

**HUBUNGAN MOTIVASI BELAJAR DAN STRES DENGAN HASIL  
BELAJAR PJOK DI SMA LABORATORIUM PERCONTOHAN  
UPI BANDUNG**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat dari syarat memperoleh gelar sarjana  
pendidikan program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi



oleh

**AMANDA SUCI FITRIYANI**

1903447

**PROGRAM STUDI  
PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA  
2023**

**LEMBAR PENGESAHAN**

AMANDA SUCI FITRIYANI

1903447

HUBUNGAN MOTIVASI BELAJAR DAN STRES DENGAN HASIL  
BELAJAR PJOK DI SMA LABORATORIUM PERCONTOHAN  
UPI BANDUNG

Disetujui dan disahkan oleh pembimbing:

Pembimbing I

**Dr. H. Carsiwan, M.Pd.**  
**NIP. 197101052002121001**

Pembimbing II

**Prof. Dr. Yusuf Hidayat, M. Si.**  
**NIP. 196808301999031001**

Mengetahui,

Ketua Program Studi

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi FPOK UPI

**Dr. H. Carsiwan, M.Pd.**  
**NIP. 197101052002121001**

## **LEMBAR KEASLIAN SKRIPSI**

**HUBUNGAN MOTIVASI BELAJAR DAN STRES DENGAN HASIL  
BELAJAR PJOK DI SMA LABORATORIUM PERCONTOHAN  
UPI BANDUNG**

Oleh :  
Amanda Suci Fitriyani

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

© Amanda Suci Fitriyani 2023  
Universitas Pendidikan Indonesia  
Juli 2023

Hak Cipta dilindungi undang-undang. Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak ulang, difotocopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis

## HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan ini, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Amanda Suci Fitriyani  
NIM : 1903447  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas : Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan  
Universitas : Universitas Pendidikan Indonesia

Dengan ini, menyatakan bahwa Skripsi dengan judul "Hubungan Motivasi Belajar dan Stres dengan Hasil Belajar PJOK di SMA Laboratorium Percontohan UPI Bandung" adalah hasil karya orisinal dan asli, serta dibuat tanpa penjiplakan dari karya orang lain. Segala sumber yang digunakan, baik berupa tulisan, data, kutipan, atau gagasan dari pihak lain, telah dicantumkan dengan benar dalam daftar referensi sesuai dengan format yang ditentukan.

Demikian pernyataan keaslian ini saya buat dengan sebenarnya tanpa adanya unsur penipuan dan maksud untuk merugikan pihak lain. Saya sadar sepenuhnya bahwa kejujuran dan etika ilmiah merupakan fondasi penting dalam dunia akademik dan penelitian.

Bandung, Juli 2023

Penulis

Amanda Suci Fitriyani

## **KATA PENGANTAR**

Dengan rasa syukur, penulis ingin mengucapkan Alhamdulillah atas segala nikmat dan rahmat Allah SWT yang telah memberikan kemudahan dalam menyelesaikan penyusunan skripsi berjudul "Hubungan Motivasi Belajar dan Stres dengan Hasil Belajar PJOK di SMA Laboratorium Percontohan UPI Bandung." Skripsi ini merupakan syarat penting dalam menyelesaikan pendidikan pada jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan.

Sadar akan keterbatasan diri, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan masukan yang membangun dari berbagai pihak. Semoga skripsi ini dapat memberikan kontribusi positif bagi pembaca dan semua pihak yang terlibat dalam penelitian ini, serta menjadi sumber inspirasi untuk pengembangan pengetahuan di bidang Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi.

Bandung, Juli 2023

Penulis

## UCAPAN TERIMAKASIH

Puji syukur kepada Allah SWT atas kemudahan dan pertolongan-Nya, Skripsi ini berhasil diselesaikan oleh Penulis. Selama proses penyelesaian skripsi, Penulis merasa sangat terbantu dan mendapat banyak bimbingan dari berbagai pihak. Maka dengan penuh rasa syukur, pada kesempatan yang baik ini, Penulis ingin mengungkapkan ucapan terima kasih yang tulus kepada:

