

ANALISIS MOTIVASI BELAJAR SISWA PADA PEMBELAJARAN PJOK DI SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN DENGAN PENDEKATAN SELF-DETERMINATION THEORY (SDT)

Yohanes Turnip¹, Asep Sumpena², Riansyah³

Universitas Pendidikan Indonesia^{1,2,3}

Yohanesturnip10@upi.edu¹

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis motivasi belajar siswa pada pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) dengan menggunakan pendekatan Self-Determination Theory (SDT) secara komprehensif berdasarkan tiga komponen kebutuhan psikologis dasar, yaitu otonomi (*autonomy*), kompetensi (*competence*), dan keterhubungan (*relatedness*). Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif korelasional yang melibatkan 55 responden dari siswa kelas X dan XI di SMK Telkom Bandung. Berdasarkan hasil analisis regresi linear berganda, secara simultan variabel otonomi, kompetensi, dan keterhubungan terbukti berpengaruh signifikan terhadap motivasi belajar siswa dengan nilai signifikansi sebesar 0,003. Namun secara parsial, hanya variabel keterhubungan yang berpengaruh signifikan terhadap motivasi belajar (Sig. = 0,007), sedangkan variabel otonomi (Sig. = 0,331) dan kompetensi (Sig. = 0,593) tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan. Berdasarkan temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara pemenuhan kebutuhan psikologis keterhubungan (*relatedness*) dengan motivasi belajar PJOK, sehingga faktor ini dapat menjadi strategi yang dipertimbangkan guru dalam memfasilitasi pengalaman belajar yang lebih optimal. **Kata Kunci:** *Autonomy, Learning Motivation, Physical Education, Relatedness, Self-Determination Theory*

ABSTRACT

The purpose of this study is to analyze student learning motivation in Physical Education, Sports, and Health (PJOK) at Vocational High Schools (SMK) using the Self-Determination Theory (SDT) approach, comprehensively based on three basic psychological needs components: autonomy, competence, and relatedness. The research method used is quantitative correlational, involving 55 respondents from grades X and XI students at SMK Telkom Bandung. Based on the multiple linear regression analysis, the variables of autonomy, competence, and relatedness simultaneously have a significant effect on student learning motivation with a significance value of 0.003. However, partially, only the relatedness variable has a significant effect on learning motivation (Sig. = 0.007), while autonomy (Sig. = 0.331) and competence (Sig. = 0.593) do not show a significant effect. Based on these findings, it can be concluded that there is a positive relationship between the fulfillment of the psychological need for relatedness and PJOK learning motivation, making this factor a potential strategy for teachers to consider in facilitating a more optimal learning experience.

Keywords: *Autonomy, Learning Motivation, Physical Education, Relatedness, Self-Determination Theory*

PENDAHULUAN

Motivasi merupakan salah satu faktor utama yang memengaruhi keberhasilan proses pembelajaran di semua jenjang pendidikan, termasuk di sekolah menengah kejuruan. Motivasi belajar dipahami sebagai dorongan internal dan/atau eksternal yang menggerakkan siswa untuk aktif terlibat dalam proses pembelajaran, mempertahankan perhatian serta usaha untuk memahami materi pelajaran, dan terus berusaha meskipun menghadapi tantangan akademik (Buana & Kristiyandaru, 2021). Dalam konteks pendidikan secara umum, siswa dengan motivasi belajar tinggi cenderung lebih berpartisipasi aktif, memiliki pola belajar yang konsisten, dan menunjukkan capaian akademik yang lebih baik dibandingkan siswa yang motivasinya rendah. Fenomena ini semakin penting mengingat fokus kebijakan pendidikan nasional yang mengarah pada penguatan hasil belajar dan kompetensi siswa secara menyeluruh sesuai dengan standar nasional pendidikan. Berdasarkan data hasil survei motivasi belajar siswa SMK pada berbagai konteks pembelajaran, rata-rata motivasi siswa menunjukkan variasi yang menggambarkan bahwa tidak seluruh siswa memiliki motivasi optimal dalam mengikuti pembelajaran PJOK, meskipun secara umum indikator motivasi berada pada kategori baik di sebagian sekolah (Firmansyah et al., 2024). Variasi tingkat motivasi ini menjadi perhatian penting karena pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan merupakan mata pelajaran yang berkontribusi langsung terhadap pengembangan aspek fisik, psikologis, dan sosial siswa di sekolah menengah kejuruan. Dengan demikian, memahami motivasi dalam konteks pembelajaran PJOK menjadi krusial untuk memastikan bahwa proses pembelajaran berjalan efektif dan mampu mencapai tujuan pendidikan secara komprehensif.

