

## Pembelajaran PJOK Daring: Tingkat Motivasi dan Kecemasan Siswa SDIT Attakwin Pasca Pandemi Covid-19

Dina Florencia\*, Firman Septiadi, Muhammad Saleh

Universitas Muhammadiyah Sukabumi, Sukabumi, Indonesia

\*Corresponding Author: dinaflorenciaong@ummi.ac.id

### Abstract

*The Covid-19 pandemic has changed the way education is conducted across the world, forcing a shift to online learning. This affects students' motivation and anxiety levels in the learning process. This research aims to identify the level of motivation and anxiety of SD IT Attakwin students after Covid-19. Method: This research uses a quantitative descriptive approach with a cross-sectional research design. Data was obtained from 20 class VI students using a questionnaire. Students' levels of learning motivation and anxiety were analyzed using univariate analysis methods. The research results show that the majority of SD IT Attakwin students have a high level of learning motivation, with 70% of respondents in the high category. However, most students also experience moderate levels of anxiety, with 80% of students in the moderate anxiety category. This research concludes that students at Attakwin IT Elementary School after Covid-19 have high learning motivation in general, although there is potential to develop it further. However, most students also experience moderate levels of anxiety. Therefore, attention is needed in managing student anxiety to create a conducive learning environment and minimize its negative impact on learning motivation. In the context of post-Covid-19 online learning, increasing motivation and managing student anxiety is important to achieve optimal learning goals.*

**Keywords:** physical education, motivation, anxiety, covid

### Abstrak

Pandemi Covid-19 telah mengubah cara pendidikan dilakukan di seluruh dunia, memaksa peralihan ke pembelajaran daring. Hal ini mempengaruhi motivasi dan tingkat kecemasan siswa dalam proses pembelajaran. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi tingkat motivasi dan kecemasan siswa SD IT Attakwin pasca Covid-19. Metode: Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif dengan desain penelitian cross-sectional. Data diperoleh dari 20 siswa kelas VI menggunakan kuesioner. Tingkat motivasi belajar dan kecemasan siswa dianalisis dengan metode analisis univariat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswa SD IT Attakwin memiliki tingkat motivasi belajar yang tinggi, dengan 70% dari responden berada dalam kategori tinggi. Namun, sebagian besar siswa juga mengalami tingkat kecemasan yang sedang, dengan 80% siswa berada dalam kategori cemas sedang. Penelitian ini menyimpulkan bahwa siswa SD IT Attakwin pasca Covid-19 memiliki motivasi belajar yang tinggi secara umum, meskipun ada potensi untuk lebih mengembangkannya. Namun, sebagian besar siswa juga mengalami tingkat kecemasan yang sedang. Oleh karena itu, diperlukan perhatian dalam mengelola kecemasan siswa untuk menciptakan lingkungan belajar yang kondusif dan meminimalkan dampak negatifnya terhadap motivasi belajar. Dalam konteks pembelajaran daring pasca Covid-19, peningkatan motivasi dan pengelolaan kecemasan siswa menjadi penting untuk mencapai tujuan pembelajaran yang optimal.

**Kata Kunci:** pendidikan jasmani, motivasi, kecemasan, covid

### Article History:

Received 2023-06-27

Revised 2023-10-03

Accepted 2023-12-13

### DOI:

10.31949/educatio.v9i4.5880

## PENDAHULUAN

Pada awal tahun 2020, adanya pandemi Covid-19 telah memberikan dampak pada perubahan aktivitas manusia di segala bidang kehidupan. Dalam dunia pendidikan, pandemi memaksa pembelajaran di semua

jenjang pendidikan dilakukan secara daring (Adesanya et al., 2023). Pembelajaran dilakukan dalam kelas virtual dengan menggunakan media aplikasi berbasis internet, seperti zoom, whatsapp, google meet dan sebagainya (Al Ikhlas, 2022; Nahdi & Jatisunda, 2020). Dalam situasi seperti ini, para guru dituntut kreatif agar anak tidak bosan ketika mengikuti pembelajaran. Para orang tua juga perlu memberikan motivasi dan dukungan kepada anak-anaknya agar tetap memiliki motivasi untuk belajar secara daring di rumah.