1. Bapak Dr. H. Rd Boyke Mulyana, M.Pd. selaku Dekan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
2. Bapak Dr. Yudy Hendrayana, M.Kes., AIFO. Selaku Ketua Departemen Pendidikan Olahraga.
3. Bapak Dr. H. Carsiwan, M.Pd. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi juga selaku dosen pembimbing akademik serta Dosen Pembimbing I, atas bimbingan, arahan, dan kesabaran yang telah diberikan. Bapak telah memberikan inspirasi dan wawasan yang berharga dalam mengarahkan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Dr. Yusuf Hidayat, M.Si. selaku Dosen Pembimbing II, atas bimbingan, arahan, dan kesabaran yang telah diberikan. Bapak telah memberikan inspirasi dan wawasan yang berharga dalam mengarahkan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Yaya dan Suparmi selaku kedua orang tua saya yang senantiasa memberikan dukungan, penguatan, dan doa yang secara terus menerus sehingga Penulis dapat menyelesaikan studi di Universitas Pendidikan Indonesia.
6. Mia Safitri sebagai kaka kandung saya yang senantiasa memberikan dukungan sehingga Penulis dapat menyelesaikan studi di Universitas Pendidikan Indonesia.
7. Teman-teman kelas PJKR B dan rekan seangkatan PJKR 19, atas kerjasama, dukungan, dan semangat yang diberikan. Bersama-sama, kita telah melewati perjalanan penuh tantangan menuju kesuksesan akademik.

8. Andelina Febriani, Santi Susanti, Isna Nurul Asifa, dan teman kosan bawah tanah yang selalu memberikan semangat, dan selalu ada dikala suka dan duka lika-liku perjalanan penuh tantangan menuju kesuksesan akademik.
9. Rion Hendrianto selaku teman hidup yang selalu memberikan semangat, support, kasih sayang dan selalu memberi dukungan dalam menyelesaikan Skripsi ini.
10. Pihak-pihak terkait di SMA Laboratorium Percontohan UPI Bandung atas izin dan kesempatan untuk mengumpulkan data serta dukungan dalam menyelesaikan penelitian ini.

Terima kasih juga disampaikan kepada semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu, yang telah memberikan kontribusi, masukan, dan inspirasi bagi penulis selama proses penulisan skripsi ini.

Sekali lagi, penulis mengucapkan terima kasih yang tulus dan ikhlas atas segala dukungan yang telah diberikan. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan di bidang penelitian. Penulis menyadari bahwa segala keterbatasan dalam skripsi ini, dan dengan rendah hati, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk perbaikan di masa depan. Akhir kata, semoga Allah SWT senantiasa meridhai langkah-langkah kita semua dalam meniti ilmu dan mengabdikan kepada masyarakat.

## ABSTRAK

# HUBUNGAN MOTIVASI BELAJAR DAN STRES DENGAN HASIL BELAJAR PJOK DI SMA LABORATORIUM PERCONTOHAN UPI BANDUNG

Amanda Suci Fitriyani

[amandasucifitriyani@upi.edu](mailto:amandasucifitriyani@upi.edu)

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Pendidikan Indonesia

Pembimbing I: Dr. H. Carsiwan, M.Pd.

Pembimbing II: Dr. Yusup Hidayat, M. Si.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara motivasi belajar dan stres dengan hasil belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasional. Partisipan terdiri dari seratus dua siswa kelas X SMA Laboratorium Percontohan UPI dipilih secara acak. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan kuesioner berupa angket (*Sport Motivation Scale-II*) untuk motivasi, *The Perceived Stress Scale* (PSS) untuk stres, dan nilai rapor untuk hasil belajar PJOK. Berdasarkan pengolahan dan analisis data ditemukan terdapat hubungan positif antara motivasi dengan hasil belajar. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi motivasi seseorang, semakin baik juga hasil belajar yang dapat dicapai oleh siswa. Ditemukan pula bahwa ada hubungan yang signifikan antara stres yang dialami seseorang dengan hasil belajar mereka. Hubungan tersebut bersifat negatif, yang berarti semakin tinggi stres yang dialami, semakin buruk pula hasil belajar yang dapat dicapai oleh siswa. Dengan kata lain, stres dapat berdampak negatif pada hasil belajar seseorang. Selain itu ditemukan juga hubungan yang signifikan antara motivasi belajar dan stres dengan hasil belajar. Hal ini menunjukkan bahwa motivasi belajar dan stres kedua faktor tersebut memiliki pengaruh yang penting terhadap hasil belajar seseorang. Dengan kata lain, semakin tinggi motivasi belajar dan semakin rendah stres, semakin baik hasil belajar yang dapat dicapai oleh siswa. Motivasi belajar sangat penting untuk meningkatkan hasil belajar siswa terkhusus pada mata pelajaran PJOK. Tidak hanya motivasi, akan tetapi stres yang dialami oleh siswa pun harus dijaga agar tidak membawa dampak negatif pada hasil belajar yang diperolehnya.

