

PENGARUH STRATEGI *SELF-REGULATED LEARNING* BERBASIS
BLENDED LEARNING TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI DALAM
PEMBELAJARAN PERMAINAN TENIS MEJA

SKRIPSI

diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar Sarjana
Pendidikan Olahraga



oleh
Eva Sri Gumilang
NIM 1604419

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

2019

i

PENGARUH STRATEGI *SELF-REGULATED LEARNING* BERBASIS
BLENDED LEARNING TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI DALAM
PEMBELAJARAN PERMAINAN TENIS MEJA

Oleh
Eva Sri Gumilang

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

© Eva Sri Gumilang 2019
Universitas Pendidikan Indonesia
Januari 2019

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

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “**Pengaruh Strategi *Self-Regulated Learning* Berbasis *Blended Learning* terhadap Kepercayaan Diri dalam Pembelajaran Permainan Tenis Meja**” ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko/sanksi apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, November 2019

Yang membuat pernyataan,

Eva Sri Gumilang

ABSTRAK

Eva Sri Gumilang (1604419). Skripsi: Pengaruh Strategi *Self-Regulated Learning* Berbasis *Blended Learning* terhadap Kepercayaan Diri dalam Pembelajaran Permainan Tenis Meja. Skripsi ini dibimbing oleh pembimbing I: Dra. Hj. Oom Rohmah, M. Pd. dan pembimbing II: Dr. Dian Budiana, M.Pd.

Kepercayaan diri merupakan aspek penting dalam mengembangkan keterampilan dan kualitas manusia. Mahasiswa dihadapkan dengan berbagai permasalahan dalam pembelajaran dan sudah seharusnya memiliki rasa percaya diri yang tinggi untuk mencapai pembelajaran yang optimal sesuai dengan tujuan. Dengan demikian perlunya kajian strategi pembelajaran yang dapat meningkatkan kepercayaan diri dalam belajar mahasiswa. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh strategi *self regulated learning* berbasis *blended learning* terhadap kepercayaan diri dalam pembelajaran permainan tenis meja. Metode yang digunakan adalah *quasi eksperimental design* dengan *nonequivalent control group design*. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa program studi Pendidikan Jasmani Universitas Pendidikan Indonesia angkatan 2017. Sampel yang digunakan adalah 26 mahasiswa yang mengontrak perkuliahan pembelajaran permainan tenis meja. Dalam pengambilan sampel peneliti menggunakan teknik *purposive sampling*. Penelitian ini menggunakan instrumen berupa kuesioner kepercayaan diri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai *sig.* sebesar 0,021 kurang dari taraf signifikansi α sebesar 0,05. Disimpulkan bahwa strategi *self-regulated learning* berbasis *blended learning* memiliki pengaruh terhadap peningkatan kepercayaan diri mahasiswa dalam pembelajaran permainan tenis meja.

Kata Kunci: Kepercayaan Diri, *Self-Regulated Learning*, *Blended Learning*, Tenis Meja

ABSTRACT

Eva Sri Gumilang (1604419). The Influence of Self-Regulated Learning based Strategies Blended Learning towards Body Confidence in Learning Table Tennis Games. Under the guidance of Dra. Hj. Oom Rohmah, M. Pd. and mentor Dr. Dian Budiana, M.Pd.

Self confidence is an important aspect in developing human skills and qualities. Students are faced with various problems in learning and should have high confidence to achieve optimal learning in accordance with the objectives. Thus, a study of learning strategies that can increase confidence in student learning is needed. The purpose of this research is to know the influence of self regulated learning based on blended learning to the confidence in table tennis game learning. The method used is an experimental quasi design with Nonequivalent control group design. The population in this study is a student of the Indonesia University of Education, Physical Education Study Program 2017 force. The samples used were 26 students who signed a lesson on table tennis. In sampling researchers use purposive sampling techniques. This research uses instruments in the form of confidence questionnaires. The results showed that the value of sig. Of 0,021 was less than the significance of α of 0,05. It is concluded that the self-regulated learning strategy based on blended learning has an influence on increasing students ' confidence in the learning of table tennis games.

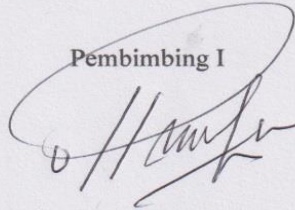
Keywords: *Self Confidence, Self Regulated-Learning, Blended Learning, Table Tennis.*

EVA SRI GUMILANG

PENGARUH STRATEGI *SELF-REGULATED LEARNING* BERBASIS
BLENDED LEARNING TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI DALAM
PEMBELAJARAN PERMAINAN TENIS MEJA

disetujui dan disahkan oleh pembimbing:

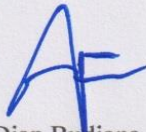
Pembimbing I



Dra. Hj. Oom Rohmah, M. Pd.

NIP. 19600518 198703 2 003

Pembimbing II



Dr. Dian Budiana, M.Pd.

