

**PENGARUH MODEL PEMBELAJARAN *SELF REGULATED LEARNING*
UNTUK MENINGKATKAN WAKTU AKTIF BELAJAR SISWA DALAM
PERMAINAN BOLA BASKET**

(Penelitian Tindakan Kelas di Kelas XI SMA Negeri 4 Bandung)

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pada
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.



Oleh:

TIONA MARNIDA

2100857

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAAHRAGA
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

2025

LEMBAR PENGESAHAN

TIONA MARNIDA

**PENGARUH MODEL PEMBELAJARAN *SELF REGULATED LEARNING*
UNTUK MENINGKATKAN WAKTU AKTIF BELAJAR SISWA DALAM
PERMAINAN BOLA BASKET**

Disetujui dan disahkan oleh :

Pembimbing I



Prof. Dr. H. Yunyun Yudiana, M.Pd

NIP. 196506141990011001

Pembimbing II



Marisa Noviyanti Fajrah Ihsya, M.Pd

NIP. 199011162020122004

Mengetahui,

Ketua Program studi

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi



Dr. H. Carsiwan, M.Pd

NIP. 197010105200212100

LEMBAR KEASLIAN SKRIPSI

PENGARUH MODEL PEMBELAJARAN SELF REGULATED LEARNING UNTUK MENINGKATKAN WAKTU AKTIF BELAJAR SISWA DALAM PERMAINAN BOLA BASKET

Oleh
Tiona Marnida

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

© Tiona Marnida 2025
Universitas Pendidikan Indonesia
April 2025

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

PENGARUH MODEL PEMBELAJARAN *SELF REGULATED LEARNING* UNTUK MENINGKATKAN WAKTU AKTIF BELAJAR SISWA DALAM PERMAINAN BOLA BASKET

Tiona Marnida

tionamarnida@upi.edu

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Universitas Pendidikan Indonesia

Pembimbing : 1. Prof. Dr. H. Yunnyun Yudianta, M.Pd

2. Marisa Noviyanti Fajrah Iلسya, M.Pd

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan Waktu Aktif Belajar siswa melalui model pembelajaran *Self Regulated Learning* (SRL) dalam permainan bola basket. Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan dua siklus dan melibatkan 30 siswa kelas XI di SMAN 4 Bandung. Instrumen yang digunakan adalah *duration recording* untuk mencatat durasi keterlibatan siswa selama pembelajaran. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan waktu aktif belajar siswa dari siklus I ke siklus II. Pada siklus I, rata-rata waktu aktif siswa mencapai 19,59%, dan meningkat menjadi 57,37% pada siklus II. Peningkatan ini menunjukkan bahwa model SRL efektif dalam mendorong siswa untuk lebih mandiri, terlibat aktif, dan bertanggung jawab selama proses pembelajaran. Dengan demikian, SRL dapat menjadi alternatif strategi pembelajaran dalam Pendidikan Jasmani, khususnya dalam permainan bola basket.

Kata Kunci: *Self Regulated Learning*, Waktu Aktif Belajar, Bola Basket

***THE EFFECT OF THE SELF REGULATED LEARNING MODEL ON
ENCHANGING STUDENT ACTIVE LEARNING TIME IN BASKETBALL***

Tiona Marnida

tionamarnida@upi.edu

Physical Education Health and Recreation Study Program

Indonesian Education University

Advisor I : Prof. Dr. H. Yunnyun Yudiana, M.Pd

Advisor II : Marisa Noviyanti Fajrah Ilsya, M.Pd

ABSTRACT

This study aims to improve students' active learning time through the implementation of the Self-Regulated Learning (SRL) model in basketball games. The research employed a Classroom Action Research (CAR) method, conducted in two cycles, involving 30 eleventh-grade students at SMAN 4 Bandung. The instrument used was duration recording to track the length of student engagement during the learning process. The results showed an increase in students' active learning time from the first to the second cycle. In the first cycle, the average active learning time was 19,59%, which increased to 57,37% in the second cycle. This improvement indicates that the SRL model is effective in encouraging students to be more independent, actively engaged, and responsible throughout the learning process. Therefore, SRL can be considered a viable alternative instructional strategy in Physical Education, particularly in basketball games.