Dalam banyak penelitian pendidikan, motivasi siswa sering diukur secara umum tanpa menggunakan kerangka teori yang kuat dan terintegrasi, sehingga pemahaman terhadap dinamika motivasi dalam pembelajaran tertentu masih bersifat parsial. Self-Determination Theory (SDT) adalah salah satu teori motivasi yang paling komprehensif dalam psikologi pendidikan karena menekankan pemenuhan tiga kebutuhan psikologis dasar, yakni *autonomy* (kebutuhan untuk mengendalikan tindakan sendiri), *competence* (kebutuhan untuk merasa mampu), dan *relatedness* (kebutuhan untuk merasa terhubung dengan orang lain) sebagai basis utama terjadinya motivasi yang lebih intrinsik, berkualitas, dan berkelanjutan dalam pembelajaran (Galeko & Lengmani, 2025). Pendekatan SDT sudah banyak digunakan dalam penelitian pendidikan umum dan pendidikan jasmani di luar negeri untuk menjelaskan hubungan antara pengalaman psikologis siswa dengan tingkat keterlibatan, motivasi intrinsik, dan adaptasi pembelajaran, tetapi dalam konteks pendidikan jasmani Indonesia, khususnya di SMK, penerapan SDT masih belum banyak dieksplorasi secara mendalam. Padahal, pembelajaran PJOK memiliki karakteristik unik yang sangat berbeda dengan mata pelajaran umum lainnya karena melibatkan kegiatan fisik, pengalaman tubuh, dan interaksi sosial yang intens di ruang kelas maupun lapangan. Oleh karena itu, penggunaan SDT sebagai pendekatan teoritis untuk mengkaji motivasi belajar siswa dalam pembelajaran PJOK di sekolah menengah kejuruan secara lebih sistematis dapat

memberikan pemahaman yang lebih dalam dan relevan terhadap faktor-faktor psikologis yang memotivasi siswa.

Variabel utama dalam penelitian ini adalah motivasi belajar siswa dalam pembelajaran PJOK yang diuraikan dalam tiga komponen SDT, yaitu *autonomy*, *competence*, dan *relatedness*. Komponen *autonomy* menggambarkan sejauh mana siswa merasa memiliki kontrol terhadap kegiatan belajar PJOK yang mereka lakukan; komponen *competence* mencerminkan sejauh mana siswa merasa mampu mengatasi tantangan dalam pembelajaran PJOK; dan komponen *relatedness* mencerminkan hubungan sosial yang dirasakan siswa dengan guru dan teman sebaya dalam konteks pembelajaran jasmani (Galeko & Lengmani, 2025). Ketiga komponen ini relevan dengan fenomena motivasi dalam PJOK karena pembelajaran jasmani tidak hanya menuntut pemahaman kognitif, tetapi juga respon afektif dan fisik dari siswa. Misalnya, ketika siswa diberikan kesempatan untuk memilih jenis aktivitas fisik yang sesuai dengan minatnya, maka kebutuhan *autonomy* terpenuhi; ketika siswa merasa berhasil menyelesaikan latihan atau keterampilan, maka kebutuhan *competence* terpenuhi; dan ketika siswa merasakan dukungan sosial dari guru serta teman sekelas, maka kebutuhan *relatedness* terpenuhi. Ketiga kebutuhan psikologis ini diyakini saling terkait dan berkontribusi terhadap motivasi yang lebih unggul, khususnya motivasi intrinsik, yang kemudian berdampak positif pada keterlibatan belajar siswa secara keseluruhan.