Motivasi menjadi aspek penting untuk keberhasilan belajar, terutama ketika pembelajaran dilakukan secara daring. Motivasi belajar merupakan dorongan yang timbul dari dalam diri siswa (intrinsik) dan dari luar diri siswa (ekstrinsik) untuk belajar (Nadila et al., 2023; Sudiarthi, 2022). Motivasi intrinsik meliputi hasrat dan keinginan untuk berhasil, dorongan kebutuhan untuk belajar, dan harapan akan cita-cita siswa. Sedangkan motivasi ekstrinsik yang meliputi adanya penghargaan, lingkungan belajar yang kondusif, kegiatan belajar yang menarik, dan adanya upaya guru dalam membelajarkan siswa. Motivasi adalah apa yang memotivasi orang untuk melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan mereka (Idzhar, 2016). Oleh karenanya, motivasi belajar menjadi salah satu aspek yang berperan signifikan dalam proses tercapainya tujuan pembelajaran (Arrixavier et al., 2020). Dalam konteks ini, guru perlu mendesain situasi pembelajaran daring yang menarik dan interaktif agar motivasi belajar siswa dapat meningkat.

Namun pembelajaran daring memiliki banyak sekali permasalahan dalam pelaksanaannya, apa lagi pada mata pelajaran yang membutuhkan kegiatan praktik seperti pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (PJOK). Kecemasan muncul pada diri siswa ketika pembelajaran daring. Siswa khawatir tidak memahami materi pembelajaran yang diberikan ketika ada tekanan untuk dapat mencapai tujuan belajar yang ditetapkan. Siswa tidak mampu menjawab setiap soal atau pertanyaan yang diberikan. Kecemasan belajar dapat muncul ketika adanya tekanan dan ketidakmampuan menghadapi masalah. Kecemasan merupakan kesehatan mental yang ditandai dengan perasaan khawatir, cemas, atau takut yang cukup kuat untuk mengganggu aktivitas sehari-hari. yang mana hal ini bisa mengganggu imunitas tubuh manusia (Gumantan et al., 2020). Dalam konteks pembelajaran, kecemasan sangat berpengaruh terhadap hasil yang dicapai siswa dalam belajar (Dewi, 2020; Ekawati, 2015; Savitri et al., 2022). Semakin rendah tingkat kecemasan siswa maka semakin baik pula hasil belajar yang dapat dicapai siswa.

SD IT Attakwin merupakan salah satu sekolah dasar di Kabupaten Sukabumi yang menerapkan pembelajaran daring pada saat pandemi Covid-19 untuk semua pembelajaran, termasuk PJOK. Pembelajaran daring di sekolah ini dilakukan melalui aplikasi whatsapp dan Google Meet. Dengan berakhirnya masa pandemi Covid-19, peneliti tertarik untuk melakukan kajian tentang kecemasan dan motivasi belajar siswa di SD tersebut. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran tentang tingkat kecemasan dan motivasi belajar siswa pasca pandemi Covid-19.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini mengadopsi pendekatan penelitian deskriptif kuantitatif. Penelitian deskriptif kuantitatif bertujuan untuk menggambarkan fenomena yang sedang diamati atau mendefinisikan serangkaian sikap, opini, atau perilaku yang diukur pada suatu waktu dan tempat tertentu (Sahab, 2019).

Desain penelitian yang digunakan adalah cross-sectional, yaitu suatu jenis penelitian observasional yang mengamati data sampel dan populasi pada satu titik waktu tertentu. Penelitian ini dilakukan pada bulan Juni 2023 di SDIT Attakwin dengan kelas VI sebagai subjek penelitian, yang terdiri dari 20 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah cluster sampling, di mana beberapa kelompok dipilih secara acak dari populasi, dan kemudian elemen-elemen dari kelompok yang terpilih diambil sebagai sampel (Sugiyono, 2018).