Keywords: *Self Regulated Learning, Active Learning Time, Basketball*

KATA PENGHANTAR

Dengan Rahmat Tuhan Yang Maha Esa,

Segala puji syukur dan kemuliaan bagi Tuhan, Skripsi dengan judul “Pengaruh Model Pembelajaran *Self Regulated Learning* untuk Meningkatkan Waktu Aktif Belajar Siswa dalam Permainan Bola Basket” selesai dengan tepat waktu.

Skripsi ini merupakan hasil karya saya yang di tulis sejak bulan Desember 2024 dan di selesaikan pada bulan April 2025. Menjadi suatu karya yang di dalamnya penuh dengan gagasan dan teori-teori orang hebat, namun disamping itu, bagi penulis karya ini adalah saksi dari sebuah perjalanan yang panjang dan tidak bisa terlupakan.

Dalam proses penulisan karya ini, penulis selalu dilimpahkan berkat dan kesehatan yang luar biasa dari Sang Maha Pencipta. Keluaran 14:14 “Di dalam diriku ada hati yang lemah, tetapi disampingku ada Allah yang kuat”

Sebagai insan yang terus belajar dan berkembang, penting bagi penulis untuk senantiasa menajamkan tujuan dan menjaga semangat. Seperti lirik dari Perunggu yang berkata “buka lagi visimu, kau tahu mana urutan satu”.

Adapun tujuan disusunnya skripsi ini adalah untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan kuliah dan mendapatkan gelar sarjana pendidikan. Penulis sangat menyadari skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Maka dari itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan agar skripsi ini menjadi bahan masukan khususnya bagi penulis.

Bandung, Februari 2025

Tiona Marnida

UCAPAN TERIMA KASIH

Dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dukungan dari berbagai pihak. Peneliti secara khusus mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu dalam pengerjaan skripsi ini.

Penulis sangat menyadari bahwa keterbatasan penulis tidak mampu menciptakan sebuah karya yang sempurna, tetapi penulis berusaha untuk membuat karya tulis ilmiah ini menjadi berguna dan bermakna, mudah – mudahan karya tulis ini dapat bermanfaat khususnya bagi penulis dan umumnya bagi para pembaca.

Dengan terlaksananya seluruh rangkaian penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapat petunjuk, pengalaman serta pengetahuan baru yang berharga dari berbagai pihak. Peneliti banyak menerima bimbingan, petunjuk dan bantuan serta dorongan dari berbagai pihak baik yang bersifat moral maupun material. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. M. Solehudin, M.Pd., M.A sebagai Rektor Universitas Pendidikan Indonesia, beserta civitas akademika Universitas Pendidikan Indonesia yang telah memberikan kesempatan pada penulis untuk mengikuti studi hingga mendapatkan gelar sarjana di Universitas Pendidikan Indonesia.
2. Bapak Prof. Agus Rusdiana, S.Pd., M.A., Ph.D selaku Dekan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
3. Bapak Dr. H. Carsiwan, M.Pd. Selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
4. Bapak Prof. Dr. H. Yunyun Yudiana, M.Pd. Selaku dosen pembimbing akademik sekaligus dosen pembimbing skripsi I penulis yang telah berbaik hati selalu memberikan bimbingan, motivasi, dan pengarahan, serta memberikan masukan kritik dan saran yang membangun pada penulis selama masa perkuliahan dan selama proses penyusunan skripsi hingga akhir penulisan skripsi.
5. Ibu Marisa Noviyanti Fajrah Iلسya, M.Pd. Selaku dosen pembimbing skripsi II penulis yang telah berbaik hati memberikan bimbingan, motivasi dan

pengarahan kepada penulis selama proses penyusunan skripsi hingga akhir penulisan skripsi. Sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi tepat pada waktunya.