Kata kunci: Motivasi Belajar, Stres, Hasil Belajar, PJOK



## ABSTRACT

### **THE RELATIONSHIP BETWEEN LEARNING MOTIVATION AND STRESS WITH PJOK LEARNING OUTCOMES IN LABORATORIUM PERCONTOHAN UPI BANDUNG HIGH SCHOOL**

Amanda Suci Fitriyani

[amandasucifitriyani@upi.edu](mailto:amandasucifitriyani@upi.edu)

Physical Education, Indonesian University of Education

Advisor I: Dr. H. Carsiwan, M.Pd.

Advisor II: Dr. Yusup Hidayat, M. Si.

The purpose of this study was to determine the relationship between learning motivation, stress and learning outcomes in physical education. The method used in this research is correlational. Participants consisted of one hundred and two class X students of the Labolatorium Percontohan UPI High School who were randomly selected. The instruments used in this study were the Sport Motivation Scale-II (SMS-II) to measure motivation, The Perceived Stress Scale (PSS) for stress, and report card scores for learning outcomes in physical education. The results showed that there was a significant relationship between motivation, stress and learning outcomes in physical education. These findings indicate that high motivation is associated with better learning outcomes, while high stress is negatively correlated with learning outcomes. In addition, this research also shows that there is an interaction between motivation and stress in influencing learning outcomes. In the context of physical education, high motivation can act as a moderating factor that reduces the negative impact of stress on learning outcomes. This finding has important implications in an educational context. Physical education teachers can use these findings to develop strategies that increase student motivation and reduce stress in an effort to improve learning outcomes in physical education. In addition, this study also encourages further research to explore it, such as identifying factors that influence motivation and stress in the context of physical education and testing the effectiveness of interventions to increase motivation and manage student stress in an effort to improve learning outcomes.

Keywords : Learning Motivation, Stress, Learning Outcomes, Physical Education

## DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	i
LEMBAR KEASLIAN SKRIPSI .....	ii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI .....	iii
KATA PENGANTAR .....	iv
UCAPAN TERIMAKASIH.....	v
ABSTRAK .....	vii
ABSTRACT .....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Penelitian.....	1
1.2 Rumusan Masalah Penelitian.....	4
1.3 Tujuan Penelitian .....	4
1.4 Manfaat Penelitian .....	5
1.5 Struktur Organisasi .....	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA .....	7
2.1 Hakikat Pendidikan Jasmani.....	7
2.2 Motivasi Belajar .....	10
2.2.1 Pengertian Motivasi Belajar.....	10
2.2.2 Fungsi Motivasi.....	11
2.2.3 Jenis-Jenis Motivasi .....	12
2.3 Stres .....	13
2.3.1 Pengertian Stres.....	13
2.3.2 Jenis-Jenis Stres .....	14
2.3.3 Gejala Stres .....	15
2.3.4 Faktor yang Menyebabkan Stres.....	16
2.3.5 Cara Mengatasi Stres .....	17

2.4 Hasil Belajar .....	17
2.4.1 Pengertian Hasil Belajar.....	17
2.4.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Hasil Belajar .....	19
2.5 Kerangka Berpikir .....	21
2.6 Hipotesis Penelitian .....	21
2.7 Penelitian Terdahulu .....	22
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>23</b>
3.1 Desain Penelitian .....	23
3.2 Populasi dan Sampel.....	24
3.2.1 Populasi .....	24
3.2.2 Sampel.....	24
3.3 Instrumen Penelitian .....	24
3.3.1 Instrumen Mengukur Motivasi.....	25
3.3.2 Instrumen Mengukur Tingkat Stres .....	26
3.3.3. Instrumen Mengukur Hasil Belajar Penjas .....	28
3.4 Prosedur Penelitian .....	28
3.5 Analisis Data.....	29
3.5.1 Uji Normalitas .....	29
3.5.2 Uji Homogenitas .....	29
3.5.3 Uji Linearitas.....	29
3.5.4 Uji Hipotesis .....	30
<b>BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>36</b>
4.1 Deskripsi Data Hasil Penelitian .....	36
4.2 Uji Prasyarat Analisis .....	38
4.2.1 Uji Normalitas .....	38
4.2.2 Uji Homogenitas .....	39
4.2.3 Uji Hipotesis .....	40
4.3 Pembahasan Hasil Penelitian.....	42
4.4 Keunggulan Penelitian.....	46
4.5 Kelemahan Penelitian .....	46

BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI.....	47
5.1 Kesimpulan.....	47
5.2 Implikasi.....	47
5.3 Rekomendasi.....	48
DAFTAR PUSTAKA.....	49
LAMPIRAN.....	55

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu .....	22
Tabel 3.1 Kisi-Kisi Angket Motivasi Belajar .....	25
Tabel 3.2 Skor Angket .....	25
Tabel 3.3 Lembar Instrumen <i>The Perceived Stress Scale</i> (PSS-14) .....	26
Tabel 3.4 Kategori Tingkat Stres .....	28
Tabel 3.5 Interpretasi Koefisien Korelasi Nilai $r$ .....	30
Tabel 4.1 Demografi Subjek Penelitian .....	36
Tabel 4.2 Ringkasan Data Motivasi Belajar, Stres, dan Hasil Belajar PJOK .....	37
Tabel 4.3 Hasil Uji Normalitas <i>Kolmogorov-Smirnov</i> .....	39
Tabel 4.4 Hasil Uji Homogenitas <i>Levene Statistic</i> .....	39
Tabel 4.5 Uji Hipotesis .....	40

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Desain Penelitian.....	23
Gambar 4. 1 Penyebaran Gambar IMT Subjek Penelitian Berdasarkan Kategori IMT Subjek Penelitian .....	36
Gambar 4. 2 <i>Box Plot</i> Ringkasan Data Motivasi Belajar, Stres, dan Hasil Belajar .....	37
Gambar 4. 3 Scatter Plot Motivasi Belajar dengan Hasil Belajar .....	40
Gambar 4. 4 Scatter Plot Stres dengan Hasil Belajar.....	41
Gambar 4. 5 Scatter Plot Motivasi dan Stres dengan Hasil Belajar.....	41

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 SK Pembimbing Skripsi .....	56
Lampiran 2 Surat Izin Penelitian.....	61
Lampiran 3 Surat Balasan Penelitian .....	62
Lampiran 4 Instrumen Penelitian .....	63
Lampiran 5 Demografi Sampel Penelitian.....	69
Lampiran 6 Hasil Data Penelitian .....	72
Lampiran 7 Uji Analisis .....	79
Lampiran 8 Dokumentasi Penelitian.....	81
Lampiran 9 Daftar Riwayat Hidup.....	83

## DAFTAR PUSTAKA

- AM Sadirman. (2007). *Interaksi Belajar Mengajar*. Raya Grafindo.
- AM Sadirman. (2018). *Interaksi dan Motivasi*. PT Rajagrafindo Persada.
- Anderson, L. W., Krathwohl, D. R., D. R., A., P. W., C., K. A., M. R. E., & Pintrich, P. R. (2001). *A taxonomy for learning teaching and assessing: a revision of Bloom`s taxonomy of educational objectives*. Longman.
- Arianti. (2010). Peranan Guru dalam Meminimalisir. *DIDAKTIKA : Jurnal Kependidikan*, 12, 117–134.
- Bertills, K., Granlund, M., Dahlström, Ö., & Augustine, L. (2018). Relationships between physical education (PE) teaching and student self-efficacy, aptitude to participate in PE and functional skills: with a special focus on students with disabilities. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 23(4), 387–401. <https://doi.org/10.1080/17408989.2018.1441394>
- Bhagat, V. (2013). Extroversion and Academic Performance of Medical Students. *International Journal of Humanities and Social Science Invention*, 2(3), 55–58. [www.ijhssi.org](http://www.ijhssi.org)
- Blankenship, B. T. (2007). The Stress Process in Physical Education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 78(6), 39–44. <https://doi.org/10.1080/07303084.2007.10598040>
- Brown, C. (1967). The Structure of Knowledge of Physical Education. *Quest*, 9(1), 53–67. <https://doi.org/10.1080/00336297.1967.10702787>
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). globalmeas83. *Journal of Health and Social Behavior*, 24, 385–396.
- Costa, R. D., Souza, G. F., Valentim, R. A. M., & Castro, T. B. (2020). The theory of learning styles applied to distance learning. *Cognitive Systems Research*, 64, 134–145. <https://doi.org/10.1016/j.cogsys.2020.08.004>
- Darmawan, S., Ilmu, F., Universitas, K., Makassar, N., Guru, P., & Siswa, M. B. (2018). Pengaruh Lingkungan Sekolah , Peran Guru Dan. *Ejournal.Stkip-Mmb.Ac.Id/Index.Php/Mp*, 3(2).
- de Bruijn, A. G. M., Mombarg, R., & Timmermans, A. C. (2022). The importance of satisfying children`s basic psychological needs in primary school physical education for PE-motivation, and its relations with fundamental motor and PE-related skills. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 27(4), 422–439. <https://doi.org/10.1080/17408989.2021.1906217>



