

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Hadirnya pandemi Covid 19 ini membawa keprihatinan pada penyelenggaraan pendidikan dan pembelajaran. Pelaksanaan *sosial distancing* dalam dunia pendidikan menjadikan pembelajaran tatap muka beralih menjadi daring dengan memanfaatkan teknologi digital dua arah, hal tersebut tersirat dalam kutipan Novitaria, Ari, dan Adi (2020) bahwa ". . . *that from face to face learning to distance learning through the online process, like the used of Computer-Mediated Communication (CMC)*". Lebih lanjut salah satu mata pelajaran yang terkena dampak dari Covid-19 adalah pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK). PJOK merupakan bagian dari pendidikan secara keseluruhan yang mengutamakan aktivitas fisik dan untuk mewujudkan banyak cara dilakukan oleh pemerintah misalnya pembinaan olahraga dan PJOK di sekolah-sekolah.

Pendidikan jasmani sebagai suatu wadah pendidikan yang bertujuan untuk mengembangkan peserta didik seutuhnya memiliki kesempatan untuk dapat mengembangkan nilai moral pada pesertai didik. Salah satu sasaran pembelajaran PJOK yang tercantum dalam PP No. 19 Tahun 2005 tentang Standar Kompetensi Lulusan adalah kebugaran jasmani (Pemerintah, 2005). Tujuan mata pelajaran PJOK untuk meningkatkan kebugaran jasmani peserta didik diamanahkan di semua jenis dan jenjang pendidikan. Kebugaran jasmani adalah kemampuan tubuh

seseorang untuk melakukan tugas pekerjaan sehari-hari tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti (Alruwaih, 2015).

PJOK merupakan mata pelajaran dengan banyak aktivitas fisik seperti berlari, melempar, memukul, dan melompat. Sebelum terjadi pandemi Covid-19, pembelajaran banyak dilaksanakan di luar kelas atau luar sekolah untuk sekolah yang tidak memiliki lapangan. Setelah adanya pandemi, pelaksanaan pembelajaran PJOK berubah menjadi pembelajaran daring yang tidak bisa dilaksanakan sembarangan di luar ruangan tanpa mematuhi protokol kesehatan yang sudah ditetapkan oleh pemerintah.

Namun pola pembelajaran di rumah pastinya memiliki tantangan tersendiri terutama untuk guru mata pelajaran PJOK, pembelajaran yang dilaksanakan dari rumah tentunya harus mampu untuk meningkatkan taraf kebugaran peserta didik, keterampilan motorik dan nilai-nilai yang mencakup aspek kognitif, afektif, dan sosial, sehingga materi pelajaran harus disusun ulang secara seksama agar pengalaman belajar pendidikan jasmani didapatkan oleh peserta didik, namun disesuaikan dengan kemampuan melaksanakan pembelajaran peserta didik di rumah (Hermanto, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian pembelajaran PJOK, dapat diketahui bahwa pembelajaran dilakukan dengan pembelajaran daring, namun dalam pelaksanaannya masih kesulitan untuk memberi contoh secara detail maupun mengevaluasi kesalahan gerak yang dilakukan oleh peserta didik. Pelaksanaan pembelajaran Pendidikan jasmani di masa pandemi belum berjalan secara maksimal. Sehingga berdampak pada hasil belajar peserta didik pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan belum terlalu menggembirakan

(Jeffrey et al., 2014). Dari hasil evaluasi pembelajaran PJOK pada semester 1 tahun pelajaran 2021/2022, dari 324 peserta didik kelas XII hanya 50,70 % peserta didik yang nilainya mencapai tuntas, terutama pada materi kebugaran jasmani, masih terdapat peserta didik yang belum bersemangat dalam melakukan aktifitas yang diminta oleh guru dan mendapatkan hasil belajar yang rendah.

Hasil belajar merupakan faktor penting dalam proses belajar mengajar, melalui hasil belajar yang dicapai oleh peserta didik dapat diketahui kemampuan peserta didik dalam memahami materi yang diajarkan guru dan dapat menentukan keberhasilan peserta didik dalam belajarnya. Hasil dari pencapaian prestasi belajar tidak lepas dari proses belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar.