6. Bapak dan Ibu Staf Dosen Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang telah memberikan ilmu, membimbing dan memotivasi penulis selama menjalani studi. Semoga Bapak dan Ibu Staf Dosen PJKR FPOK UPI selalu dilimpahkan kesehatan dan menjadi panutan bagi mahasiswa lainnya, Amin.
7. Kepada Ibu Kepala Sekolah SMA Negeri 4 Bandung, serta jajaran staf guru PJOK di SMA Negeri 4 Bandung, yang senantiasa memberikan kemudahan dan bantuan untuk penulis selama proses penelitian.
8. Kepada kedua orangtua penulis, Bapak Robinson dan Ibu Esteria. Terima kasih telah menjadi orangtua terbaik bagi penulis, yang tidak pernah lelah mendidik dan membimbing anak-anaknya untuk menjadi seseorang yang berhasil. Sekalipun penulis melakukan hal yang salah, terima kasih atas cinta dan kasih sayang yang tidak pernah ada ujungnya. Untuk doa-doa dan dukungan yang selalu diberikan kepada penulis selama menjalani studi. Semoga mama dan papa sehat selalu, panjang umur, dan bahagia menemani penulis dalam perjalanan hidup ini, Amin.
9. Saudara dan sahabat penulis (siseven) Naxha, Fitri, Widya, dan Syabani yang selalu kebersamai penulis dan menjadi tempat berkeluh kesah bagi penulis, terima kasih atas dorongan dan *support* yang selalu kalian berikan kepada penulis.
10. Tim bola basket UPI angkatan 2021, yaitu Lhaoera, Salma, Salwa, Alzena, Amanda, Syabani, dan Dea, terima kasih karena sudah menjadi sahabat bagi penulis selama perkuliahan dan menjadi rekan tim yang solid di lapangan semasa aktif UKM.
11. Kepada rekan-rekan seperjuangan HMP PJKR 2021. Yang kebersamai penulis mengisi masa kuliah di dalam organisasi.
12. Teman-teman satu angkatan PJKR 2021 yang saya banggakan. Terima kasih sudah kebersamai masa-masa perkuliahan, sejak awal hingga akhir dengan

penyuka dan duka yang membuat penulis bersemangat menjalani seluruh kegiatan perkuliahan.

13. Keluarga besar PJKR B 2021 tercinta. Terima kasih telah menjadi keluarga bagi penulis di perkuliahan, membantu penulis dikala mendapatkan musibah, dan menjadi tempat canda tawa bagi penulis selama masa perkuliahan. *Goodluck for your future guys.*
14. Kepada seseorang yang tidak bisa penulis sebutkan identitasnya, terima kasih karena selalu mengosahakan ruang, waktu, dan tenaga bagi penulis dikala senang maupun sedih. Terima kasih untuk setiap memori baik, hari-hari yang menyenangkan, bahkan ujian dan musibah yang kita hadapi sejauh ini. Penulis berharap semoga di masa yang akan datang, harapan dan doa yang selalu kita langitkan kepada Tuhan, bisa dikabulkan.
15. Dan yang terakhir, kepada saya sendiri, Tiona Marnida. Terima kasih karena telah memilih untuk tidak menyerah sampai di titik ini, semoga dirimu tumbuh menjadi wanita dengan hati yang teduh, bermanfaat bagi banyak orang, dan terus berjalan dengan Iman kepada Tuhan.

Bandung, Februari 2025

Tiona Marnida
NIM. 2100857

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
LEMBAR KEASLIAN SKRIPSI	ii
ABSTRAK.....	iii
ABSTRACT.....	iv
KATA PENGHANTAR	v
UCAPAN TERIMA KASIH.....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Pemecahan Masalah.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
a) Manfaat Teoritis	6
b) Manfaat Praktis	6
c) Manfaat Kebijakan	7
1.5 Struktur Organisasi	7
BAB II.....	9
KAJIAN TEORI	9
2.1 Permainan Bola Basket.....	9
2.1.1 Hakikat Permainan Bola Basket.	9
2.1.2 Teknik dalam Permainan Bola basket.	10
2.1.3 Pembelajaran Permainan Bola basket di sekolah.....	12

2.2 Model Self Regulated Learning (SRL).....	13
2.3 Jumlah Waktu Aktif Belajar	18
2.4 Kerangka Berpikir	21
2.5 Hipotesis Tindakan	23
2.6 Penelitian Terdahulu.....	24
BAB III	26
METODE PENELITIAN.....	26
3.1 Desain Penelitian	26
3.2 Partisipan	26
3.3 Populasi dan Sample Penelitian.....	27
3.3.1 Populasi	27
3.3.2 Sample	27
3.4. Pelaksanaan Pemberian Perlakuan (treatment).....	28
3.4.1 Sintaks Model Selt-Regulated Learning.....	31
3.5 Lokasi Penelitian	33
3.6 Instrumen Penelitian	33
a. Teknik Analisis Data.....	35
BAB IV	37
PEMBAHASAN DAN HASIL.....	37
4.1. Deskripsi Latar Penelitian	37
4.2 Hasil	39
BAB V	52
KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI.....	52
5.1 Kesimpulan	52
5.2 Implikasi	52
5.3 Rekomendasi	53