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket kecemasan dan motivasi. Angket atau kuesioner adalah alat pengumpulan data yang melibatkan serangkaian pertanyaan tertulis yang diberikan kepada responden untuk dijawab. Dalam kuesioner, terdapat dua tipe pertanyaan: terbuka dan tertutup. Pertanyaan terbuka memberikan kebebasan kepada responden untuk menjawab sesuai dengan keinginan mereka, sementara pertanyaan tertutup membatasi opsi jawaban (Sugiyono, 2014).

Untuk mengukur tingkat kecemasan, digunakan skala HRS-A dengan reliabilitas sebesar 0.97 dan validitas sebesar 0.93. Ini menunjukkan bahwa pengukuran kecemasan dengan menggunakan skala HRS-A dapat dianggap valid dan reliabel (Nursalam, 2018).

Data mengenai tingkat motivasi belajar siswa dikumpulkan melalui penyebaran kuesioner langsung kepada peserta didik. Data ini kemudian dianalisis secara kuantitatif menggunakan analisis univariat untuk mendeskripsikan tingkat kecemasan siswa saat belajar secara daring selama masa pandemi Covid-19 (Suprajitno, 2016). Tujuan dari analisis ini adalah untuk memastikan bahwa hasil yang diperoleh dapat dengan mudah dipahami dan dibaca oleh peneliti dan orang lain serta dapat diuji secara statistik.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, sehingga kondisi objek akan dideskripsikan sesuai dengan data yang diperoleh. Dari hasil penelitian tentang tingkat motivasi dan kecemasan, perlu dideskripsikan variabel penelitian secara keseluruhan. Untuk mempermudah deskripsi data, dilakukan klasifikasi yang mencakup klasifikasi semua respon dan klasifikasi setiap elemen. Distribusi tingkat motivasi pada siswa SD IT Attakwin pasca covid disajikan pada tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tingkat Motivasi Siswa SD IT Attakwin

Rentang skor	Jumlah subyek	Persentase	Kategorisasi
>130	1	5 %	Sangat tinggi
111-130	14	70 %	Tinggi
91-110	5	25 %	Sedang
70-90	0	0 %	Rendah
<70	0	0 %	Sangat rendah

Dari tabel 1 diperoleh hasil tingkat motivasi pada siswa SD IT Attakwin pasca covid sebanyak 1 anak mempunyai nilai motivasi sangat tinggi dengan frekuensi sebesar 5%, 14 anak mempunyai nilai motivasi tinggi dengan frekuensi sebesar 70%, dan 5 anak memiliki nilai motivasi sedang dengan frekuensi sebesar 25%. Nilai frekuensi yang tertinggi yaitu 70% didapatkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan setelah melakukan *skoring* dari semua angket yang diisi yang mendapat nilai diantara 111-130. Maka dapat dikatakan bahwa tingkat motivasi siswa SD IT Attakwin pasca covid menyeluruh berada pada tingkat motivasi belajar tinggi karena nilai frekuensi yang paling besar. Distribusi tingkat kecemasan pada siswa SD IT Attakwin pasca covid akan disajikan pada tabel 2.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Siswa SD IT Attakwin

Nilai Kecemasan	Tingkat Kecemasan	Responden	Frekuensi (%)
<14	Tidak Cemas	0	0
14-20	Cemas Ringan	0	0
21-27	Cemas Sedang	16	80
28-41	Cemas Berat	4	20
42-56	Panik	0	0
Jumlah		20	100

Dari tabel 2 diperoleh hasil tingkat kecemasan pada siswa SD IT Attakwin pasca covid sebanyak 16 anak mengalami cemas sedang dengan frekuensi sebesar 80%, dan 4 anak mengalami cemas berat dengan frekuensi sebesar 20%. Nilai frekuensi yang tertinggi yaitu 80% didapatkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan setelah melakukan *skoring* dari semua angket yang diisi yang mendapat nilai diantara 21-27. Maka

dapat dikatakan bahwa tingkat kecemasan siswa SD IT Attakwin pasca covid menyeluruh berada pada tingkat kecemasan sedang karena nilai frekuensi yang paling besar.