Kebugaran Jasmani merupakan salah satu termasuk materi pembelajaran pendidikan jasmani di SMA Negeri 36 Jakarta. Kebugaran jasmani merupakan hal yang sangat penting diperhatikan dalam kehidupan manusia. Dengan jasmani yang bugar, manusia mampu beraktifitas dengan maksimal. Melalui PJOK, peserta didik akan mempunyai pengetahuan tentang pentingnya kebugaran jasmani, di samping itu akan mengembangkan kemampuan kondisi fisik peserta didik agar lebih baik, sehingga peserta didik akan mempunyai daya tahan yang bagus, serta melatih kecepatan dan kelincahan peserta didik dalam melakukan aktifitas fisik. Selain itu, mengembangkan aspek fisik pembelajaran kebugaran jasmani juga diharapkan dapat mengembangkan aspek mental seperti motivasi belajar, percaya diri, keberanian dan disiplin, sikap toleransi dan kerjasama yang merupakan aspek sosial juga diharapkan mengalami perubahan ke arah yang lebih baik.

Kebugaran jasmani yang baik akan berpengaruh pada kegiatan belajar siswa, karena siswa dengan status kebugaran yang baik akan bertambah semangat

dalam mengikuti proses pembelajaran. Fajar dan kawan (2018) menjelaskan Pentingnya kebugaran jasmani bagi anak-anak antara lain dapat meningkatkan kemampuan organ tubuh, sosial emosional, sportivitas, dan semangat kompetisi (Utomo et al., 2020). Hasil penelitian disebutkan kebugaran jasmani siswa dapat meningkat setelah mengikuti pembelajaran (Fikri, 2017). Dengan demikian, kebugaran jasmani yang baik siswa dapat mengikuti pembelajaran dengan optimal dan pada akhirnya dapat meningkatkan kualitas sumber daya manusia.

Salah satu faktor penentu keberhasilan dari ketuntasan hasil belajar peserta didik adalah metode pembelajaran (Arifin, 2016). Hakikat pembelajaran PJOK yang syarat dengan gerakan fisik dan bergerak, dilakukan di ruang terbuka atau lapangan dengan metode perintah, demonstrasi, resitasi dan penjelasan. Metode pembelajaran merupakan cara teratur yang sudah dipikirkan terlebih dahulu oleh guru untuk melakukan proses pembelajaran. Metode pembelajaran merupakan sebuah cara yang dapat dilakukan dalam interaksi antara peserta didik dan pendidik untuk mencapai tujuan pembelajaran (Barkah et al., 2020). Sehingga penerapan metode pembelajaran yang tepat dan efektif tentunya dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik.

Masa pandemi Covid-19 ini, terjadi perubahan cara pembelajaran, yang sebelumnya dilakukan tatap muka, kemudian berubah menjadi pembelajaran daring (*online*). Metode pembelajaran sebuah sarana atau alat untuk memotivasi dalam mencapai tujuan pembelajaran. Kurang tepatnya guru dalam menggunakan metode pembelajaran akan berdampak terhadap hasil belajar peserta didik. Oleh karena itu, guru harus memilih metode pembelajaran yang tepat sesuai dengan tujuan dari pembelajaran yang telah ditetapkan (Novitaria, Ari & Adi, 2020).

Pelaksanaan kegiatan belajar mengajar dilaksanakan dengan sistem *online* atau sistem daring (dalam jaringan). Sistem pembelajaran tersebut dilakukan tanpa tatap muka secara langsung melainkan dengan pembelajaran jarak jauh dalam proses pembelajaran (Novitaria, 2017). Sarana pembelajaran jarak jauh ini tidak dapat dihindari dari perkembangan teknologi informasi dan komunikasi melalui jaringan internet. Sarana pembelajaran tersebut diantaranya aplikasi *google meet*, aplikasi *zoom*, *google classroom*, *youtube*, televisi, *video call* maupun media sosial *WhatsApp*.