DAFTAR PUSTAKA	54
LAMPIRAN.....	63
ASESMEN	81

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Skor aktif siswa sebelum tindakan.....	32
Tabel 4.2 Refleksi Kegiatan Observasi Awal	33
Tabel 4.3 Waktu Pelaksanaan Tindakan I Siklus I	36
Tabel 4.4 Waktu Pelaksanaan Tindakan II Siklus I	37
Tabel 4.5 Hasil Waktu Siswa Siklus 1	38
Tabel 4.6 Waktu Pelaksanaan Tindakan I Siklus II	40
Tabel 4.7 Waktu Pelaksanaan Tindakan II Siklus II.....	41
Tabel 4.8 Hasil Waktu Siswa Siklus 2	42

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Teknik Dribble dalam bola basket	10
Gambar 2.2 Teknik chest pass	11
Gambar 2.3 Teknik bound pass	11
Gambar 2.4 Teknik over head pass.....	11
Gambar 2.5 Teknik Shooting bola basket.....	11
Gambar 2.6 Teknik Rebound bola basket.....	12
Gambar 3.1 Siklus PTK Model Spiral oleh Kemmis dan Mc Taggart (dalam Mahendra, 2020).....	22

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 surat keputusan Pembimbing.....	55
Lampiran 2 Surat izin penelitian.....	58
Lampiran 3 Surat balasan penelitian.....	59
Lampiran 4 Data Demografi	60
Lampiran 5 Modul Ajar	61
Lampiran 6 Dokumentasi.....	77

DAFTAR PUSTAKA

- Altfeld, S., Langenkamp, H., Beckmann, J., & Kellmann, M. (2017). Measuring the effectiveness of psychologically oriented basketball drills in team practice to improve self-regulation. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 12(6), 725–736. <https://doi.org/10.1177/1747954117738891>
- Antula, H., Londa, M., & Gerungan, C. (2023). PEMBELAJARAN YANG INOVATIF PROJECT BASED LEARNING DALAM MENINGKATKAN HASIL BELAJAR SISWA PADA MATA PELAJARAN EKONOMI SMA NEGERI 8 GORONTALO UTARA. *Literacy: Jurnal Pendidikan Ekonomi*, 4(2s), 133–142. <https://doi.org/10.53682/jpeunima.v4i2s.8124>
- Asiva Noor Rachmayani. (2015). *No Title*. 6.
- Asrulla, Risnita, Jailani, M. S., & Jeka, F. (2023). Populasi dan Sampling (Kuantitatif), Serta Pemilihan Informan Kunci (Kualitatif) dalam Pendekatan Praktis. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 26320–26332.
- Bao, L., Soh, K. G., Mohd Nasiruddin, N. J., Xie, H., & Zhang, J. (2024). Unveiling the Impact of Metacognition on Academic Achievement in Physical Education and Activity Settings: A Comprehensive Systematic Review and Meta-Analysis of Qualitative Insights. *Psychology Research and Behavior Management*, 17, 973–987. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S444631>
- Budiana, D. (2014). The influence of self regulated and traditional learning model on the development of students' cognitive process and sport enjoyment in basketball learning process. *Asian Social Science*, 10(5), 123–129. <https://doi.org/10.5539/ass.v10n5p123>
- Budiana, D., & Gumilang, E. S. (2023). Penerapan Pendekatan Stem Berbasis Srl Terhadap Pengembangan Life Skills Dan Gerak Dasar Penjas Di Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Olah Raga*, 12(1), 1–10. <https://doi.org/10.31571/jpo.v12i1.4738>
- Cheng, Y., Guan, R., Li, T., Raković, M., Li, X., Fan, Y., Jin, F., Tsai, Y.-S., Gašević, D., & Swiecki, Z. (2025). Self-regulated Learning Processes in Secondary Education: A Network Analysis of Trace-based Measures. *Proceedings of the 15th International Learning Analytics and Knowledge*

