

BAB I

PENDAHULUAN

1. 1. Latar Belakang

Aktivitas ritmik merupakan salah satu materi penting dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di sekolah. Kegiatan ini mencakup berbagai bentuk gerakan berirama yang dilakukan dengan iringan musik atau ketukan, seperti senam aerobik dan aerobik gymnastics (Herlambang, 2017). Aktivitas ritmik tidak hanya melatih kemampuan motorik dan koordinasi tubuh, tetapi juga mendorong ekspresi diri serta kerja sama antar siswa. Namun dalam pelaksanaannya, masih banyak guru PJOK yang belum mengimplementasikan pembelajaran ini secara optimal (No'e et al., 2024). Hal ini umumnya disebabkan oleh keterbatasan penguasaan materi ritmik, minimnya pelatihan yang relevan, serta kurangnya sumber belajar yang mendukung (Herlambang, 2017). Kondisi tersebut berdampak pada rendahnya minat dan partisipasi siswa dalam mengikuti pembelajaran aktivitas ritmik. Kurangnya ketertarikan siswa secara langsung memengaruhi efektivitas proses belajar, sehingga tujuan pembelajaran tidak tercapai dengan maksimal (Dwiyanti et al., 2021). Padahal, apabila diajarkan dengan pendekatan yang tepat, aktivitas ritmik memiliki potensi besar dalam menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, melibatkan, dan membentuk keterampilan sosial siswa secara positif.

Selain tantangan dari sisi kompetensi guru, banyak sekolah juga masih menghadapi keterbatasan sarana dan prasarana yang memadai untuk mendukung pembelajaran aktivitas ritmik (Susanti et al., 2021). Fasilitas seperti ruang gerak yang luas, peralatan musik, serta alat bantu pembelajaran lainnya masih belum tersedia secara merata di banyak satuan pendidikan. Kondisi ini tentu menjadi

hambatan signifikan, terutama ketika aktivitas ritmik membutuhkan ruang yang memungkinkan siswa bergerak dengan leluasa dan aman. Akibatnya, proses pembelajaran tidak dapat berlangsung secara optimal dan siswa kesulitan dalam mengeksplorasi gerak serta mengekspresikan diri melalui ritme. Hal ini berimplikasi pada terbatasnya kesempatan bagi siswa untuk mengembangkan potensi mereka secara maksimal dalam konteks pembelajaran jasmani (Babang & Ladjar, 2022).

Padahal, jika difasilitasi dengan baik, aktivitas ritmik dapat memberikan manfaat yang jauh lebih luas daripada sekadar aspek fisik. Kegiatan ini berkontribusi secara positif dalam pembentukan karakter siswa, seperti disiplin, tanggung jawab, serta kemampuan untuk bekerja sama dan saling menghargai antar teman (Purwanto & Winarni, 2015). Selain itu, aktivitas ritmik juga sangat efektif dalam merangsang kreativitas dan spontanitas siswa, yang dapat meningkatkan kepercayaan diri mereka dalam berinteraksi sosial. Lebih jauh lagi, aktivitas ini berperan penting dalam mendukung perkembangan motorik kasar siswa sebagai fondasi utama dalam pendidikan jasmani (Basri, 2019). Gerakan fisik dalam aktivitas ritmik ternyata memiliki pengaruh besar terhadap aspek emosional dan kognitif siswa, yang pada gilirannya dapat memperkuat rasa kebersamaan di antara anggota kelompok (Koch et al., 2014). Melalui kegiatan fisik yang bersifat kooperatif, siswa tidak hanya berlatih bergerak dengan ritme, tetapi juga belajar mengenali emosi, bekerja sama, dan membangun kepercayaan antar teman. Penelitian oleh Jin et al., (2023) mendukung hal ini dengan menunjukkan bahwa semakin aktif seseorang terlibat dalam aktivitas fisik, semakin kuat pula hubungan sosial yang terbentuk, terutama di kalangan teman sebaya. Oleh karena itu, penyediaan sarana yang memadai dan penguatan strategi pengajaran berbasis aktivitas ritmik menjadi penting untuk menciptakan lingkungan belajar yang mendukung pertumbuhan fisik, sosial, dan emosional siswa secara seimbang.