Fenomena motivasi dalam pembelajaran PJOK juga dipengaruhi oleh kondisi pembelajaran saat ini, termasuk perubahan pembelajaran akibat pandemi dan implementasi Kurikulum Merdeka, yang menyebabkan variasi dalam bentuk pembelajaran dan pengalaman siswa. Beberapa penelitian deskriptif kuantitatif menunjukkan bahwa motivasi belajar siswa dalam pembelajaran PJOK bervariasi tergantung pada konteksnya; misalnya, motivasi siswa selama pembelajaran daring dipengaruhi oleh tantangan akses teknologi dan keterbatasan interaksi sosial (Syah & Khory, 2022), sementara penelitian lain menunjukkan bahwa motivasi intrinsik lebih dominan dibanding motivasi ekstrinsik dalam pembelajaran PJOK secara umum (Buana & Kristiyandaru, 2021). Penelitian lain juga menemukan bahwa tingkat motivasi belajar siswa dalam kurikulum Merdeka di SMA berada dalam kategori baik secara keseluruhan, meskipun perbedaan individu tetap ada (Firmansyah et al., 2024). Bahkan survei motivasi belajar PJOK di beberapa SMA menunjukkan bahwa sebagian besar siswa berada pada kategori motivasi tinggi atau baik (Cahyani & Kurniawan, 2025). Namun demikian, mayoritas penelitian tersebut masih bersifat deskriptif dan belum menggunakan pendekatan teori motivasi yang kuat seperti SDT untuk menjelaskan mekanisme psikologis di balik motivasi siswa serta faktor-faktor yang mempengaruhinya.

Berbagai penelitian terdahulu menunjukkan pentingnya motivasi sebagai variabel kunci dalam pembelajaran PJOK, namun juga memperlihatkan keterbatasan metodologis dan teoretis yang membuka ruang penelitian lanjutan. Penelitian deskriptif mengenai motivasi belajar siswa PJOK di masa pandemi COVID-19 mendeskripsikan kecenderungan motivasi yang dipengaruhi oleh perubahan pembelajaran secara daring tanpa mengkaji aspek psikologis mendalam (Saputra & Satyawan, 2021). Studi lain menunjukkan hubungan positif antara motivasi belajar dan hasil belajar PJOK pada siswa SMP, tetapi tidak mengeksplorasi komponen motivasi dalam kerangka teori yang komprehensif (Sipayung, 2024). Selain itu, studi yang meneliti motivasi intrinsik dan ekstrinsik

dalam pembelajaran PJOK menyimpulkan bahwa motivasi intrinsik lebih dominan, tetapi tidak menjelaskan faktor psikologis yang mendasarinya dalam kerangka teori SDT (Buana & Kristiyandaru, 2021). Penelitian-penelitian ini memberikan kontribusi penting pada pemahaman motivasi belajar, namun sebagian besar masih terfokus pada indikator umum dan belum memaksimalkan pendekatan teoritis yang mampu menjelaskan *why* dan *how* motivasi siswa terbentuk dalam pembelajaran PJOK.

Meskipun berbagai penelitian telah dilakukan, terdapat celah penting yang belum dijawab secara sistematis, yaitu pemahaman mendalam terkait bagaimana kebutuhan psikologis dasar siswa mempengaruhi motivasi belajar mereka dalam pembelajaran PJOK di SMK, yang diukur dengan menggunakan pendekatan teori Self-Determination Theory (SDT). Kebanyakan penelitian sebelumnya masih terbatas pada pengukuran tingkat motivasi secara umum atau pembagian motivasi menjadi intrinsik dan ekstrinsik tanpa memetakan hubungan psikologis antara komponen kebutuhan dasar motivasi dan proses pembelajaran jasmani itu sendiri. Dengan demikian, penelitian ini akan memberikan kontribusi baru dengan menerapkan SDT sebagai kerangka utama, mengintegrasikan ketiga komponen kebutuhan psikologis tersebut sebagai konstruk yang saling berinteraksi dan memengaruhi motivasi belajar siswa dalam pembelajaran PJOK di sekolah menengah kejuruan.

Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk menganalisis motivasi belajar siswa pada pembelajaran PJOK di sekolah menengah kejuruan dengan pendekatan Self-Determination Theory (SDT) secara komprehensif berdasarkan tiga komponen kebutuhan psikologis dasar siswa, yaitu *autonomy*, *competence*, dan *relatedness*. Urgensi penelitian ini muncul dari kebutuhan untuk memahami determinan psikologis motivasi siswa yang lebih mendalam dan kontekstual dalam pembelajaran jasmani, yang pada gilirannya dapat membantu guru dan pemangku kebijakan pendidikan merancang strategi pembelajaran yang lebih efektif dan humanistik. Secara akademik, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya literatur motivasi belajar dalam pendidikan jasmani di Indonesia dengan pendekatan teoritis yang kuat dan komparatif, sedangkan secara praktis penelitian ini dapat memberikan rekomendasi kepada pendidik PJOK tentang bagaimana memfasilitasi pengalaman belajar yang lebih bermakna bagi siswa. Ruang lingkup penelitian meliputi analisis motivasi belajar siswa SMK berdasarkan tiga komponen SDT, keterkaitannya dengan praktik pembelajaran PJOK di sekolah, serta implikasi temuan terhadap perbaikan strategi pembelajaran. Berdasarkan fenomena di SMK, siswa cenderung melihat PJOK hanya sebagai jeda dari rutinitas praktik produktif. Pendekatan Self-Determination Theory (SDT) menawarkan kerangka kerja untuk memahami bagaimana kebutuhan akan otonomi, kompetensi, dan keterhubungan dapat mengubah orientasi motivasi siswa dari sekadar menggugurkan kewajiban menjadi partisipasi aktif yang bermakna. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk menganalisis dinamika tersebut secara ilmiah.

KAJIAN TEORI

Self-Determination Theory (SDT) sebagai Landasan Konseptual

Self-Determination Theory (SDT) merupakan teori motivasi yang dikembangkan oleh Deci dan Ryan (1985; 2000) yang menekankan pentingnya pemenuhan kebutuhan psikologis dasar dalam membentuk motivasi yang

berkualitas. SDT memandang individu sebagai agen aktif yang secara alami terdorong untuk berkembang dan belajar, sepanjang lingkungan sosial mendukung pemenuhan kebutuhan psikologis dasarnya (Ryan & Deci, 2017).

Dalam konteks pendidikan, SDT banyak digunakan untuk menjelaskan variasi motivasi belajar siswa serta dampaknya terhadap keterlibatan, kesejahteraan, dan hasil belajar (Niemi & Ryan, 2009). Keunggulan SDT terletak pada kemampuannya menjelaskan tidak hanya seberapa besar motivasi siswa, tetapi juga mengapa siswa termotivasi untuk belajar. Oleh karena itu, SDT dinilai relevan untuk digunakan sebagai kerangka teori dalam penelitian motivasi belajar PJOK yang menekankan pengalaman belajar siswa secara holistik.

SDT menyatakan bahwa kualitas motivasi belajar sangat dipengaruhi oleh sejauh mana lingkungan pembelajaran mampu memenuhi tiga kebutuhan psikologis dasar, yaitu *autonomy*, *competence*, dan *relatedness* (Deci & Ryan, 2000). Ketiga kebutuhan ini bersifat universal dan esensial bagi perkembangan motivasi intrinsik serta internalisasi motivasi ekstrinsik.

Kebutuhan Psikologis Dasar dalam Self-Determination Theory

1. Autonomy

Autonomy didefinisikan sebagai kebutuhan individu untuk merasa memiliki kendali dan kebebasan dalam menentukan perilaku serta pilihan yang dilakukannya (Deci & Ryan, 2000). Dalam konteks pembelajaran PJOK, *autonomy* tercermin dari sejauh mana siswa merasa bahwa partisipasi mereka dalam aktivitas pembelajaran merupakan hasil pilihan pribadi, bukan semata-mata karena tekanan atau paksaan eksternal.

Secara operasional, *autonomy* dalam penelitian ini diukur melalui persepsi siswa terhadap kesempatan untuk memilih, kebebasan mengekspresikan diri, serta keterlibatan dalam pengambilan keputusan selama pembelajaran PJOK. Penelitian Standage et al. (2005) menunjukkan bahwa dukungan *autonomy* dari guru PJOK berhubungan positif dengan motivasi intrinsik dan kesenangan belajar siswa. Hal ini mengindikasikan bahwa ketika siswa merasa otonom, mereka cenderung menunjukkan motivasi belajar yang lebih berkualitas.

2. Competence

Competence merujuk pada kebutuhan individu untuk merasa mampu dan efektif dalam berinteraksi dengan lingkungan serta menghadapi tantangan yang ada (Ryan & Deci, 2017). Dalam pembelajaran PJOK, *competence* berkaitan erat dengan persepsi siswa terhadap kemampuan melakukan keterampilan gerak, memahami instruksi, serta mencapai keberhasilan dalam aktivitas fisik.

