

**MODEL PEMBELAJARAN DAN
KEBUGARAN JASMANI DALAM MENINGKATKAN *SOCIAL SKILL* SISWA**

DISERTASI

diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar Doktorat
Pendidikan Olahraga Program Studi Pendidikan Olahraga



Oleh
Indra Wiguna
NIM 1605514

**PROGRAM STUDI
PENDIDIKAN OLAHRAGA
SEKOLAH PASCA SARJANA
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2021**

**MODEL PEMBELAJARAN DAN
KEBUGARAN JASMANI DALAM MENINGKATKAN *SOCIAL SKILL* SISWA**

Oleh
Indra Wiguna
NIM 1605514

Sebuah Disertasi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Doktoral Pendidikan (Dr.) pada Sekolah Pascasarjana
Universitas Pendidikan Indonesia

© Indra Wiguna 2021
Universitas Pendidikan Indonesia
Juli 2021

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

PENGESAHAN DISERTASI

Nama : Indra Wiguna NIM. 1605514

**MODEL PEMBELAJARAN DAN
KEBUGARAN JASMANI DALAM MENINGKATKAN *SOCIAL SKILL* SISWA**

Disetujui dan disahkan oleh:

Promotor



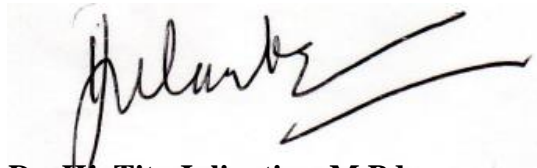
**Prof. Dr. H. Adang Suherman, M.A.
NIP. 19630618 198803 1 002**

Ko Promotor



**Prof. Dr. H. Amung Ma'Mun, M.Pd.
NIP. 19600119 198603 1 002**

Anggota



**Dr. Hj. Tite Juliantine, M.Pd.
NIP. 19680707 199203 2 001**

Mengetahui,
Ketua Program Studi



**Prof. Dr. H. Amung Ma'Mun, M.Pd.
NIP. 19600119 198603 1 002**

PERNYATAAN KEASLIAN DISERTASI

Dengan ini saya menyatakan bahwa disertasi dengan judul “**Model Pembelajaran dan Kebugaran Jasmani dalam Meningkatkan *Social Skill* Siswa**” ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya 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 di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, Juli 2021

Yang membuat pernyataan



Indra Wiguna
NIM. 1605514

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah berupa Disertasi ini. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada Rasulullah SAW.

Penyusunan Disertasi yang berjudul “Model Pembelajaran dan Kebugaran Jasmani dalam Meningkatkan *Social Skill* Siswa” ini dimaksudkan untuk memperoleh gelar Doktorat Pendidikan yang penulis tempuh selama mengikuti studi pada Program Studi Pendidikan Olahraga Sekolah Pasca Sarjana Universitas Pendidikan Indonesia.

Penulis menyadari bahwa Disertasi ini masih banyak kekurangannya dan jauh dari kesempurnaan, karena keterbatasan pengalaman, pengetahuan dan kemampuan penulis di dalam penyusunan Disertasi ini. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan demi kesempurnaan Disertasi ini.

Akhir kata penulis berharap semoga Disertasi ini dapat bermanfaat khususnya bagi penulis, umumnya bagi pembaca Disertasi ini.

Bandung, Juli 2021

Penulis



Indra Wiguna

NIM. 1605514

UCAPAN TERIMAKASIH

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga atas kehendak-Nya penulis dapat menyelesaikan tugas akhir berupa Disertasi ini dengan baik. Shalawat serta salam semoga senantiasa kita curahkan kepada junjungan Nabi besar Muhammad SAW, keluarga, sahabat serta umatnya. Disertasi berjudul “Model Pembelajaran dan Kebugaran Jasmani dalam Meningkatkan *Social Skill* Siswa” ini disusun tidak terlepas dari peran penting orang-orang yang peduli di sekitar penulis. Maka, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu terselesainya Disertasi ini, khususnya kepada:

1. Prof. Dr. H. Adang Suherman, M.A., sebagai promotor yang luar biasa dalam membimbing penelitian disertasi peneliti. Terima kasih banyak atas kesabaran memberikan bimbingan, motivasi, nasihat, arahan, dan masukan kepada peneliti terkait materi dalam penelitian sehingga dapat menyelesaikan disertasi ini.
2. Prof. Dr. H. Amung Ma'mun, M.Pd sebagai Ko – Promotor sekaligus Ketua Prodi Pendidikan Olahraga Pasca Sarjana dalam membimbing disertasi peneliti. Terima kasih banyak atas kesabaran memberikan bimbingan, motivasi, nasihat, arahan, dan masukan kepada peneliti dalam hal penulisan, sehingga dapat menyelesaikan Disertasi.
3. Dr. Hj. Tite Juliantine, M.Pd selaku anggota Promotor yang membantu peneliti dalam penulisan disertasi ini. Terima kasih banyak atas kesabaran memberikan bimbingan, motivasi, nasihat, arahan, dan masukan kepada peneliti dalam hal penulisan, sehingga dapat menyelesaikan Disertasi.
4. Dr. Yudy Hendrayana, M.Kes., AIFO selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah membimbing penulis semasa mengemban kuliah di SPS UPI ini.
5. Prof. Dr. Dimiyati, M.Si dan Dr. Agus Mahendra, M.A. selaku penguji
6. Bapak H. Agus Kuswanda dan Ibu Hj. Sulastri Nani Rohaeni sebagai orang tua penulis yang selalu mendukung penulis dalam segala hal.
7. Ikhwani Kurniati, M.Pd.I., istriku dan Arja, Adya serta Ahza anak-anakku tercinta yang selalu mendukung penulis sehingga disertasi ini selesai
8. Adi Maulana, PhD., Ian Sahrial, M.Si., Yeni Suryani, M.Pd., Dr. Andira Rahmawati, M.Si., Kakak dan Adikku tersayang

9. Keluarga Besar FPOK UPI yang telah mendukung baik moril maupun materiil saat penulis mengemban perkuliahan di kampus UPI tercinta ini.
10. Bapak Wali Kota Sukabumi dan Ibu KCD Wilayah V atas motivasinya
11. Drs. Didies Darmawan, M.Pd dan Drs. H. Jajang Priatna, M.Pd yang selalu mendukung
12. Keluarga besar, Staf Pengajar, operator dan para siswa SMKN 3 Sukabumi, Kecamatan Cikole, Kota Sukabumi, yang telah memberikan bantuan dan kesempatan di dalam penelitian, sehingga terselesaikannya Disertasi ini.
13. Rekan rekan mahasiswa di Program Studi Pendidikan Olahraga Sekolah Pasca Sarjana Universitas Pendidikan Indonesia angkatan 2016/2017 yang telah membantu peneliti selama membuat penulisan disertasi.
14. Sahabat terdekat Dede Ervan, Aa Lutfi, Febri, Reshandi, Wahyu Bolang Acenk Qzf, Sikalem Wahyu, Mr. Brunz, Sofyan Ali, Mang Ganjar, Ratih, Om Iqbal, Ang Filah, Papron, Mey, Oom, Yuen, Kang Denda, Kang Hijaz, Kang Denda, Kang Yanwar dan Mang Adin yang selalu mendukung
15. Keluarga Besar KORMI, IGORA, IGORNAS, KONI, FOKSI, FHI Kota Sukabumi, PJKR 2002 FPOK UPI Bandung.
16. Semua pihak yang memberikan bantuan kepada peneliti dalam penyelesaian disertasi ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Semoga amal baik yang telah mereka berikan kepada penulis mendapatkan balasan pahala yang berlipat ganda dan selalu dalam rahmat serta ridho dari Allah SWT. Aamiin.

Akhir kata, penulis berharap agar Disertasi ini dapat bermanfaat bagi para pembaca umumnya dan penulis khususnya.