- Conference*, 260–271. <https://doi.org/10.1145/3706468.3706502>
- Fathurrohman. (2015). Model-Model Pembelajaran yang Disampaikan dalam Acara Pelatihan Guru Post Traumatik PKO Muhammadiyah Dosen PPSD FIP UNY. *Model-Model Pembelajaran*, 1–6.
- Gumilang, E. S., Budiana, D., & Rohmah, O. (2022). PENGARUH STRATEGI SELF-REGULATED LEARNING BERBASIS BLENDED LEARNING TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI DALAM PEMBELAJARAN PERMAINAN TENIS MEJA. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 11(2), 225–234. <https://doi.org/10.31571/jpo.v11i2.4322>
- Gumilang, E. S., Martini, T., & Budiana, D. (2022). Self-Regulated Learning based-STEM model: How it impacts students' self-directed learning in physical education classes. *Journal Sport Area*, 7(3), 466–473. [https://doi.org/10.25299/sportarea.2022.vol7\(3\).10550](https://doi.org/10.25299/sportarea.2022.vol7(3).10550)
- Gustiawati, R., Fahrudin, & Syafei, M. M. (2014). Implementasi Model-Model Pembelajaran Penjas dalam Meningkatkan Kemampuan Guru Memilih dan Mengembangkan Strategi Pembelajaran Penjasorkes. *Jurnal Ilmiah Solusi*, 1(3), 33–40.
- Haris, I. N. (2018). Model Pembelajaran Peer Teaching Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani. *BIORMATIKA (Jurnal Ilmiah FKIP Universitas Subang)*, 4(1), 2461–3961.
- Ibarra-Sáiz, M. S., Rodríguez-Gómez, G., & Boud, D. (2020). Developing student competence through peer assessment: the role of feedback, self-regulation and evaluative judgement. *Higher Education*, 80(1), 137–156. <https://doi.org/10.1007/s10734-019-00469-2>
- Jørgensen Olsen, T. M., & Mehus, I. (2022). Students' Performance in Physical Education: The Role of Differential Achievement Goals and Self-Regulated Learning. In *Education Sciences* (Vol. 12, Issue 2). <https://doi.org/10.3390/educsci12020142>
- Khairi, I. (2025). *Implementasi Kurikulum Merdeka Di SMA Plus Al Athiyah Banda Aceh* [UIN Ar-Raniry Banda Aceh]. <https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/40929>
- Kirana, R. (2022). HUBUNGAN MOTIVASI BELAJAR DAN MINAT BACA

- DENGAN HASIL BELAJAR IPS KELAS IV. *Joyful Learning Journal*, 11(1), 20–25. <https://doi.org/10.15294/jlj.v11i1.54613>
- Kolovelonis, A., & Goudas, M. (2013). The development of self-regulated learning of motor and sport skills in physical education: A review. *Hellenic Journal of Psychology*, 10(3), 193–210.
- Kolovelonis, A., Goudas, M., & Samara, E. (2022). The Effects of a Self-Regulated Learning Teaching Unit on Students' Performance Calibration, Goal Attainment, and Attributions in Physical Education. *Journal of Experimental Education*, 9(1), p112-129. <https://doi.org/10.1080/00220973.2020.1724852>
- Kolovelonis, A., Papastergiou, M., Samara, E., & Goudas, M. (2023). Acute Effects of Exergaming on Students' Executive Functions and Situational Interest in Elementary Physical Education. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(3). <https://doi.org/10.3390/ijerph20031902>
- Lee, D., Watson, S. L., & Watson, W. R. (2019). Systematic literature review on self-regulated learning in massive open online courses. *Australasian Journal of Educational Technology*, 35(1), 28–41. <https://doi.org/10.14742/ajet.3749>
- Li, K., Onyon, N., Choichareon, T., & Charoontham, O. (2023). Physical Education Course Based on Self-Regulated Learning to Improve Students' Physical Literacy. *International Journal of Sociologies and Anthropologies Science Reviews*, 3(3 SE-Articles), 143–152. <https://doi.org/10.14456/jsasr.2023.42>
- Liang, L., Zhang, Z., & Guo, J. (2023). The Effectiveness of Augmented Reality in Physical Sustainable Education on Learning Behaviour and Motivation. In *Sustainability* (Vol. 15, Issue 6). <https://doi.org/10.3390/su15065062>
- Maret, U. S. (2013). *Pendidikan Dan Latihan Profesi Guru (Plpg) Workshop Penelitian Tindakan Kelas (Ptk) Kimia*.
- Maskur, M. (2023). DAMPAK PERGANTIAN KURIKULUM PENDIDIKAN TERHADAP PESERTA DIDIK SEKOLAH DASAR. *Jurnal Keguruan Dan Ilmu Pendidikan (JKIP)*, 1(3), 190–203. <https://doi.org/10.61116/jkip.v1i3.172>
- Mitchell, D., & Hutchinson, C. J. (2003). Using Graphic Organizers to Develop the Cognitive Domain in Physical Education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 74(9), 42–47.