Pembelajaran daring yang dilakukan di SMAN 36 Jakarta termasuk pembelajaran PJOK. Pembelajaran daring bertujuan penyelenggaraan kelas pembelajaran dalam jaringan untuk menjangkau kelompok target masif yang luas, sehingga pembelajaran daring dapat diselenggarakan dimana saja serta diikuti secara gratis maupun berbayar (Sofyana & Rozaq, 2019). Pembelajaran daring ini membuat pendidik dan peserta didik untuk sama-sama mau beradaptasi agar tercapai tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan.

Berdasarkan pengamatan, di awal masa pandemi covid-19, aktivitas pembelajaran yang masih jauh dari apa yang diharapkan, metode pembelajaran yang digunakan pun belum optimal karena cenderung hanya mementingkan hasil belajar daripada proses. Peserta didik cenderung pasif dan kurang beraktivitas dalam kegiatan pembelajaran, penyampaian materi hanya satu arah dan belum bervariasi, keterbatasan sarana prasarana pembelajaran baik jaringan internet dan alat komunikasi, dan menurunnya motivasi belajar peserta didik. Padahal, efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani sangat ditentukan oleh metode

pembelajaran yang dipilih guru atas dasar pengetahuan guru terhadap sifat keterampilan atau tugas gerak yang akan dipelajari peserta didik.

Melalui pembelajaran daring, diharapkan peserta didik memiliki keleluasaan dalam waktu belajar, dapat belajar kapanpun dan dimanapun, serta dapat menjadi solusi dalam masa pandemi. Namun pembelajaran daring tidak semudah yang dibayangkan dalam pelaksanaannya. Terdapat kendala yang dialami oleh peserta didik terutama dalam mata pelajaran pendidikan jasmani kesehatan dan olahraga karena pada dasarnya didominasi oleh aspek psikomotorik (keterampilan fisik) (Komarudin & Prabowo, 2020). Di dalam praktikumnya peserta didik terbatas oleh ruang gerak dikarenakan tempat yang kurang mendukung, selain itu daya serap peserta didik dalam mempelajari materi tidak semudah dengan apa yang dilihat.

Begitu banyak jenis metode pembelajaran yang dapat digunakan, antara lain metode pembelajaran demonstrasi dan metode pembelajaran resitasi, maka ketika guru memilih metode pembelajaran yang akan dilaksanakan di kelas jangan hanya memperhatikan materi yang akan diajarkan, tetapi juga perlu memperhatikan kesesuaian metode tersebut dengan karakteristik peserta didik yang akan belajar (Mayanto et al., 2020). Apalagi di masa pandemi covid-19, metode pembelajaran seperti metode pembelajaran berbasis proyek dan juga metode resitasi dapat dilakukan.

Penentuan metode pembelajaran berbasis proyek dan resitasi yang digunakan dalam penelitian didasarkan pada prinsip kemandirian dalam pembelajaran untuk transfer ilmu dan mendidik peserta didik. Metode pembelajaran berbasis proyek adalah suatu metoda pengajaran yang sistematis yang melibatkan para siswa dalam mempelajari pengetahuan dan keterampilan melalui proses yang

terstruktur, memiliki pengalaman nyata dan teliti yang dirancang untuk menghasilkan sebuah produk (Kusuma & Setyawati, 2016). Metode pemberian tugas/resitasi yang disajikan dalam pembelajaran agar siswa melakukan kegiatan belajar dan memberikan laporan sebagai hasil dari tugas yang dikerjakannya diharapkan mendukung akan penguasaan materi kebugaran jasmani yang ada. Kedua metode yang ada memiliki kesamaan untuk menuntut kreativitas dan kemandirian siswa untuk memecahkan sebuah permasalahan (Maksum, 2012). Metode terserebut diharapkan menjadi stimulus untuk penguasaan sebuah materi ajar dalam PJOK khususnya pada materi kebugaran jasmani.