Bandung, Juli 2021

Penulis



Indra Wiguna

MODEL PEMBELAJARAN DAN KEBUGARAN JASMANI DALAM MENINGKATKAN *SOCIAL SKILL* SISWA

Indra Wiguna*, Adang Suherman, Amung Ma'mun, & Tite Juliantine

ABSTRAK

Penelitian ini mengarahkan kepada perkembangan keterampilan sosial siswa melalui dua model pembelajaran pendidikan jasmani yang berbeda antara *Teaching Games for Understanding* dan *Direct Instruction* serta ditinjau dari kondisi kebugaran jasmani siswa. Tujuan dari penelitian ini adalah menguji efektivitas model pembelajaran *Teaching Games for Understanding* yang dibandingkan dengan model pembelajaran *Direct Instruction* sebagai upaya meningkatkan keterampilan sosial. Metode dalam penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain faktorial 2x2. Partisipan dalam penelitian ini adalah siswa SMKN 3 Sukabumi yang berjumlah 80 siswa. Instrumen yang digunakan adalah Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI) dan angket keterampilan sosial siswa (CARES). Teknik analisis data menggunakan uji ANAVA Faktorial. Hasil mengungkapkan bahwa perkembangan keterampilan sosial dengan *Teaching Games for Understanding* lebih baik dibandingkan *Direct Instruction*, siswa dengan kondisi kebugaran jasmani tinggi mengungkapkan lebih baik melakukan pembelajaran dengan *Teaching Games for Understanding*, sedangkan siswa dengan kondisi kebugaran jasmani rendah mengalami peningkatan keterampilan sosial melalui *Direct Instruction*. Model pembelajaran *Teaching Games for Understanding* dapat dijadikan salah satu alternatif model pembelajaran untuk meningkatkan keterampilan sosial siswa.

Kata Kunci: Model Pembelajaran, Kebugaran Jasmani, Keterampilan Sosial

LEARNING MODEL AND PHYSICAL FITNESS IN IMPROVING STUDENT'S SOCIAL SKILL

Indra Wiguna*, Adang Suherman, Amung Ma'mun, Tite Juliantine

ABSTRACT

This study leads to the development of students' social skills through two different physical education learning models between Teaching Games for Understanding and Direct Instruction and in terms of students' physical fitness conditions. The purpose of this study was to examine the effectiveness of the Teaching Games for Understanding learning model compared to the Direct Instruction learning model as an effort to improve social skills. The method in this study uses an experimental method with a 2x2 factorial design. Participants in this study were students of SMKN 3 Sukabumi, totaling 80 students. The instruments used are Indonesian physical fitness test instruments (TKJI) and student social skills questionnaires (CARES). The data analysis technique used factorial ANOVA test. The results reveal that the development of social skills with Teaching Games for Understanding is better than Direct Instruction, students with high physical fitness conditions express better learning with Teaching Games for Understanding, while students with low physical fitness conditions experience an increase in social skills through Direct Instruction. Teaching Games for Understanding learning model can be used as an alternative learning model to improve students' social skills.

Keywords: *Learning Model, physical fitness, 'social skills*

DAFTAR ISI

PENGESAHAN DISERTASI.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN DISERTASI	iv
KATA PENGANTAR	v
UCAPAN TERIMAKASIH.....	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang Penelitian	1
1.2. Rumusan Masalah.....	9
1.3. Tujuan	10
1.4. Manfaat Penelitian	10
1.4.1. Secara teoretis	10
1.4.2. Secara praktis	11
1.5. Sistematika Organisasi Disertasi.....	11
BAB II KAJIAN PUSTAKA	12
2.1. Kajian Pustaka	12
2.1.1. Keterampilan Sosial (<i>Social Skill</i>).....	12
2.1.2. Konsep Belajar dan Pembelajaran.....	21
1. Belajar	21
1. Pembelajaran	23
2.1.3. Model Pembelajaran dalam Pendidikan Jasmani	25
2.1.4. Konsep Kebugaran Jasmani	43
2.2. Hasil Penelitian Terdahulu.....	44
2.3. Kerangka Berfikir	54
2.4. Hipotesis Penelitian	56
BAB III METODE PENELITIAN.....	57
3.1. Desain Penelitian	57
3.2. Lokasi, Populasi, dan Sampel Penelitian	59
3.2.1. Lokasi Penelitian	59