<https://doi.org/10.1080/07303084.2003.10608519>

- Motivasi Belajar Siswa Smpn, T., Karta Wijaya, C., Raihan Zulhani, A., Sujai, I., Trisna Rahayu, E., Pd, M., Suherman Pd M Pd, A. S., Studi Pendidikan Jasmani, P., & Rekreasi, dan. (2023). Pengaruh Self Regulated Learning Model Dalam Permainan Bola Basket. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9(21), 388–394. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10077223>
- Mustafa, P. S. (2022). Peran Pendidikan Jasmani untuk Mewujudkan Tujuan Pendidikan Nasional. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(9), 68–80. <https://doi.org/10.5281/zenodo.6629984>
- Mutiara Putri, M., Panjaitan, D., Kunci, K., Gerak, P., & Basket, B. (2024). Modifikasi Pengembangan Gerak Dalam Bola Basket. *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia*, 1(4), 259–264.
- Nadzifah, W., Mulya, G., Narlan, A., & Priana, A. (2024). *Journal of Physical Education and*. 4(1), 13–24.
- Narawidia, I. N., Parwati, I. N., Tegeh, I. M., Studi, P., Pembelajaran, T., & Ganesha, U. P. (2022). Pengaruh Model Self-Regulated Learning Terhadap Kemampuan Pemecahan Masalah Dan Motivasi Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Matematika Di Sma. *Jurnal Teknologi Pembelajaran Indonesia*, 12(2), 116–130. https://doi.org/10.23887/jurnal_tp.v12i2.1559
- Nguyen, V. T. T., & Chen, H.-L. (2023). Examining impacts of information system success and perceived stress on students' self-regulated learning mediated by intrinsic motivation in online learning environments: second-order structural equation modelling analyses. *Education and Information Technologies*, 28(10), 12945–12968. <https://doi.org/10.1007/s10639-023-11685-w>
- Pai, I. N., Budi, D. A. N., Subject, P., Smpn, A. T., & Banyuwangi, G. (2023). ICHES : International Conference on Humanity Education and Social. *International Conference on Humanity Education and Sosial*, 2(1), 11.
- Pol, V. De. (2018). *University of Birmingham Self-regulation in sports learning and performance*.
- Polii, D. J., & Polii, M. (2022). Manajemen Pendidikan Agama Kristen dalam Ketahanan Keluarga. *EDULEAD: Journal of Christian Education and Leadership*, 3(1), 117–132. <https://doi.org/10.47530/edulead.v3i1.99>