Secara operasional, *competence* diukur melalui persepsi siswa terhadap tingkat penguasaan keterampilan, kejelasan umpan balik yang diterima, serta pengalaman keberhasilan selama pembelajaran PJOK. Penelitian Ntoumanis (2001) dan Hagger et al. (2003) menunjukkan bahwa persepsi *competence* yang tinggi berkorelasi positif dengan motivasi intrinsik dan keterlibatan siswa dalam pembelajaran PJOK. Temuan ini menegaskan bahwa perasaan mampu menjadi faktor kunci dalam membangun motivasi belajar siswa.

3. Relatedness

Relatedness didefinisikan sebagai kebutuhan individu untuk merasa diterima, dihargai, dan memiliki hubungan yang bermakna dengan orang lain (Deci & Ryan, 2000). Dalam konteks PJOK, *relatedness* tercermin dari kualitas interaksi sosial

antara siswa dengan guru maupun dengan teman sebaya selama proses pembelajaran.

Secara operasional, *relatedness* diukur melalui persepsi siswa terhadap dukungan sosial, rasa kebersamaan, serta hubungan interpersonal yang positif dalam pembelajaran PJOK. Penelitian Cox dan Williams (2008) serta Standage dan Gillison (2007) menunjukkan bahwa terpenuhinya kebutuhan *relatedness* berkontribusi signifikan terhadap peningkatan motivasi belajar dan sikap positif siswa terhadap pembelajaran PJOK.

Integrasi SDT dalam Konteks Penelitian Motivasi Belajar PJOK

Berdasarkan kajian teoritis dan temuan empiris terdahulu, dapat disimpulkan bahwa motivasi belajar siswa dalam pembelajaran PJOK tidak dapat dilepaskan dari pemenuhan kebutuhan psikologis dasar sebagaimana dijelaskan dalam SDT. *Autonomy*, *competence*, dan *relatedness* berfungsi sebagai determinan psikologis yang saling berinteraksi dalam membentuk kualitas motivasi belajar siswa.

Dalam penelitian ini, ketiga kebutuhan psikologis dasar tersebut diposisikan sebagai dimensi utama yang digunakan untuk menganalisis motivasi belajar siswa PJOK secara kuantitatif. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk memperoleh gambaran empiris yang lebih komprehensif mengenai kondisi motivasi belajar siswa, sekaligus memberikan dasar akademik yang kuat untuk merumuskan implikasi praktis dalam pengembangan pembelajaran PJOK yang lebih berorientasi pada kebutuhan siswa. Siswa yang memiliki tingkat penentuan nasib sendiri (*self-determined*) yang tinggi cenderung menunjukkan keterlibatan yang lebih aktif dan hasil belajar yang lebih baik. Sebaliknya, motivasi yang bersifat mengontrol (*controlling motivation*) atau amotivasi dapat menghambat perkembangan keterampilan motorik dan minat jangka panjang siswa terhadap aktivitas fisik (Lonsdale, Sabiston, Taylor, & Ntoumanis, 2011).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional. Menurut Sugiyono (2020), pendekatan kuantitatif merupakan metode penelitian yang berlandaskan pandangan positivisme, di mana penelitian dilakukan terhadap populasi atau sampel tertentu. Pengambilan sampel dilakukan secara acak, data dikumpulkan melalui instrumen penelitian, dan hasilnya dianalisis menggunakan teknik statistik. Korelasional adalah salah satu teknik analisis data kuantitatif, di mana dua variabel atau lebih dianggap berkorelasi jika perubahan pada satu variabel diikuti oleh perubahan pada variabel lain secara teratur, baik searah (korelasi positif) maupun berlawanan arah (korelasi negatif) (Creswell, 2014). Desain korelasional dalam penelitian ini bermaksud untuk menguji hubungan antara Otonomi (X1), Kompetensi (X2), dan Keterhubungan (X3) terhadap Motivasi Belajar (Y) pada siswa kelas X dan XI di SMK Telkom Bandung.

HASIL PENELITIAN

Analisis data dalam penelitian ini mencakup uji statistik deskriptif, uji normalitas, uji regresi linear berganda (simultan dan parsial), serta uji koefisien determinasi. Hasil analisis diuraikan secara rinci pada setiap subbagian berikut. Hasil uji statistik deskriptif dapat dilihat pada Tabel 1 berikut.