3.2.2. Populasi	59
3.2.3. Sampel.....	59
3.3. Instrumen Penelitian	62
3.3.1. Instrumen Tes Kebugaran Jasmani	62
3.3.2. Instrumen Angket Keterampilan Sosial/ <i>Social Skill</i>	65
3.4. Prosedur Penelitian	69
3.5. Analisis Data	74
BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN	77
4.1. Temuan	77
4.1.1. Deskripsi Hasil Penghitungan Data.....	77
4.1.2. Hasil Penghitungan Uji Normalitas.....	78
4.1.3. Hasil Perhitungan Uji Homogenitas.....	79
4.1.4. Pengujian Hipotesis	80
4.1.4.1. Hipotesis 1	80
4.1.4.2. Hipotesis 2	81
4.1.4.3. Hipotesis 3	83
4.1.4.4. Hipotesis 4	84
4.2. Pembahasan.....	85
4.2.1. Terdapat perbedaan pengaruh antara model pembelajaran TGfU dan DI terhadap keterampilan sosial	85
4.2.2. Terdapat interaksi antara model pembelajaran dan kebugaran jasmani yang memberikan perbedaan pengaruh terhadap keterampilan sosial . 90	
4.2.3. Terdapat perbedaan pengaruh antara model pembelajaran TGfU dan DI terhadap keterampilan sosial pada siswa yang memiliki kebugaran jasmani tinggi.	92
4.2.4. Tidak terdapat perbedaan pengaruh antara model pembelajaran TGfU dan DI terhadap hasil belajar keterampilan sosial pada siswa yang memiliki kebugaran jasmani rendah.....	94
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI	98
5.1. Simpulan	98
5.2. Implikasi	101
5.3. Rekomendasi.....	103
DAFTAR PUSTAKA	104
LAMPIRAN	110
RIWAYAT HIDUP	170

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Desain Faktorial 2 x 2	58
Tabel 3.2. Komposisi Pengelompokan Sampel Penelitian.....	62
Tabel 3.3. Kisi-kisi Angket Keterampilan Sosial.....	65
Tabel 3.4. Skor Alternatif Jawaban.....	66
Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas Angket Keterampilan Sosial Siswa.....	67
Tabel 3.6 Kisi-kisi Angket Keterampilan Sosial Setelah Uji Coba	69
Tabel 3.7. Program Pembelajaran	70
Tabel 3.8 Skenario Proses Belajar Mengajar Model Pembelajaran TGFU dan DI72	
Tabel 4.1. Deskripsi Data.....	77
Tabel 4.2. Hasil Penghitungan Uji Normalitas	78
Tabel 4.3. Hasil Penghitungan Uji Homogenitas.....	79
Tabel 4.4. Hasil Perhitungan <i>Tests of Between-Subjects Effects</i>	80
Tabel 4.5 Analisis Interaksi Model Pembelajaran dengan Kebugaran Jasmani terhadap peningkatan keterampilan sosial siswa.....	81
Tabel 4.6. Hasil Penghitungan Uji Tukey Pada Kelompok Model Pembelajaran dengan Kebugaran Jasmani Tinggi	83
Tabel 4.7. Hasil Perhitungan Uji Tukey Pada Kelompok Model Pembelajaran dengan Kebugaran Jasmani Rendah.....	84

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Teaching Game for Understanding (TGfU)	41
Gambar 4.1 Interaksi Model Pembelajaran dan Kebugaran Jasmani	82

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skenario Pembelajaran.....	110
Lampiran 2 Angket Keterampilan Sosial.....	127
Lampiran 3 Data Kebugaran Jasmani Siswa.....	135
Lampiran 4 Data Keterampilan Sosial Siswa.....	143
Lampiran 5 Penghitungan Statistika	156
Lampiran 6 SK Promotor Disertasi	164
Lampiran 7 Surat Izin Penelitian	165
Lampiran 8 Surat Balasan Telah Melaksanakan Penelitian.....	166
Lampiran 9 Dokumentasi Penelitian.....	167