

Pengaruh Faktor Psikologis Terhadap Partisipasi Siswa Dalam Pembelajaran Penjas Di SMPN 3 Karang Bahagia

Jadi Hadiyanto Utomo¹

Universitas Singaperbangsa Karawang

jadiutomo11@guru.smp.belajar.id

Luki Hendaris Syahrosy²

Universitas Singaperbangsa Karawang

lukihendaris@gmail.com

Fahrudin³

Universitas Singaperbangsa Karawang

fahrudin@fkip.unsika.ac.id

Abstrak

Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan (Penjas) merupakan salah satu mata pelajaran yang penting dalam kurikulum sekolah. Dalam penelitian ini, metode survei dan wawancara digunakan untuk mengumpulkan data dan memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang pengaruh faktor psikologis terhadap partisipasi siswa dalam pembelajaran Penjas. Namun, penting untuk diingat bahwa setiap siswa memiliki pengalaman dan kebutuhan yang unik. Oleh karena itu, pendekatan individual dan perhatian terhadap kebutuhan psikologis siswa sangat penting dalam menciptakan lingkungan pembelajaran yang inklusif dan mendukung.

metode observasi dan wawancara dilakukan di SMPN 3 Karang Bahagia Kab. Bekasi. Faktor psikologis memiliki pengaruh yang signifikan terhadap partisipasi siswa dalam pembelajaran Penjas. Motivasi, ketakutan dan kecemasan, serta persepsi diri dan citra tubuh.

Keywords : Penjas, Psikologis, Partisipasi belajar

Pendahuluan

Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan (Penjas) merupakan salah satu mata pelajaran yang penting dalam kurikulum sekolah. Penjas tidak hanya memberikan pengetahuan tentang aktivitas fisik dan kesehatan (Riza Sukma Fauzi, D Didik Subhakti Prawira Raharja², 2023), tetapi juga berperan dalam membentuk sikap, keterampilan sosial, dan kepercayaan diri siswa. Namun, dalam konteks pembelajaran Penjas, partisipasi aktif siswa sering kali menjadi masalah yang perlu diperhatikan. Faktor psikologis dapat mempengaruhi partisipasi siswa dalam pembelajaran Penjas (James Tangkudung, 2017). Artikel ini akan mencoba membahas pengaruh faktor psikologis terhadap partisipasi siswa dalam pembelajaran Penjas,

Metode

Metode yang digunakan untuk mengetahui pengaruh faktor psikologis terhadap partisipasi siswa dalam pembelajaran Penjas, dengan menggunakan metode survei dan wawancara. Sampel penelitian terdiri dari siswa-siswa dari sekolah SMPN 3 Karang Bahagia Kab. Bekasi yang mewakili berbagai tingkatan pendidikan. Survei digunakan untuk mengumpulkan data tentang persepsi siswa terkait faktor-faktor psikologis (Sugiyono, 2015) yang mempengaruhi partisipasi mereka dalam pembelajaran Penjas. Wawancara dilakukan dengan beberapa siswa secara mendalam untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif tentang pengalaman mereka dalam pembelajaran Penjas.

Hasil dan Pembahasan

1. Motivasi Siswa

Salah satu faktor psikologis yang mempengaruhi partisipasi siswa dalam pembelajaran Penjas adalah motivasi. Motivasi yang rendah dapat menghambat minat siswa untuk terlibat aktif dalam kegiatan fisik (Syahrial et al., 2020). Kurangnya motivasi dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti kurangnya minat terhadap olahraga tertentu, perasaan tidak nyaman dengan tubuh mereka, atau persepsi negatif tentang kemampuan fisik mereka. Penting bagi pendidik untuk memahami faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi siswa dan mengadopsi strategi yang sesuai untuk meningkatkannya.

2. Ketakutan dan Kecemasan

Ketakutan dan kecemasan juga dapat mempengaruhi partisipasi siswa dalam pembelajaran Penjas. Beberapa siswa mungkin merasa cemas atau takut gagal dalam aktivitas fisik, terutama jika mereka merasa tidak memiliki keterampilan atau keahlian yang cukup. Rasa takut menghadapi penilaian dari teman sekelas atau pendidik juga dapat menjadi penghalang bagi partisipasi aktif siswa (Firdaus, 2012). Menciptakan lingkungan yang mendukung, memberikan dukungan emosional, dan memberikan umpan balik yang konstruktif dapat membantu mengurangi ketakutan dan kecemasan siswa.