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa siswa yang memiliki motivasi sangat tinggi berjumlah 1 siswa, motivasi tinggi berjumlah 14 siswa sedangkan 5 siswa lainnya memiliki motivasi sedang. Hal ini menunjukkan bahwa siswa SD IT Attakwin cenderung memiliki motivasi belajar yang tinggi, namun tidak dikembangkan secara optimal. Hasil ini juga mengindikasikan bahwa siswa di sekolah tersebut memiliki motivasi belajar yang baik setelah mengalami masa pandemi Covid-19. Motivasi merupakan unsur yang sangat penting dalam belajar (Farida, 2022; Lase, 2018). Siswa yang memiliki motivasi belajar yang tinggi selalu ingin mendapatkan nilai yang baik, maka untuk mencapai tujuan tersebut siswa berusaha belajar dengan giat (Manizar, 2015; Rahman, 2022). Hal ini terlihat dari aktivitas siswa SD IT Attakwin setelah mengikuti pembelajaran. Dalam proses belajar mengajar, siswa mendengarkan dan mencatat materi yang diajarkan oleh guru. Selain itu, beberapa siswa aktif bertanya kepada guru tentang materi yang belum mereka pahami.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa tingkat kecemasan siswa SD IT Attakwin pasca covid masuk dalam kategori sedang. Hal ini dilihat dapat dilihat dari hasil penelitian yang menunjukkan bahwa sebanyak 16 anak mengalami cemas sedang dengan frekuensi sebesar 80%, dan 4 anak mengalami cemas berat dengan frekuensi sebesar 20%. Maka dapat dikatakan bahwa tingkat kecemasan siswa SD IT Attakwin pasca covid menyeluruh berada pada tingkat kecemasan sedang karena nilai frekuensi yang paling besar. Hasil ini juga mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa mengalami tingkat kecemasan yang sedang, yang bisa dianggap sebagai tingkat kecemasan yang wajar dalam menghadapi situasi pasca Covid-19. Kecemasan merupakan gangguan alami dari perasaan negatif yang dimiliki setiap orang perasaan takut, cemas, atau stres yang berhubungan dengan individu dengan stimulasi tubuh yang dalam dan berkelanjutan kegiatan dianggap penting (Muhtar & Lengkana, 2019). Seseorang mengalami kecemasan dapat melihat respon baik faktor fisiologis maupun psikologis (Kumbara et al., 2018). Reaksi ini dapat dilihat sebagai tindakan atau tindakan sadar apakah orang tersebut menyadarinya atau tidak. Ini mungkin muncul pada peserta siswa ketika melakukan kegiatan yang mereka anggap berat.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa siswa SD IT Attakwin pasca Covid memiliki tingkat motivasi belajar yang tinggi secara keseluruhan. Namun, sebagian besar dari mereka juga mengalami tingkat kecemasan yang sedang. Hal ini mungkin mengindikasikan adanya tekanan atau kekhawatiran tertentu yang masih dirasakan oleh siswa pasca pandemi Covid-19. Oleh karena itu, perlu perhatian lebih lanjut dalam mengelola tingkat kecemasan siswa agar dapat menciptakan lingkungan belajar yang lebih kondusif dan mengurangi dampak kecemasan yang mungkin dapat mengganggu motivasi belajar mereka.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adesanya, A. S. ., Ogunlusi, C. F. ., Olginni, B. O., Eniyewu, A. J. ., & Olowu, E. A. . (2023). The Emerging Roles of Human Resource Managers: The Post-Covid-19 Experience in Nigeria. *Indonesian Journal of Education and Social Sciences*, 2(1), 44–55. <https://doi.org/10.56916/ijess.v2i1.468>
- Al Ikhlas, A. I. (2022). Efektivitas Whatsapp sebagai media Belajar Daring di Sekolah Dasar. *Edukasiana: Jurnal Inovasi Pendidikan*, 1(3), 165–171. <https://doi.org/10.56916/ejip.v1i3.155>
- Arrixavier, A. A., & Wulanyani, N. M. S. (2020). Peran fasilitas belajar dan motivasi belajar terhadap prestasi belajar pada mahasiswa penerima beasiswa Bidikmisi di Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 7(1), 81-90.
- Dewi, E. U. (2020). Pengaruh kecemasan saat pembelajaran daring masa pandemi covid-19 terhadap prestasi belajar mahasiswa Stikes William Surabaya. *Jurnal Keperawatan*, 9(1), 18-23.
- Ekawati, A. (2015). Pengaruh kecemasan terhadap hasil belajar matematika siswa kelas VII SMPN 13 Banjarmasin. *Math Didactic: Jurnal Pendidikan Matematika*, 1(3).