Nayla Khairunissya, 2025

*PENGARUH DIFERENSIASI MOVEMENT TASK PADA PEMBELAJARAN AKTIVITAS RITMIK
TERHADAP KOHESIF PESERTA DIDIK DI SMA NEGERI 7 BANDUNG*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Melihat keberagaman kemampuan, minat, serta latar belakang siswa di dalam kelas, pendekatan pengajaran yang seragam dan satu arah tidak lagi memadai untuk memenuhi kebutuhan belajar yang kompleks. Setiap siswa memiliki cara belajar yang unik, ritme perkembangan yang berbeda, dan tingkat kesiapan yang tidak sama. Pendekatan pembelajaran yang menyesuaikan metode dengan minat dan kemampuan individu, seperti pembelajaran diferensiasi, dapat meningkatkan hasil belajar siswa dengan melibatkan variasi gerakan (Cantika et al., 2024). Dalam konteks inilah, penerapan diferensiasi instruksi menjadi sangat relevan dan memegang peranan penting dalam menciptakan pembelajaran yang lebih inklusif dan responsif. Diferensiasi merupakan strategi pengajaran yang secara sadar menyesuaikan materi, proses, lingkungan, dan produk pembelajaran dengan kebutuhan, gaya belajar, serta potensi masing-masing peserta didik (Lumba & Rajagukguk, 2022). Dalam pembelajaran aktivitas ritmik yang menekankan koordinasi gerak, kerja sama tim, dan ekspresi diri secara kelompok guru dituntut untuk menyusun instruksi yang mampu menjangkau setiap individu dalam kelas. Ini berarti bahwa siswa dengan kemampuan tinggi perlu diberikan tantangan tambahan, sementara siswa yang masih memerlukan bimbingan harus didukung dengan pendekatan yang lebih bertahap dan personal (Bondie et al., 2019). Ketika pendekatan ini diterapkan secara tepat, tidak hanya partisipasi siswa yang meningkat, tetapi juga rasa percaya diri dan kepuasan mereka terhadap proses belajar. Siswa menjadi lebih aktif, merasa dihargai, dan lebih siap untuk berkontribusi secara positif dalam dinamika kelompok belajar.

Penelitian oleh Samsudi et al., (2024) telah menunjukkan bahwa penerapan instruksi yang berdiferensiasi tidak hanya berdampak positif terhadap peningkatan hasil belajar siswa secara individu, tetapi juga mampu memperkuat kohesif dalam kelompok belajar. Ketika siswa merasa bahwa mereka dilibatkan sesuai dengan kemampuan, minat, dan gaya belajar masing-masing, muncul rasa memiliki serta keterhubungan emosional yang lebih kuat dengan anggota kelompok lainnya. Hal

Nayla Khairunissya, 2025

*PENGARUH DIFERENSIASI MOVEMENT TASK PADA PEMBELAJARAN AKTIVITAS RITMIK
TERHADAP KOHESIF PESERTA DIDIK DI SMA NEGERI 7 BANDUNG*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

ini menciptakan suasana belajar yang lebih inklusif dan suportif, di mana setiap siswa merasa diterima, dihargai, dan termotivasi untuk berkontribusi secara aktif (Gupta & Bakker, (2020). Dalam konteks aktivitas ritmik yang menuntut koordinasi dan kerja sama, suasana belajar yang kohesif menjadi elemen penting untuk mencapai keberhasilan pembelajaran. Melalui strategi pengelompokan yang mempertimbangkan tingkat kemampuan, siswa dapat saling melengkapi dalam menyelesaikan tugas gerak, belajar dari satu sama lain, serta mengembangkan rasa saling percaya (Kamarulzaman et al., 2022). Interaksi positif ini tidak hanya meningkatkan efektivitas kerja kelompok, tetapi juga berdampak pada meningkatnya kepuasan belajar, semangat berpartisipasi, dan rasa tanggung jawab kolektif terhadap tugas bersama (Asriadi et al., 2023). Dengan demikian, diferensiasi dalam pembelajaran tidak hanya mendukung pencapaian akademik, tetapi juga membentuk iklim sosial yang sehat di dalam kelas.