NIP. 19770629 200212 1 002

Mengetahui,
Ketua Program Studi
Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
FPOK UPI



Dr. Yusuf Hidayat, M.Si.

NIP. 19680830 199903 1 001

DAFTAR ISI

| | |
|--|------|
| LEMBAR PENGESAHAN..... | i |
| LEMBAR KEASLIAN SKRIPSI..... | ii |
| PERNYATAAN..... | iii |
| UCAPAN TERIMA KASIH..... | iv |
| ABSTRAK | vi |
| ABSTRACT..... | vii |
| DAFTAR ISI..... | viii |
| DAFTAR TABEL..... | x |
| DAFTAR GAMBAR | xi |
| DAFTAR LAMPIRAN..... | xii |
| BAB 1 PENDAHULUAN | 1 |
| 1.1 Latar Belakang Penelitian | 1 |
| 1.2 Identifikasi Masalah | 3 |
| 1.3 Batasan Masalah..... | 3 |
| 1.4 Rumusan Masalah Penelitian | 4 |
| 1.5 Tujuan Penelitian..... | 4 |
| 1.6 Manfaat Penelitian..... | 5 |
| 1.7 Struktur Organisasi..... | 5 |
| BAB II KAJIAN PUSTAKA | 7 |
| 2.1 Pendidikan Jasmani | 7 |
| 2.2 Model Pembelajaran..... | 8 |
| 2.3 Strategi Pembelajaran..... | 10 |
| 2.4 <i>Self-Regulated Learning</i> | 10 |
| 2.5 <i>Blended Learning</i> | 14 |

| | |
|---|-----------|
| 2.6 Edmodo | 16 |
| 2.7 Kepercayaan Diri (<i>Self Confidence</i>)..... | 17 |
| 2.8 Tenis Meja..... | 19 |
| 2.9 Kerangka Pemikiran | 28 |
| 2.10Hipotesis Penelitian..... | 30 |
| BAB III METODE PENELITIAN..... | 31 |
| 3.1 Desain Penelitian..... | 31 |
| 3.2 Partisipan..... | 32 |
| 3.3 Populasi dan Sampel | 33 |
| 3.4 Instrumen Penelitian..... | 34 |
| 3.5 Prosedur Penelitian..... | 39 |
| 3.6 Analisis Data | 39 |
| BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN | 48 |
| 5.1 Temuan..... | 48 |
| 5.2 Pembahasan..... | 56 |
| BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN PEMBAHASAN..... | 59 |
| 5.1 Simpulan..... | 59 |
| 5.2 Implikasi..... | 59 |
| 5.3 Rekomendasi | 59 |
| DAFTAR PUSTAKA | 61 |

DAFTAR PUSTAKA

Sumber Jurnal:

- Baumeister dan Vohs. *Self-Regulation, Ego-Depletion, and Motivation. Social and Personality Psychology Compass*. (Blackwell Publishing Ltd, 2007), hlm. 1.
- Budiman, D., & Yunyun, Y. (2008). *Pengembangan Model Pembelajaran Permainan Bola Tangan Pada Kelas Besar*. Penelitian Pendidikan Jurusan Olahraga FPOK UPI.
- Borg, W.R. & Gall, M.D. (1983). *Educational research: An introduction*. Fourth Edition. New York: Longman.
- Cassidy, S. (2011) *Self-regulated learning in higher education: identifying key component processes*, *Studies in Higher Education*, 36:8, 989-1000, DOI: 10.1080/03075079.2010.503269
- Chaeruman, U. A., Wibawa, B., & Syahril, Z. (2018). *Determining the Appropriate Blend of Blended Learning: A Formative Research in the Context of Spada-Indonesia*. *American Journal of Educational Research*, 6(3), 188-195.
- Charoenwet, S., & Christensen, A. (2016). *The effect of Edmodo learning network on students' perception, self-regulated learning behaviors and learning performance*. no. *Imsci*, 297-300.
- Depdiknas. (2003). *Permainan Tenis Meja*. Jakarta: Jakarta Depdiknas 2003.
- Depdiknas. (2007). *Pengertian Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*.
- Dwi, Nino. (2016). *Pengaruh Kepercayaan Diri terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Frost, R.B. (1975). *Physical Education: Foundations, Practices and Principles*. Reading: Addison Wesley Publishing Company.
- Hamruni. (2011). *Strategi Pembelajaran. Insan Madani*. Yogyakarta.
- Hidayat & Budiman. (2000). *Pengaruh Penerapan Pendekatan Model Self-Regulated Learning Terhadap Motivasi Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Penjas di Sekolah Dasar*. Universitas Pendidikan Indonesia. E-mail: Yusup_h2000@yahoo.com.
- Hodges, L. (1996). *Table tennis: steps to success (Tenis Meja: tingkat pemula)*. Penerjemah Eri D. Nasution. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Ifdil, dkk. (2017). *Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri*. Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*,

2(3),2017, 107–113.