- Dimiyati & Mudjiono. (2006). *Belajar dan Pembelajaran*. Rineka Cipta.
- Drs. Nashar, H, M. A. (2004). *Peranan Motivasi dan Kemampuan Awal dalam Kegiatan Pembelajaran* (Cetakan 2). Delia Press.
- Ennis, C. D. (2017). Educating Students for a Lifetime of Physical Activity: Enhancing Mindfulness, Motivation, and Meaning. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 88(3), 241–250. <https://doi.org/10.1080/02701367.2017.1342495>
- Erly, E. (2020). Model Cooperative Learning Tipe Student Teams Achievement Divisions (STAD): Dampaknya terhadap Motivasi Belajar Siswa. *Indonesian Journal of Science and Mathematics Education*, 3(1), 1–8. <https://doi.org/10.24042/ij sme.v3i1.5960>
- Festiawan, R., & Arovah, N. I. (2020). Pengembangan “Buku Saku Pintar Gizi” Untuk Siswa: Alternatif Media Pembelajaran untuk Meningkatkan Pengetahuan Gizi Olahraga. *Physical Activity Journal*, 1(2), 188–201.
- Fredrick, S. S., Demaray, M. K., & Jenkins, L. N. (2017). Multidimensional Perfectionism and Internalizing Problems: Do Teacher and Classmate Support Matter? *Journal of Early Adolescence*, 37(7), 975–1003. <https://doi.org/10.1177/02724316166636231>
- González-Cutre, D., & Sicilia, Á. (2019). The importance of novelty satisfaction for multiple positive outcomes in physical education. *European Physical Education Review*, 25(3), 859–875. <https://doi.org/10.1177/1356336X18783980>
- Hamdu, G., & Agustina, L. (2011). Belajar IPA di Sekolah Dasar ( Studi Kasus terhadap Siswa Kelas ... *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 12(1), 81–86.
- Hidayat, Y. (2009). *Pengantar Psikologi Olahraga*. CV Bintang Warli Artika.
- Johnson, D. (2017). The Role of Teachers in Motivating Students To Learn. *BU Journal of Graduate Studies in Education*, 9(1). <https://doi.org/10.1080/07303084>
- Jumadi, F., Laksana, A. A. N. P., & Prananta, I. G. N. A. C. (2021). Efektivitas Pembelajaran PJOK pada Teknik Dasar Passing Bawah Permainan Bolavoli Melalui Media Daring pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Kesehatan Rekreasi*, 7(2), 423–440.
- Kartika, R. (2020). Analisis Faktor Munculnya Gejala Stres Pada Mahasiswa Akibat Pembelajaran Jarak Jauh Di Masa Pandemi Covid-19. *Edukasi Dan Teknologi*, 1(2), 107–115.