Melihat pentingnya peran aktivitas ritmik dalam mendukung pembelajaran yang kolaboratif serta tantangan yang dihadapi dalam implementasinya, penelitian ini diarahkan untuk mengetahui secara mendalam pengaruh penerapan diferensiasi *movement task* dalam pembelajaran aktivitas ritmik terhadap kohesif peserta didik di SMA Negeri 7 Bandung. Penelitian ini memiliki urgensi yang tinggi mengingat pentingnya penyesuaian instruksi gerak terhadap keragaman kemampuan dan karakteristik siswa, khususnya dalam konteks kegiatan yang bersifat kolaboratif dan mengedepankan kerja sama tim. Penyesuaian instruksi ini tidak hanya berfungsi untuk meningkatkan partisipasi dan efektivitas pembelajaran, tetapi juga berperan dalam menciptakan pengalaman belajar yang lebih positif, inklusif, dan kolaboratif bagi seluruh peserta didik (Haelermans, 2022). Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan, baik secara teoritis maupun praktis. Secara teoritis, temuan yang dihasilkan dapat memperkaya literatur dan kajian ilmiah dalam bidang pendidikan jasmani, khususnya terkait dengan pembelajaran berbasis diferensiasi. Sementara secara praktis, hasil penelitian ini

Nayla Khairunissya, 2025

**PENGARUH DIFERENSIASI MOVEMENT TASK PADA PEMBELAJARAN AKTIVITAS RITMIK
TERHADAP KOHESIF PESERTA DIDIK DI SMA NEGERI 7 BANDUNG**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

diharapkan menjadi panduan aplikatif bagi guru PJOK dalam merancang strategi pembelajaran aktivitas ritmik yang tidak hanya adaptif terhadap kebutuhan individual siswa, tetapi juga mampu memperkuat dinamika kelompok melalui peningkatan kohesif. Dengan pendekatan yang tepat, aktivitas ritmik tidak hanya menjadi sarana untuk pengembangan fisik dan motorik, tetapi juga menjadi wadah efektif dalam membangun kebersamaan, rasa saling percaya, dan kerja sama di antara siswa secara menyeluruh.

1. 2. Rumusan Masalah

Sesuai dengan latar belakang yang telah dijelaskan, maka masalah yang harus dikaji lebih dalam melalui penelitian ini adalah :

1. Apakah terdapat pengaruh program diferensiasi *movement task* terhadap kohesif peserta didik ?
2. Apakah terdapat pengaruh pembelajaran aktivitas ritmik konvensional terhadap kohesif peserta didik ?
3. Apakah terdapat perbedaan pengaruh program diferensiasi *movement task* dan pembelajaran aktivitas ritmik konvensional terhadap kohesif peserta didik ?

1. 3. Tujuan Penelitian

Berdasarkan masalah yang dikaji, tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui pengaruh program diferensiasi *movement task* pada pembelajaran aktivitas ritmik terhadap kohesif peserta didik.
2. Untuk mengetahui pengaruh pembelajaran aktivitas ritmik konvensional terhadap kohesif peserta didik.
3. Untuk mengetahui perbedaan pengaruh antara program diferensiasi *movement task* dan pembelajaran aktivitas ritmik konvensional terhadap kohesif peserta didik.

1. 4. Kegunaan Penelitian

1.4. 1. Secara Teoritis

1. Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan bacaan, sumber informasi yang akurat dan bermanfaat pada bidang kajian pembelajaran PJOK
2. Dapat memberikan sumbangan perkembangan pengetahuan bagi bidang kajian pembelajaran PJOK

1.4. 2. Secara Praktis

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk membantu penelitian selanjutnya terutama yang terkait pengaruh diferensiasi *movement task* dengan pembelajaran aktivitas ritmik terhadap kohesif peserta didik.
2. Bagi Mahasiswa FPOK dapat dijadikan bahan untuk menambah wawasan, serta dapat dijadikan referensi untuk penelitian selanjutnya.