- Ignoffo , M. (1999). *Everything you need to know about self confidence. (Revised Edi-tion)*. New York: The Rosen Publishing Group, Inc.
- Iswidharmamanjaya & Agung. (2004). *Suatu Hari Lebih Percaya Diri*. Jakarta: Media Komputindo.
- Juliantine,T.(2012). *Penilaian Dalam Pendidikan Jasmani*.Universitas Pendidikan Indonesia.
- Juliantine, T., Toto, S., & Yunyun, Y. (2013). *Model-model Pembelajaran*. Bandung: CV. BIntang WARliArtika.
- Joyce, B., & Weil, M. (1992). *Model of Teaching*. USA: Allyn & Bacon
- Kerlinger, F. N. 1990. *Asas-asas Penelitian Behavioral. (Terjemahan Landung R Simatupang)*. Yogyakarta : Koesoemanto Gadjah Mada University Press.
- Kongchan, C. (2013). *How Edmodo and Google Docs can change traditional classrooms. In The European Conference on Language Learning 2013*.
- Lee, S., Wang, T., & Ren, X. (2019). *Inner speech in the learning context and the prediction of students ' learning strategy and academic performance. Educational Psychology, 0(0), 1–15.*
<https://doi.org/10.1080/01443410.2019.1612035>.
- Loekmono, L. (1983). *Rasa Percaya Diri Sendiri*. Salatiga: Pusat Bimbingan UKSW.
- Mardiana, A. (2014). *Pendidikan jasmani dan olahraga*.
- Mardiana, Purwadi, dan Indra. 2008. *Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Margono, G. (2005). *Pengembangan Instrumen Pengukur Rasa Percaya Diri Mahasiswa terhadap Matematika*. Jurnal Ilmu Pendidikan, Februari 2005, Jilid 12, Nomor 1.
- Nasrullah, A., Marlina, M., & Tabrani, M. B. (2017, November). *Pengembangan Perangkat Pembelajaran College Student Worksheet Berbasis E-Learning Melalui EDMODO. In Prosiding Seminar Nasional Riset Terapan/ SENASSET (pp. 242-246)*.
- Nurdyansyah, N., & Fahyuni, E. F. (2016). *Inovasi Model Pembelajaran Sesuai Kurikulum 2013*.
- Pintrich, P. R, *A Conceptual Framework for Assessing Motivation and Self-Regulated Learningin College Students. Educational Psychology Review, Vol. 16 (Springer Science, 2004), hlm. 390.*

- Rizqi, A.A., Suyitno, H., & Sudarmin (2016). *Analisis Kemampuan Komunikasi Matematis Ditinjau dari Kepercayaan Diri Siswa melalui Blended Learning*. Unnes Journal of Mathematics Education Research. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/ujmer>.
- Rusman. 2012. *Model-model Pembelajaran Mengembangkan Profesionalisme Guru*. Rajawali Pers. Jakarta.
- Shen, P. D., Lee, T. H., & Tsai, C. W. (2011). *Applying blended learning with web-mediated self-regulated learning to enhance vocational students' computing skills and attention to learn*. *Interactive Learning Environments*, 19(2), 193-209.
- Spittle, M., & Spittle, S. (2015). *Content of curriculum in physical education teacher education: expectations of undergraduate physical education students*. 2945(December). <https://doi.org/10.1080/1359866X.2015.1080813>.
- Sudrajat, A. (2008). *Pengertian pendekatan, strategi, metode, teknik, taktik, dan model pembelajaran*. (Online)(<http://smacepiring.wordpress.com>).
- Sulaisih, S. (2012). *Hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian diri pada remaja di pondok pesantren salafiyah*. Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang, Malang.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003. *Tentang Sistem Pendidikan Nasional* dalam Bab I Ketentuan Umum Pasal 1 (1).
- Valiathan, P. (2002). *Blended Learning Models*. New Delhi at PurnimaV@NIIT.com.old.astd.org/LC/2002/0802_valiathan.htm.
- Vlieghe, J. (2013). *Educational Philosophy and Theory : Physical Education as ' Means without Ends ' : Towards a new concept of physical education*. (February 2015), 37–41. <https://doi.org/10.1080/00131857.2013.785351>.
- Walter, D., & Carey, L. (1985). *The Systematic Design Of Instruction*. Glenview, Illonis: Scoot, Foresman and Company.
- Widyaningrum, D., Mariani, S., & Sutikno. 2015. "Analysis of Student's Confidence and Mathematical Communication in Reciprocal Teaching with Media „Wayang”". *Proceeding. International Conference on Mathematics, Science, and Education 2015 at Semarang State University*. Semarang, 5 – 6 September 2015.
- Zimmerman B. J. (1990) *Self-Regulated Learning and Academic Achievement: An Overview*, *Educational Psychologist*, 25:1, 3-17, DOI: 10.1207/s15326985ep2501_2.

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

Sumber Buku:

Adi, S., Operasi, P., & Perawatan, D. A. N. (1995). *Tenis meja*.

Darajat, J.K.N & Abduljabar, B (2014). *Aplikasi Statistika dalam Penjas*. Bandung, CV : Bintang Warliartika.

Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, CV.