Tabel 1. Hasil Uji Statistik Deskriptif

Variabel	N	Mean	Std. Deviation
Otonomi	55	2.7339	.13417
Kompetensi	55	2.7821	.11274
Keterhubungan	55	2.7380	.14084
Motivasi Belajar	55	4.2643	.09952
Valid N (listwise)	55	-	-

Berdasarkan Tabel 1, dapat dilihat bahwa variabel Otonomi memiliki nilai rata-rata 2.7339 dengan standar deviasi 0.13417, Kompetensi memiliki nilai rata-rata 2.7821 dengan standar deviasi 0.11274, dan Keterhubungan memiliki nilai rata-rata 2.7380 dengan standar deviasi 0.14084, yang menunjukkan bahwa tingkat *self-determination* siswa berada pada kategori sedang dengan variasi skor yang relatif rendah. Lalu pada variabel Motivasi Belajar memiliki nilai rata-rata 4.2643 dengan standar deviasi 0.09952 yang mengindikasikan bahwa motivasi belajar siswa cenderung berada pada kategori sedang hingga tinggi. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada Tabel 2 berikut.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

Indikator	Nilai Statistik
N	55
Normal Parameters (Mean)	.0000000
Normal Parameters (Std. Deviation)	.08696518
Most Extreme Differences (Absolute)	.114
Most Extreme Differences (Positive)	.114
Most Extreme Differences (Negative)	-.089
Test Statistic	.114
Asymp. Sig. (2-tailed)	.071
Monte Carlo Sig. (2-tailed)	.071
99% Confidence Interval (Lower Bound)	.064
99% Confidence Interval (Upper Bound)	.077

Berdasarkan Tabel 2 hasil uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,071 ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa data residual berdistribusi normal, sehingga asumsi normalitas dalam penelitian ini telah terpenuhi. Hasil uji ANOVA regresi simultan disajikan pada Tabel 3 berikut.

Tabel 3. Hasil Uji ANOVA (Regresi Simultan)

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	.126	3	.042	5.261	.003
Residual	.408	51	.008	-	-
Total	.535	54	-	-	-

Berdasarkan hasil analisis regresi linear berganda secara simultan pada Tabel 3 (ANOVA), diperoleh nilai F hitung sebesar 5,261 dengan nilai signifikansi (Sig.) sebesar 0,003 ($< 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa secara bersama-sama (simultan) variabel Otonomi, Kompetensi, dan Keterhubungan berpengaruh signifikan terhadap Motivasi Belajar siswa. Hasil uji regresi parsial disajikan pada Tabel 4 berikut.

Tabel 4. Hasil Uji Regresi Parsial (Coefficients)

Model	B	Std. Error	Beta	t	Sig.	Tolerance	VIF
(Constant)	3.063	.347	-	8.828	<.001	-	-
Otonomi	.101	.103	.136	.981	.331	.777	1.287
Kompetensi	.066	.123	.075	.539	.593	.771	1.297
Keterhubungan	.270	.095	.383	2.838	.007	.823	1.214

Berdasarkan hasil analisis regresi linear berganda secara parsial pada Tabel 4 (Coefficients), hanya variabel Keterhubungan yang berpengaruh signifikan terhadap Motivasi Belajar dengan nilai $t = 2,838$ dan $\text{Sig.} = 0,007$ ($< 0,05$). Sedangkan variabel Otonomi ($\text{Sig.} = 0,331$) dan Kompetensi ($\text{Sig.} = 0,593$) tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan secara parsial. Hasil uji koefisien determinasi disajikan pada Tabel 5 berikut.

