada aktivitas kebugaran jasmani pembelajaran PJOK. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 13(3), 268–275. <https://doi.org/10.23887/jiku.v13i3103431>
- Mutaqin, R. A. (2017). *Upaya meningkatkan partisipasi siswa dalam pembelajaran atletik melalui penerapan pendekatan bermain pada kelas IX di SMP Negeri 1 Lembang* (Skripsi, Universitas Pendidikan Indonesia). Repository UPI. <http://repository.upi.edu/28720/>
- Nisa, R. (2025). Causal comparative and correlational research designs in education. 3(2). <https://doi.org/10.58557/edui>
- Pehoiu, C. (2025). The educational role of athletics in physical education: Effects on the physical and motor development of lower secondary students (Part II). *Revista Romaneasca Pentru Educatie Multidimensionala*, 17(3), 267–294. <https://doi.org/10.18662/rrem/17.3/1022>
- Purbangkara, T., & Pratama, A. (2021). Hubungan antara ketebalan lemak, kebugaran jasmani, dan keseimbangan dengan hasil belajar tolak peluru: Studi korelasi pada ekstrakurikuler atletik di SMA Negeri 2 Sukatani. *Physical Education*, 5(1).
- Rahmawati, K. A., Nurlia, R., Oktavia, R., Ihsani, V. N. A., & Hafiza, N. D. (2024). Peran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan dalam pembentukan karakter dan perkembangan gerak anak sekolah dasar. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 5(3), 2741–2749. <https://doi.org/10.54373/imej.v5i3.1143>
- Ridhuan Mat Dangi, M., Mohamed Shuhidan, S., & Mohd Noor, R. (2025). Students' perceptions on extrinsic motivation strategies to enhance learning experience and fostering academic excellence: A qualitative study. *International Journal of Research and Innovation in Social Science (IJRISS)*, 9. <https://doi.org/10.47772/IJRISS>
- Rismayanti, R., Rayhan, M. A., Khairullah, Q., Adzim, E., Lu, L., Fatihah, A., Pendidikan, T., Kampus, U., & Siliwangi, B. (2023). Pengaruh motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik terhadap proses pembelajaran mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia. *JPST*, 2(2). <http://jurnal.minartis.com/index.php/jpst/>
- Rosyidah, E., & Masykuroh, E. (2024). Memahami strategi dan mengatasi tantangan dalam penelitian metode kuantitatif. *Syntax Idea*, 3(6), 1247. <https://doi.org/10.36418/syntax-idea.v3i6.1227>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68–78. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2020). Intrinsic and extrinsic motivation from a self-determination theory perspective: Definitions, theory, practices, and future directions. *Contemporary Educational Psychology*, 61. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2020.101860>
- Saputra, A., Syamsuri., Utami, T., Bistari., & Purnama, S. (2025). Pengaruh motivasi belajar intrinsik terhadap partisipasi belajar siswa dalam pembelajaran Pendidikan Pancasila di kelas VIII SMP Negeri 29 Pontianak.

SOCIAL: Jurnal Inovasi Pendidikan IPS, 5.
<https://jurnalp4i.com/index.php/social>

- Schnitzler, K., Holzberger, D., & Seidel, T. (2021). All better than being disengaged: Student engagement patterns and their relations to academic self-concept and achievement. *European Journal of Psychology of Education*, 36(3), 627–652. <https://doi.org/10.1007/s10212-020-00500-6>
- Simanjuntak, B., Situmorang, R. A., Siagian, A., Saragih, B. M., Rajagukguk, A., Angeli, T., Sitorus, R. Y., & Thantri, J. D. (2026). Hubungan motivasi belajar terhadap partisipasi belajar siswa pada materi pecahan mata pelajaran matematika kelas IV UPTD SD Negeri No. 122384. *Jurnal Ilmiah Kajian Multidisipliner*, 10.
- Sobaih, A. E. E., Benameur, D., Gharbi, H., & Aliane, N. (2024). What makes you feel motivated? Examining Vroom's expectancy theory in the Tunisian banking sector. *Environment and Social Psychology*, 9(7). <https://doi.org/10.59429/esp.v9i7.2870>
- Stockemer, D. (2019). *Quantitative methods for the social sciences: A practical introduction with examples in SPSS and Stata*. Springer.
- Thu, H. Le, & Van, H. N. (2024). Applying Vroom expectancy theory to analyse employee motivation: A study of commercial banks in Vietnam. *Humanities and Social Sciences Letters*, 12(4), 792–810. <https://doi.org/10.18488/73.v12i4.3902>
- Toh, S. C., & Choon Lian, D. K. (2024). Intrinsic motivation to increase the involvement of student in physical education. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 9(7), e002891. <https://doi.org/10.47405/mjssh.v9i7.2891>
- Utami, M. S., & Purnomo, E. (2019). Minat siswa sekolah menengah pertama terhadap pembelajaran atletik. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 15(1), 12–21.