- Putri, N. I., & Umar, A. (2020). Kemampuan Teknik Dasar Bola Basket Atlet Putra Klub Genta Kota Pariaman. *Jurnal Pendidikan Dan Olahraga*, 3(4), 15–21.
- Rusdiana, H. . (2014). Konsep inovasi pendidikan. *Pustaka Setia*, 187.
- Salim, M. S., Tomi, A., Sari, Z. N., & Hariyoko, H. (2022). Hubungan Motivasi Belajar Siswa Dalam Kegiatan Ekstrakurikuler Sepak Bola Dengan Hasil Belajar PJOK Siswa SMP. *Sport Science and Health*, 4(11), 1034–1039. <https://doi.org/10.17977/um062v4i112022p1034-1039>
- Saputra, A. G., & Alnedral, A. (2019). Kontribusi Daya Ledak Otot Lengan dan Koordinasi Mata Tangan terhadap Kemampuan Chest Pass pada Atlet Bolabasket. *Jurnal Patriot*, 1(2), 598–608. <https://doi.org/10.24036/patriot.v1i2.364>
- Seco, V. Y. R., & Cendana, W. (2022). PENERAPAN REFLEKSI PRIBADI UNTUK MEMBANTU GURU MENJALANKAN PERAN SEBAGAI FASILITATOR PADA PEMBELAJARAN DARING. *Padma Sari: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 1(02), 103–116. <https://doi.org/10.53977/ps.v1i02.371>
- Shalihat, H. M., P, R. D. E., Avoni, J., & Tambun, O. (2022). Sosialisasi Permainan Bola Basket Untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar. 3, 541–550.
- Smit, K., de Brabander, C. J., Boekaerts, M., & Martens, R. L. (2017). The self-regulation of motivation: Motivational strategies as mediator between motivational beliefs and engagement for learning. *International Journal of Educational Research*, 82, 124–134. <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2017.01.006>
- Suntoda, A. (2017). Upaya Meningkatkan Jumlah Waktu Aktif Belajar melalui Penerapan Pengajaran Peer Teaching dalam Pembelajaran Tennis. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 2(2), 106. <https://doi.org/10.17509/jtikor.v2i2.7984>
- Supriatna, E. (2023). Metode Bermain Dalam Pembelajaran Shooting Bola Basket. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 3(4), 3329–3339.
- Sutisna, N., Suherman, A., Ma'mun, A., & Mulyana, M. (2019). Improving Active Learning Time on Physical Education Using Movement Education Model. 11(Icsshpe 2018), 296–298. <https://doi.org/10.2991/icsshpe-18.2019.84>
- Syafriadi, S., Lalu Sapta Wijaya Kusuma, & Rusdiana Yusuf. (2021). Integrasi

- Permainan Tradisional Dalam Metode Pembelajaran Praktik untuk Meningkatkan Minat Belajar PJOK. *Reflection Journal*, 1(1), 14–21. <https://doi.org/10.36312/rj.v1i1.487>
- Te'a, Y. V., Soro, V. M., Pio, M. O., Una, Y., Tini, F. A., Kaka, Y. L., Lawe, Y. U., & Sayangan, Y. V. (2023). PERAN GURU DALAM MENINGKATKAN KEAKTIFAN BELAJAR SISWA DENGAN MENERAPKAN METODE DEMONSTRASI PADA PEMBELAJARAN IPA SD KELAS RENDAH. *Jurnal Citra Pendidikan Anak*, 2(1), 47–55. <https://doi.org/10.38048/jcpa.v2i1.1534>
- Urhahne, D. (2019). Teacher influences and parental involvement. *Educational Psychology*, 39(7), 859–861. <https://doi.org/10.1080/01443410.2019.1642630>
- Utama, A. M. B. (2011). Pembentukan Karakter Anak Melalui Aktivitas Bermain Dalam Pendidikan Jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 8(1), 1–9.
- Wang, J., Lin, E., Spalding, E., Odell, S. J., & Klecka, C. L. (2011). Understanding teacher education in an era of globalization. *Journal of Teacher Education*, 62(2), 115–120. <https://doi.org/10.1177/0022487110394334>
- Widarini, Y., Heynoek, F. P., & Amiq, F. (2018). Pemetaan Waktu Aktif Belajar Pada Pembelajaran Bolabasket Di Smpn 11 Malang. *Gelanggang Pendidikan Jasmani Indonesia*, 2(2), 120. <https://doi.org/10.17977/um040v2i2p120-127>
- Wijaya, K., Zulhani, A., Sujai, I., Rahayu, E., & Suherman, A. (2023). Pengaruh Self Regulated Learning Model Dalam Permainan Bola Basket Terhadap Motivasi Belajar Siswa Smpn 1 Cilebar. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9(21 SE-Full Articles). <https://doi.org/10.5281/zenodo.10077223>
- Wolters, C. A., Pintrich, P. R., & Karabenick, S. A. (2005). Assessing Academic Self-Regulated Learning. In *What Do Children Need to Flourish?* (pp. 251–270). Springer US. https://doi.org/10.1007/0-387-23823-9_16
- Yuliyanto, E., Hidayah, F. F., Istyastono, E. P., & Wijoyo, Y. (2018). Analisis Refleksi pada Pembelajaran: Review Reasearch. *Seminar Nasional Edusaintek*, 30–36.
- Zimmerman, B. J. (2001). Self-regulated Learning. In *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences* (pp. 13855–13859). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B0-08-043076-7/02465-7>

Zimmerman, B. J. (2002). *Zimmerman - 2002 - Becoming a Self-Regulated Learner An Overview*. 41(2), 64–70.