- Farida, N. (2022). Fungsi dan aplikasi motivasi dalam pembelajaran. *Education and Learning Journal*, 2(2), 118-125.
- Gumantan, A., Mahfud, I., & Yuliandra, R. (2020). Tingkat kecemasan seseorang terhadap pemberlakuan new normal dan pengetahuan terhadap imunitas tubuh. *Sport Science and Education Journal*, 1(2).
- Idzhar, A. (2016). Peranan Guru Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Smk Negeri 1 Bantaeng. *Jurnal Office*, 2(2), 222–228.
- Kumbara, H., Metra, Y., & Ilham, Z. (2018). Analisis tingkat kecemasan (anxiety) dalam menghadapi pertandingan atlet sepak bola Kabupaten Banyuwasin pada Porprov 2017. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 17(2), 28-35.
- Lase, S. (2018). Hubungan antara motivasi dan kebiasaan belajar terhadap prestasi belajar matematika siswa smp. *Jurnal Warta Edisi*, 56, 1-829.
- Manizar, E. (2015). Peran guru sebagai motivator dalam belajar. *Tadrib*, 1(2), 204-222.
- Muhtar, T., & Lengkana, A. S. (2019). *Pendidikan jasmani dan olahraga adaptif*. UPI Sumedang Press.
- Nadila, A., Supriyono, S., & Ratnaningsih, A. (2023). Meningkatkan Motivasi dan Hasil Belajar Siswa Sekolah Dasar Melalui Media Koper Jurang. *Edukasiana: Jurnal Inovasi Pendidikan*, 2(2), 85–92. <https://doi.org/10.56916/ejip.v2i2.360>
- Nahdi, D. S., & Jatisunda, M. G. (2020). Analisis literasi digital calon guru SD dalam pembelajaran berbasis virtual classroom di masa pandemi covid-19. *Jurnal Cakrawala Pendas*, 6(2), 116-123. <http://dx.doi.org/10.31949/jcp.v6i2.2133>
- Nursalam (2018). *Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Pedoman Skripsi, Tesis Dan Instrument Penelitian Keperawatan*. Jakarta: Penerbit Salemba Medika.
- Rahman, S. (2022). Pentingnya motivasi belajar dalam meningkatkan hasil belajar. In *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Dasar*.
- Sahab, A. (2019). *Buku Ajar Analisis Kuantitatif Ilmu Politik Dengan Spss*. Airlangga University Press.
- Savitri, A. R. E., Rahman, A., & Hermawan, Y. (2022). Pengaruh Kecemasan dan Motivasi Belajar dalam Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19 Terhadap Hasil Belajar Sosiologi Siswa Kelas XII SMA Batik 1 Surakarta. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan)*, 6(1).
- Sugiyono (2014) *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono (2018) *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Cv Alfabeta.
- Sudiarthi, T. . (2022). Meningkatkan Motivasi Kinerja Guru Melalui Kompetensi Manajerial Kepala Sekolah. *Edukasiana: Jurnal Inovasi Pendidikan*, 1(2), 74–79. <https://doi.org/10.56916/ejip.v1i2.21>
- Suprajitno. (2016). *Modul Bahan Ajar Cetak Farmasi: Metodologi Penelitian*.