Salah faktor yang mempengaruhi hasil belajar adalah faktor internal yaitu faktor fisiologis dan faktor psikologis (Zuhro, 2016). Adi (2014) menjelaskan untuk faktor fisiologis berkaitan dengan kondisi fisik individu, sedangkan faktor psikologis berkaitan dengan keadaan psikologis seseorang yang dapat mempengaruhi proses belajar salah satunya adalah motivasi. Faktor yang diduga selanjutnya adalah motivasi belajar peserta didik. Motivasi merupakan bagian penting dalam setiap kegiatan, termasuk aktifitas belajar, tanpa motivasi tidak ada kegiatan yang nyata, karena motivasi adalah kemauan untuk mengerjakan sesuatu. Oleh karena itu, guru perlu melakukan pembelajaran yang menarik dan menyenangkan bagi peserta didik. Motivasi belajar memegang peranan penting dalam memberikan gairah, semangat dan rasa senang dalam belajar sehingga yang mempunyai energi yang banyak untuk melaksanakan kegiatan belajar (Amalia et al., 2019). Peningkatan motivasi belajar bagi peserta didik sangat diperlukan terutama dalam proses pembelajaran PJOK. Motivasi belajar yang meningkat dapat mendorong peserta didik untuk gigih, tekun dan bersemangat dalam belajar

(Hendri,Gus.Aziz, 2020). Sehingga dengan adanya motivasi belajar yang baik, maka dapat memberikan hasil belajar akan dapat optimal.

Metode pembelajaran yang ada dikombinasi dengan rangsangan motivasi belajar tinggi dan rendah untuk memunculkan teori baru dalam penguasaan materi kebugaran jasmani. Penguasaan materi dimunculkan dengan sebuah indikator berupa hasil belajar peserta didik (Rangga, 2013). Tinjauan psikologis memunculkan pembahasan untuk menguatkan penelitian yakni terdapat dua faktor dalam penentuan hasil belajar yaitu internal dan eksternal. Faktor internal meliputi kemampuan intelektual, afeksi seperti perasaan dan percaya diri, motivasi, kematangan untuk belajar, usia, jenis kelamin, kebiasaan belajar, kemampuan mengingat, dan kemampuan pengindraan. Sedangkan faktor eksternal berkaitan dengan kondisi proses pembelajaran seperti guru, kualitas pembelajaran, fasilitas pembelajaran dan lingkungan. Kesemuanya menjadi sebuah kesatuan yang tidak dapat dipisahkan untuk menunjang hasil belajar siswa yang memuaskan (Pingge, 2015).

Penelitian lain yang mendukung kedua metode pembelajaran dan motivasi dalam penguasaan materi kebugaran jasmani ini sebagaimana kutipan Pingge (2015) bahwa adanya hubungan positif dan signifikan antara kompetensi guru dan metode pembelajaran dalam memanfaatkan media belajarnya, antara kompetensi guru dan motivasi serta pengelolaan kelas dengan hasil belajar yang positif, kompetensi guru dalam mendiagnosis kesulitan belajar siswa serta memanfaatkan media belajar dan motivasi langsung dengan peningkatan hasil belajar siswa. Selain itu adanya perbedaan metode pengajaran berpengaruh terhadap 55% output berupa

nilai hasil belajar, selebihnya sebesar 15% kualitas pengajar, 20% dukungan orang tua dan 10% lainnya faktor lingkungan (Ronnlund, 2014).

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan di atas, maka perlu dilakukan kajian ilmiah riset eksperimen untuk menentukan metode yang tepat dan cocok untuk mengetahui hasil belajar kebugaran jasmani dengan memadukan metode pembelajaran dan motivasi belajar pada mata pelajaran PJOK. Oleh karenanya peneliti menggunakan judul “Pengaruh Metode pembelajaran dan motivasi belajar terhadap hasil belajar Kebugaran Jasmani pada peserta didik kelas XII di SMA Negeri 36 Jakarta.”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan sebelumnya, dapat diidentifikasi permasalahan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Hasil belajar PJOK siswa yang belum mencapai ketuntasan minimal, terutama untuk materi kebugaran jasmani
2. Metode pembelajaran yang digunakan oleh guru belum optimal.
3. Peserta didik cenderung pasif dan kurang beraktivitas dalam kegiatan pembelajaran,
4. Penyampaian materi hanya satu arah dan belum bervariasi,
5. Keterbatasan sarana prasarana pembelajaran baik jaringan internet dan alat komunikasi, dan
6. Menurunnya motivasi belajar peserta didik selama di masa pandemi.

