

**MOTIVASI MAHASISWA PRODI PENDIDIKAN JASMANI  
KESEHATAN DAN REKREASI FAKULTAS OLAHRAGA DAN  
KESEHATAN MENJAGA KEBUGARAN JASMANI  
PADA MASA PANDEMI COVID-19**

Oleh

**Ni Komang Alit Tri Candra Dewi, NIM. 1616011025**  
**Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi**

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Motivasi Mahasiswa Prodi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi Fakultas Olahraga dan Kesehatan Menjaga Kebugaran Jasmani Pada Masa Pandemi Covid-19. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif dengan jenis penelitian survei. Populasi penelitian adalah mahasiswa semester II, IV, VI, VIII tahun akademik 2019/2020 di Prodi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Olahraga dan Kesehatan dengan jumlah keseluruhan 322 orang. Sampel penelitian menggunakan *non random sampling* yaitu *quota sampling* dengan besaran 20% dari total populasi sehingga jumlah sample dalam penelitian ini adalah 64. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif kuantitatif dengan katagori interval. Hasil penelitian ini adalah pada faktor intrinsik motivasi mahasiswa prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Olahraga dan Kesehatan dalam menjaga kebugaran jasmani pada masa pandemi covid-19 mendapatkan nilai yaitu 86% dalam skala penilaian katagori dinyatakan sangat tinggi. Pada faktor ekstrinsik motivasi mahasiswa prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Olahraga dan Kesehatan dalam menjaga kebugaran jasmani pada masa pandemi covid-19 mendapat skor yaitu 80%. Dari kedua indikator pada variabel, motivasi mahasiswa prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Olahraga dan Kesehatan memperoleh skor 83%. Pada skala penilaian kagatori dikatakan sangat tinggi. Saran dari peneliti untuk mahasiswa agar meningkatkan motivasi untuk melaksanakan aktivitas jasmani dalam masa pandemi covid-19.

Kata Kunci : Motivasi, Kebugaran jasmani, Pandemi covid-19.

**THE MOTIVATION OF STUDENTS OF HEALTH AND RECREATION  
PHYSICAL EDUCATION STUDENTS FACULTY OF SPORTS AND  
HEALTH MAINTAINING PHYSICAL FITNESS  
IN THE PANDEMIC TIME OF COVID-19**

**By**

**Ni Komang Alit Tri Candra Dewi, NIM. 1616011025  
Physical Education, Health and Recreation Study Program**

**ABSTRACT**

This study aims to determine the motivation of students in the Physical Education, Health and Recreation Study Program, Faculty of Sports and Health to Maintain Physical Fitness during the Covid-19 Pandemic. This research is a descriptive quantitative research with survey research type. The study population was semester II, IV, VI, VIII students of the 2019/2020 academic year in the Physical Education, Health and Recreation Study Program, Faculty of Sports and Health with a total of 322 people. The research sample used non-random sampling, namely quota sampling with a size of 20% of the total population so that the number of samples in this study was 64. The data were analyzed using quantitative descriptive statistics with interval categories. The results of this study are the intrinsic factor of motivation of students of the Health and Recreation Physical Education Study Program, Faculty of Sports and Health in maintaining physical fitness during the Covid-19 pandemic, getting a score of 86% in the category rating scale which is very high. In the extrinsic factor, the motivation of students of the Health and Recreation Physical Education Study Program at the Sports and Health Faculty in maintaining physical fitness during the Covid-19 pandemic got a score of 80%. Of the two indicators in the variable, the motivation of the Health and Recreation Physical Education study program students of the Sports and Health Faculty obtained a score of 83%. The Kagatori rating scale is said to be very high. Suggestions from researchers for students to increase motivation to carry out physical activities during the Covid-19 pandemic.

**Keywords:** Motivation, Physical Fitness, Covid-19 Pandemic.