3. Persepsi Diri dan Body Image

Persepsi diri dan citra tubuh juga berperan penting dalam partisipasi siswa dalam pembelajaran Penjas. Siswa yang memiliki persepsi diri negatif atau citra tubuh yang rendah cenderung enggan untuk terlibat dalam aktivitas fisik di depan orang lain (James Tangkudung, 2017). Mereka mungkin merasa malu atau tidak percaya diri dengan penampilan fisik mereka. Menciptakan lingkungan yang inklusif dan penerimaan diri yang positif dapat membantu meningkatkan partisipasi siswa dengan persepsi diri yang rendah.



Simpulan dan Rekomendasi

Berdasarkan pembahasan di atas, dapat disimpulkan bahwa Faktor psikologis memiliki pengaruh yang signifikan terhadap partisipasi siswa dalam pembelajaran Penjas. Motivasi, ketakutan dan kecemasan, serta persepsi diri dan citra tubuh adalah beberapa faktor yang dapat mempengaruhi partisipasi siswa. Dalam rangka meningkatkan partisipasi siswa, pendidik perlu memperhatikan faktor-faktor ini dan mengadopsi strategi yang tepat. Menciptakan lingkungan yang mendukung, memberikan motivasi yang tepat, dan mempromosikan penerimaan diri yang positif adalah langkah-langkah penting dalam membantu siswa mengatasi hambatan psikologis dan lebih aktif terlibat dalam pembelajaran Penjas (Fahlevi, 2022).

Dengan memahami dan memperhatikan faktor-faktor psikologis ini, pendidik dapat menciptakan pengalaman pembelajaran yang lebih positif dan bermanfaat bagi siswa dalam hal kesehatan fisik, keterampilan sosial, dan pengembangan diri secara keseluruhan. Dalam pembelajaran Penjas, faktor psikologis memiliki peran yang signifikan dalam mempengaruhi partisipasi siswa. Motivasi, ketakutan dan kecemasan, serta persepsi diri dan citra tubuh merupakan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi partisipasi siswa dalam pembelajaran Penjas.

Penting bagi pendidik dan pengambil kebijakan pendidikan untuk memperhatikan faktor-faktor psikologis ini dan mengadopsi strategi yang tepat untuk meningkatkan partisipasi siswa. Menciptakan lingkungan yang mendukung, memberikan motivasi yang tepat, dan mempromosikan penerimaan diri yang positif dapat membantu siswa mengatasi hambatan psikologis dan meningkatkan partisipasi mereka dalam pembelajaran Penjas. Dengan demikian, siswa akan dapat memperoleh manfaat yang lebih besar dari pembelajaran Penjas dalam hal kesehatan fisik, keterampilan sosial, dan pengembangan diri secara keseluruhan.

Daftar Pustaka

- Fahlevi, M. R. (2022). Kajian Project Based Blended Learning Sebagai Model Pembelajaran Pasca Pandemi dan Bentuk Implementasi Kurikulum Merdeka. *Sustainable Jurnal Kajian Mutu Pendidikan*, 5(2), 230–249. <https://doi.org/10.32923/kjmp.v5i2.2714>
- Firdaus, K. (2012). Psikologi Olahraga teori dan Aplikasi. In *Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Padang Press 2012* (Vol. 4, Issue 1).
- James Tangkudung, A. M. (2017). Mental Training Aspek-aspek Psikologi dalam olahraga. In *Jurnal Penelitian Pendidikan Guru Sekolah Dasar* (Vol. 6, Issue August).
- Riza Sukma Fauzi, D Didik Subhakti Prawira Raharja2, N. M. (2023). *Analisis Tingkat Edukasi Motorik pada Siswa Sekolah Dasar Berdasarkan Lokasi Geografis dan Aktivitas Fisik*. 86, 141–145.

Sugiyono. (2015). Metode Penelitian Pendidikan. Bandung. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D)*, 308.

Syahrial, D., Sudijandoko, A., & Priambodo, A. (2020). Pengaruh Permainan Kecil Berdasarkan Tingkat Motor Educability Terhadap Motivasi Dan Keterampilan Passing Permainan Futsal. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 6(1), 195–203.
<https://doi.org/10.58258/jime.v6i1.1251>