- Kendall, J. S., & Marzano, R. J. (2007). *The New Taxonomy of Educational Objectives* (Second). Corwin Press.
- Kirkham-King, M., Brusseau, T. A., Hannon, J. C., Castelli, D. M., Hilton, K., & Burns, R. D. (2017). Elementary physical education: A focus on fitness activities and smaller class sizes are associated with higher levels of physical activity. *Preventive Medicine Reports*, 8(September), 135–139. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2017.09.007>
- Klein, E., & Hollingshead, A. (2015). Collaboration Between Special and Physical Education. *Teaching Exceptional Children*, 47(3), 163–171. <https://doi.org/10.1177/0040059914558945>
- Lee, K., Kang, S., & Kim, I. (2017). Relationships Among Stress, Burnout, Athletic Identity, and Athlete Satisfaction in Students at Korea's Physical Education High Schools: Validating Differences Between Pathways According to Ego Resilience. *Psychological Reports*, 120(4), 585–608. <https://doi.org/10.1177/0033294117698465>
- Lesage, F. X., Berjot, S., & Deschamps, F. (2012). Psychometric properties of the french versions of the perceived stress scale. *International Journal of Occupational Medicine and Environmental Health*, 25(2), 178–184. <https://doi.org/10.2478/S13382-012-0024-8>
- Luiselli, J. K., Putnam, R. F., Handler, M. W., & Feinberg, A. B. (2005). Whole-school positive behaviour support: Effects on student discipline problems and academic performance. In *Educational Psychology* (Vol. 25, Issues 2–3, pp. 183–198). <https://doi.org/10.1080/0144341042000301265>
- Mahardhika, N. A., Betty, J., Jusuf, K., & Priyambada, G. (2018). Dukungan Orangtua Terhadap Motivasi Berprestasi Siswa SKOI Kalimantan Timur Dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Parental Support for the Achievement Motivation of SKOI Students in East Kalimantan in Attending Physical Education Learning. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 14(2), 62–68.
- Mahendra, A. (2014). *Asas dan Falsafah Pendidikan Jasmani*. Redpoint.
- Martina Winarni, S. A. Dan M. Z. R. (2006). Motivasi Belajar Ditinjau Dari Dukungan Sosial Orang Tua Pada Siswa SMA. *Jurnal Psikologi*, 2, 1858–3970.
- Monika, M., & Adman, A. (2017). Peran Efikasi Diri Dan Motivasi Belajar Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Sekolah Menengah Kejuruan. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*, 2(2), 109. <https://doi.org/10.17509/jpm.v2i2.8111>

- Mortimore, J. M., & Wall, A. (2009). Motivating African-American students through information literacy instruction: Exploring the link between encouragement and academic self-concept. *Reference Librarian*, 50(1), 29–42. <https://doi.org/10.1080/02763870802546373>
- Musradinur. (2016). Stres Dan Cara Mengatasinya Dalam Perspektif Psikologi. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, 2(2), 183. <https://doi.org/10.22373/je.v2i2.815>
- Negara, J. D. K., Abduljabar, B., & Hambali, B. (2019a). *Aplikasi Statistika Dalam Penjas* (3rd ed.). CV. Bintang Warli Artika.
- Negara, J. D. K., Abduljabar, B., & Hambali, B. (2019b). *Aplikasi Statistika Dalam Penjas* (3rd ed.). CV. Bintang Warli Artika.
- Ní Chróinín, D., Fletcher, T., & O’Sullivan, M. (2018). Pedagogical principles of learning to teach meaningful physical education. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 23(2), 117–133. <https://doi.org/10.1080/17408989.2017.1342789>
- Nur, L., & Mugi, H. (2021). Tinjauan Literatur Mengenai Stres Dalam Organisasi. *Ilmu Manajemen*, 18(1), 20–30.
- Nyberg, G., & Larsson, H. (2014). Exploring “what” to learn in physical education. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 19(2), 123–135. <https://doi.org/10.1080/17408989.2012.726982>
- O’Connor, M. C., & Paunonen, S. V. (2007). Big Five personality predictors of post-secondary academic performance. In *Personality and Individual Differences* (Vol. 43, Issue 5, pp. 971–990). <https://doi.org/10.1016/j.paid.2007.03.017>
- Oemar Hamalik. (2007). *Psikologi Belajar dan Mengajar* (Cetakan 5). SinarBaru Algensindo.
- Parwata, I. M. Y. (2021). Pengaruh Metode Problem Based Learning Terhadap Peningkatan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan : Meta-Analisis. *Indonesian Journal of Education Development*, 2(1), 1–9. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4781835>
- Pelletier, L. G., Rocchi, M., Guertin, C., Hébert, C., & Sarrazin, P. (2017). French adaptation and validation of the Sport Motivation Scale-II (Echelle de Motivation dans les Sports-II). *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17(3), 232–249. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2017.1339729>