Tabel 5. Model Summary Koefisien Determinasi

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.486	.236	.191	.08949

Berdasarkan hasil analisis pada Tabel 5 (Model Summary), diperoleh nilai R sebesar 0,486, yang menunjukkan adanya hubungan sedang antara variabel Otonomi, Kompetensi, dan Keterhubungan dengan Motivasi Belajar. Nilai R Square sebesar 0,236 menunjukkan bahwa ketiga variabel independen secara bersama-sama mampu menjelaskan 23,6% variasi Motivasi Belajar, sedangkan 76,4% dipengaruhi oleh faktor lain di luar model penelitian. Setelah disesuaikan, diperoleh nilai Adjusted R Square sebesar 0,191, serta Std. Error of the Estimate sebesar 0,08949.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan kerangka kerja Self-Determination Theory (SDT) sangat relevan untuk menganalisis motivasi belajar siswa SMK pada pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Berdasarkan pengujian hipotesis menggunakan analisis regresi linear berganda, diketahui bahwa secara simultan, pemenuhan kebutuhan psikologis dasar yang terdiri dari otonomi (*autonomy*), kompetensi (*competence*), dan keterhubungan (*relatedness*) berpengaruh secara signifikan terhadap motivasi belajar siswa ($\text{Sig.} = 0,003$). Temuan ini sejalan dengan pandangan dasar SDT bahwa ketiga kebutuhan tersebut bersifat universal dan esensial dalam membentuk motivasi intrinsik maupun menginternalisasi motivasi ekstrinsik, sehingga mampu mengubah orientasi belajar siswa dari sekadar menggugurkan kewajiban menjadi partisipasi yang aktif.

Berdasarkan analisis statistik deskriptif, variabel otonomi, kompetensi, dan keterhubungan berada pada nilai rata-rata 2.7339 hingga 2.7821, yang menunjukkan bahwa tingkat penentuan nasib sendiri (*self-determination*) siswa pada umumnya berada di kategori sedang. Di sisi lain, motivasi belajar secara keseluruhan cenderung berada pada kategori sedang hingga tinggi dengan rata-rata 4.2643. Hal ini mengindikasikan bahwa meskipun tingkat motivasi cukup memadai, porsi dukungan psikologis dalam lingkungan pembelajaran masih perlu terus ditingkatkan untuk memfasilitasi keterlibatan belajar secara maksimal.

Analisis uji parsial menunjukkan fenomena spesifik di mana hanya variabel keterhubungan (*relatedness*) yang memberikan pengaruh signifikan terhadap motivasi belajar (Sig. = 0,007). Secara teoretis, *relatedness* adalah kebutuhan siswa untuk merasa dihargai, diterima, dan memiliki relasi yang positif dengan guru serta teman sebaya. Pembelajaran PJOK memiliki keunikan karena melibatkan interaksi sosial yang intens serta pengalaman tubuh secara langsung, baik di dalam kelas maupun di lapangan. Temuan ini mengkonfirmasi bahwa terpenuhinya perasaan dukungan sosial dan rasa kebersamaan berkontribusi secara nyata dalam meningkatkan minat jangka panjang serta motivasi yang lebih unggul selama pembelajaran PJOK berlangsung.

Sebaliknya, pengujian parsial juga menemukan bahwa variabel otonomi dan kompetensi tidak memberikan pengaruh yang signifikan terhadap motivasi belajar secara individual, masing-masing dengan nilai signifikansi 0,331 dan 0,593. Tidak signifikannya otonomi dapat diasosiasikan dengan karakteristik siswa SMK yang mungkin masih melihat mata pelajaran PJOK sekadar sebagai jeda rileks dari beban praktik produktif yang berat, sehingga kebebasan dan kendali pribadi terhadap aktivitas belajar kurang begitu disadari sebagai pendorong motivasi. Sementara itu, tidak signifikannya komponen kompetensi mengisyaratkan bahwa pengalaman keberhasilan dan penguasaan tantangan fisik saat ini mungkin belum dirasakan relevan secara setara oleh setiap siswa. Walaupun begitu, ketiga dimensi kebutuhan dasar ini terbukti saling berinteraksi dan secara keseluruhan (simultan) mutlak dibutuhkan untuk menciptakan lingkungan belajar PJOK yang efektif dan humanistik.

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara pemenuhan kebutuhan psikologis keterhubungan (*relatedness*) dalam Self-Determination Theory dengan motivasi belajar Pendidikan Jasmani pada siswa. Artinya, semakin tinggi tingkat keterhubungan yang dirasakan siswa dengan guru maupun teman sebaya, maka semakin tinggi pula motivasi belajarnya. Meskipun demikian, kekuatan hubungan yang diperoleh berada pada kategori lemah, sehingga dapat disimpulkan bahwa keterhubungan bukan merupakan satu-satunya faktor yang memengaruhi motivasi belajar siswa, melainkan salah satu faktor psikologis yang berkontribusi terhadap terbentuknya motivasi belajar.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, sampel penelitian hanya berasal dari satu sekolah sehingga hasil penelitian memiliki keterbatasan dalam hal generalisasi terhadap populasi yang lebih luas. Kedua, data penelitian diperoleh melalui instrumen kuesioner yang mengandalkan persepsi diri (*self-report*), sehingga masih berpotensi menimbulkan bias subjektivitas responden. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan sampel yang lebih