C. Pembatasan Masalah

Agar permasalahan dapat terukur dan tidak terlalu luas maka perlu dilakukan pembatasan masalah dalam penelitian ini. Penelitian ini dibatasi pada variabel bebas (*independent variable*) yakni metode pembelajaran, variabel bebas atributnya yakni motivasi belajar dan variabel terikat (*dependent variable*) adalah hasil belajar materi kebugaran jasmani pada mata pelajaran PJOK.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan pembatasan masalah, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut:

1. Secara keseluruhan apakah terdapat pengaruh antara hasil belajar materi Kebugaran Jasmani dengan menggunakan metode pembelajaran proyek dan metode pembelajaran resitasi?
2. Apakah terdapat interaksi antara metode pembelajaran dan motivasi belajar terhadap hasil belajar Materi Kebugaran Jasmani?
3. Apakah terdapat perbedaan hasil belajar materi Kebugaran Jasmani dengan menggunakan metode pembelajaran proyek dan metode pembelajaran resitasi bagi peserta didik yang memiliki motivasi belajar tinggi?
4. Apakah terdapat perbedaan hasil belajar materi kebugaran jasmani dengan menggunakan metode proyek dan metode pembelajaran resitasi bagi peserta didik yang memiliki motivasi belajar rendah?

D. Signifikansi Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat sebagai masukan dan bahan pertimbangan bagi para dosen, guru pendidikan jasmani khususnya dalam mata pelajaran pendidikan jasmani di sekolah tentang keefektifan metode pembelajaran dan dukungan motivasi dalam materi ajar kebugaran jasmani. Adapaun nilai-nilai kegunaan tersebut dapat dijabarkan sebagai berikut:

1. Menjadi bahan pertimbangan bagi guru pendidikan jasmani dalam rangka pemilihan suatu metode mengajar yang cocok diterapkan berdasarkan situasi, kondisi, dan kebutuhan pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di sekolah.
2. Bagi peneliti, secara akademis dapat menambah ilmu pengetahuan mengenai metode pembelajaran dan motivasi belajar yang dapat meningkatkan hasil belajar pada materi kebugaran jasmani di mata pelajaran PJOK.

E. Keterbaruan Penelitian (*State of the Art*)

Dari beberapa penelitian yang telah dilakukan berkaitan dengan metode pembelajaran. Secara terperinci belum terdapat penelitian mengenai metode pembelajaran berbasis proyek dan resitasi terhadap hasil belajar materi kebugaran jasmani. Berikut ini penelusuran studi literature untuk menentukan gap dari penelitian-penelitian sebelumnya.

Tabel 1.1 *State of the Art*

Tahun	Nama Peneliti	Hasil Penelitian
2017	Warti Manalu	Terdapat interaksi antara metode bermain dan motivasi belajar terhadap hasil belajar lari cepat. (Manalu, 2017)
2017	Pangestu Budi Santoso	Terdapat interaksi antara metode pembelajaran bagian dan motivasi belajar secara bersama-sama memberikan pengaruh positif dan signifikansi terhadap hasil belajar passing atas bola voli. (Santoso, 2017)
2017	Pt Dena Ariesma Wahyudi, I.K. Budaya Astra, I.G. Suwiwa	model pembelajaran project based learning berbantuan media kartu bergambar berpengaruh signifikan terhadap hasil belajar teknik dasar tangkisan dalam pencak silat (Wahyudi et al., 2017).
2021	I Nyoman Agus Adi Kesuma, I Ketut Yoda, Syarif Hidayat	Terdapat interaksi antara model pembelajaran dan motivasi belajar terhadap hasil belajar PJOK (Kesuma et al., 2021)