- Puspitasari, D. B. (2012). Hubungan Antara Persepsi Terhadap Iklim Kelas Dengan Motivasi Belajar Siswa SMP Negeri 1 Bancak. *Jurnal Empathy*, 1(1), 60–67.
- Rinawati, F., & Sucipto. (2019). Hubungan antara Stres, Motivasi dan Hasil Belajar Mahasiswa. *Jurnal Citra Keperawatan*, 7(2), 104–109.
- Rumhadi, T. (2017). Urgensi Motivasi dalam Proses Pembelajaran. *Jurnal Diklat Keagamaan*, 11(1), 33–41.
- 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/cou0000340>
- Sartinah. (2008a). Peran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Dalam Perkembangan Gerak Dan Keterampilan Sosial Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 5(November), 62–67.
- Sartinah. (2008b). Peran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Dalam Perkembangan Gerak Dan Keterampilan Sosial Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 5(November), 62–67.
- Savira, L. A., Setiawati, O. R., Husna, I., & Pramesti, W. (2021). Hubungan Stres dengan Motivasi Belajar Mahasiswa disaat Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(1), 183–188.
- Shankar, N. L., & Park, C. L. (2016). Effects of stress on students' physical and mental health and academic success. *International Journal of School and Educational Psychology*, 4(1), 5–9. <https://doi.org/10.1080/21683603.2016.1130532>
- Sriyatin, Sucipto, A., & Sulikan. (2018). Peningkatan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Melalui Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Jigsaw Siswa Sdn Sambigede 03 Sumberpucung Malang. *JP.JOK (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan)*, 1(2), 80–91. <https://doi.org/10.33503/jpjok.v1i2.169>
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Suhana, C. (2014). *Konsep Strategi Pembelajaran. Edisi Revisi*. PT Refika Aditama.
- Sukmadinata, N. S. (2011). *Metode Penelitian Pendidikan (Cetakan 7)*. Remaja Rosdakarya.

- Sun, H., Li, W., & Shen, B. (2017). Learning in physical education: A self-determination theory perspective. *Journal of Teaching in Physical Education*, 36(3), 277–291. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2017-0067>
- Suratno, E. (2020). Pengaruh Stres, Motivasi, dan Kecerdasan Spritual Terhadap Prestasi Belajar pada Mahasiswa Jurusan Sistem Informasi STIKOM Dinamika Bangsa Jambi. *Jurnal Manajemen Dan Sains*, 5(April), 119–124. <https://doi.org/10.33087/jmas.v5i1.158>
- Syahniar, S., & Dwi, B. N. (2018). Hubungan Motivasi Belajar Dengan Hasil Belajar Matematika Siswa. *Jurnal Counseling Care*, 1(2), 17–24. <https://doi.org/10.22202/jcc.2017.v1i2.2524>
- Trust, I., Journal, H., Taufik, M., Hasibuan, D., Mendrofa, H. K., Silaen, H., Tarihoran, Y., Studi, P., & Keperawatan, I. (2020). Hubungan Motivasi Belajar Terhadap Prestasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Menjalani Pembelajaran Daring. *Indonesian Trust Health Journal*, 3(2), 387–393.
- Ulstad, S. O., Halvari, H., Sørebo, Ø., & Deci, E. L. (2016). Motivation, Learning Strategies, and Performance in Physical Education at Secondary School. *Advances in Physical Education*, 06(01), 27–41. <https://doi.org/10.4236/ape.2016.61004>
- Utama, A. M. B. (2011). Pembentukan Karakter Anak Melalui Aktivitas Bermain Dalam Pendidikan Jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 8(1), 1–9.
- Wentzel, K. R., & Miele, D. B. (2016). Handbook of motivation at school. In *Handbook of Motivation at School: Second Edition* (Second). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315773384>
- Wicaksono, P. N., Kusuma, I. J., Festiawan, R., Widanita, N., & Anggraeni, D. (2020). Evaluasi penerapan pendekatan saintifik pada pembelajaran pendidikan jasmani materi teknik dasar passing sepak bola. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 16(1), 41–54.
- Xiang, M., Gu, X., Jackson, A., Zhang, T., Wang, X., & Guo, Q. (2017). Understanding adolescents' mental health and academic achievement: Does physical fitness matter? *School Psychology International*, 38(6), 647–663. <https://doi.org/10.1177/0143034317717582>
- Yuliasari, A. (2013). Peran Dominan Motivasi Intrinsik Dan Motivasi Ekstrakurikuler Dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Futsal. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 1(2), 314–317.