beragam, baik dari berbagai sekolah maupun jenjang pendidikan. Secara praktis, temuan ini menunjukkan bahwa pemenuhan kebutuhan *relatedness* dapat menjadi strategi yang dipertimbangkan oleh guru PJOK dalam menciptakan lingkungan pembelajaran yang lebih positif dan inklusif untuk meningkatkan motivasi belajar siswa secara optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Buana, I. R. A., & Kristiyandaru, A. (2021). Motivasi siswa mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan: Intrinsik dan ekstrinsik. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 9(1), 421-426.
- Cahyani, A. R., & Kurniawan, A. W. (2025). Survei motivasi belajar siswa dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan pada siswa-siswi SMA sederajat se-Kecamatan Kandat Kabupaten Kediri. *Sinar Dunia: Jurnal Riset Sosial Humaniora dan Ilmu Pendidikan*, 4(1), 144-156. <https://doi.org/10.58192/sidu.v4i1.3118>
- Cox, A. E., & Williams, L. (2008). The relative importance of need satisfaction and perceived motivations in predicting goal orientation and sportspersonship in high school physical education. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 12(4), 247-264.
- Creswell, J. W. (2014). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. SAGE Publications.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. Plenum Press.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268.
- Firmansyah, G., S, A., & Nova, A. (2024). Motivasi belajar peserta didik tingkat sekolah menengah atas pada mata pelajaran PJOK: Sebuah analisis pada konteks Kurikulum Merdeka Belajar. *Jurnal Olahraga Pendidikan Indonesia (JOPI)*, 4(1), 50-62. <https://doi.org/10.54284/jopi.v4i1.465>
- Galeko, M., & Lengmani, P. L. (2025). Motivasi siswa dalam pelaksanaan pelajaran PJOK: Kajian literatur perspektif teori self-determination. *Jurnal Sinergi Olahraga dan Rekreasi*, 1(1), 19-25. <https://doi.org/10.71094/jsor.v1i1.13>
- Hagger, M. S., Chatzisarantis, N. L., Culverhouse, T., & Biddle, S. J. (2003). The processes by which perceived autonomy support in physical education promotes leisure-time physical activity intentions and behavior: A self-determination theory test. *Psychology of Sport and Exercise*, 4(4), 315-334.
- Lonsdale, C., Sabiston, C. M., Taylor, I. M., & Ntoumanis, N. (2011). Measuring student motivation in physical education: Examining the psychometric properties of the Perceived Locus of Causality Questionnaire and the Situational Motivation Scale. *Psychology of Sport and Exercise*, 12(3), 284-292.
- Niemiec, C. P., & Ryan, R. M. (2009). Autonomy, competence, and relatedness in the classroom: Applying self-determination theory to educational practice. *Theory and Research in Education*, 7(2), 133-144.
- Ntoumanis, N. (2001). A self-determination approach to the understanding of motivation in physical education. *British Journal of Educational Psychology*, 71(2), 225-242.

- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford Press.
- Saputra, D. A., & Satyawan, I. M. (2021). Motivasi peserta didik dalam mengikuti pembelajaran PJOK di masa pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 9(1), 40-45. <https://doi.org/10.23887/jiku.v9i1.30984>
- Sipayung, E. (2024). Kontribusi motivasi belajar terhadap peningkatan hasil belajar olahraga di Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 15(2), 78-86.
- Standage, M., Duda, J. L., & Ntoumanis, N. (2005). A test of self-determination theory in school physical education. *British Journal of Educational Psychology*, 75(3), 411-433.
- Standage, M., & Gillison, F. (2007). Students' motivational responses toward school physical education and their relationship to general self-esteem and health-related quality of life. *Psychology of Sport and Exercise*, 8(5), 704-721.
- Sugiyono. (2020). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Syah, M. I., & Khory, F. D. (2022). Tantangan motivasi belajar PJOK di masa pandemi. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 10(1), 335-340.