

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral yang tidak dapat dipisahkan dari proses pendidikan. Pendidikan jasmani melibatkan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga yang terpilih dalam pelaksanaan pembelajarannya demi mencapai tujuan pendidikan. Pendidikan jasmani merupakan mata pelajaran wajib dalam kurikulum pendidikan yang menuntut peserta didik untuk memiliki berbagai kemampuan dalam ranah kognitif, afektif, maupun psikomotorik. Pendidikan jasmani memberikan pengalaman belajar kepada anak-anak dan remaja yang membantu mereka dalam memperoleh keterampilan psikomotor, pemahaman kognitif, dan keterampilan sosial dan emosional yang mereka butuhkan untuk menjalani kehidupan yang aktif secara fisik (UNESCO, 2015).

Pada saat ini, kalangan masyarakat luas masih memandang pendidikan jasmani merupakan mata pelajaran yang terfokus pada aspek fisik semata. Bahkan, dalam implementasinya juga seringkali pembelajaran pendidikan jasmani hanya terfokus pada pengembangan pada aspek tubuh saja. Hal ini tentunya tidak mencerminkan kebermaknaan pendidikan jasmani yang mengarah pada peningkatan potensi siswa secara menyeluruh pada ranah kognitif, afektif, maupun psikomotorik.

Aspek lain dari tujuan pendidikan jasmani adalah kebutuhan setiap individu untuk mengembangkan konsep diri yang sesuai. Selain pengetahuan dan keterampilan akademik, siswa harus mengembangkan serangkaian sikap yang penting untuk kinerja akademik di kelas mereka (Farrington et al., 2012). Peserta perlu mengembangkan sikap yang baik terhadap diri mereka sendiri sebagai orang yang dewasa. Sikap ini mencakup berbagai hal seperti motivasi dalam belajar dan kesadaran diri (*self awareness*) yang dapat menjadi titik awal siswa melakukan berbagai perubahan perilaku yang bermanfaat bagi perkembangan mereka.

Peran guru sangatlah penting dalam mengembangkan potensi siswa. Guru yang sukses bukan hanya presenter yang karismatik dan persuasif. Guru yang sukses harus dapat melibatkan siswa dalam tugas-tugas kognitif dan sosial yang kuat dan mengajar siswa bagaimana menggunakannya secara produktif. Guru memiliki peranan menyampaikan informasi dengan baik, membimbing, dan membentuk keterampilan peserta didik sehingga guru dituntut untuk memiliki berbagai kompetensi tertentu, agar dapat mengembangkan potensi peserta didik melalui berbagai model pembelajaran. Seperti yang dikemukakan oleh Jude et al., (2014) bahwa hasil belajar akan dipengaruhi oleh model pembelajaran, desain kurikulum, dan strategi pengajaran.

Guru adalah faktor kunci dalam memotivasi siswa untuk terlibat dengan kegiatan belajar dalam konteks pendidikan mereka. Guru perlu melakukan berbagai upaya untuk membangkitkan motivasi siswa karena dalam kegiatan belajar mengajar, motivasi adalah konstruksi yang tak terelakkan yang membangkitkan dan menopang pembelajaran yang efektif (Sogunro, 2014). Upaya-upaya yang dapat dilakukan salah satunya yaitu dengan mengimplementasikan model pembelajaran yang tepat agar peserta didik dapat termotivasi belajarnya. Siswa yang termotivasi menggunakan strategi belajar lebih sering, memiliki keinginan yang lebih kuat untuk belajar, dan dengan demikian menetapkan tujuan yang lebih dan lebih tinggi untuk diri mereka sendiri, dan mereka lebih gigih dalam belajar (Koca, 2016)

Pada kenyataannya, masih banyak implementasi pembelajaran pendidikan jasmani yang belum dapat mengantarkan peserta didik mengembangkan potensi yang dimilikinya terutama dalam aspek afektif. Implementasi pembelajaran pendidikan jasmani masih terfokus pada pengembangan keterampilan fisik semata sehingga memunculkan berbagai permasalahan seperti hasil penelitian yang dilakukan oleh Sin & Hudayani, (2020) yang mengemukakan tingkat ketercapaian skor motivasi intrinsik dan ekstrinsik dalam pembelajaran pendidikan jasmani siswa masih rendah. Dari hasil penelitiannya didapat ketercapaian skor motivasi intrinsik siswa dalam mengikuti proses belajar mengajar pendidikan jasmani, sebesar 37,72 %. Sedangkan ketercapaian skor motivasi ekstrinsik siswa dalam mengikuti

proses belajar mengajar pendidikan jasmani, sebesar 42,98 %. Juga dilihat dari observasi peneliti dalam aktivitas pembelajaran pendidikan jasmani di SMP Modern Riyadhul Jannah, peserta didik pada pembelajaran pendidikan jasmani terkesan pasif. Peserta didik seringkali tidak merespon atau abai terhadap informasi pembelajaran yang diberikan guru, tidak semangat dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran, dan banyak siswa yang tidak ikut serta dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani dengan berbagai alasan seperti tidak membawa pakaian olahraga. Jika hal tersebut tidak mendapat perhatian khusus, maka akan menimbulkan dampak yang kurang baik bagi keberhasilan pembelajaran pendidikan jasmani, karena motivasi ini sangat penting dalam mendukung kegiatan belajar siswa. Dengan adanya motivasi dalam diri siswa, akan mendorong semangat siswa untuk melaksanakan proses pembelajaran dengan baik sehingga siswa memperoleh keberhasilan dalam belajarnya.

Keberhasilan pembelajaran juga dapat dipengaruhi oleh faktor psikologis lainnya misalnya kesadaran diri (*self awareness*) (Handayani & Septhiani, 2021). Kesadaran diri merupakan salah satu faktor yang dapat membuat perubahan perilaku pada diri seseorang. kesadaran akan kelemahan, kesalahan, dan emosi diri sendiri ataupun lingkungannya cenderung menjadi titik awal untuk merubah perilaku seseorang ke arah yang lebih baik dan kesadaran diri memungkinkan dapat mempengaruhi keputusan-keputusan perilaku yang akan dimunculkan selanjutnya ke arah keputusan yang lebih tepat dan terhindar dari kesalahan-kesalahan dalam perilaku saat pembelajaran. Seperti yang disampaikan oleh Steiner, (2014) bahwa tanpa keterampilan kesadaran diri, pemikiran dapat terdistorsi oleh "penipuan diri", sebuah proses berpikir yang dapat menyebabkan seseorang salah informasi dan menyebabkan mereka salah berkomunikasi, salah belajar, dan salah memberi informasi kepada orang lain. Tanpa menyadari apa yang seseorang rasakan, seseorang tidak akan mampu bertindak dan berpikir tepat sesuai dengan situasi yang ada. Dengan adanya kesadaran diri, siswa dapat mendorong, menggerakkan diri dan memosisikan dirinya sebagai pelajar seutuhnya yang mempunyai arti yaitu seseorang yang belajar dan seseorang yang berusaha mengembangkan potensi diri melalui

proses pembelajaran. Maka dari itu, kesadaran diri ini merupakan titik awal terjadinya perubahan dalam diri siswa untuk mencapai hasil belajar yang baik.

Berdasarkan hasil penelitian pada siswa sekolah menengah kelas VIII yang dilakukan oleh Pradita, (2018) mengungkapkan bahwa kesadaran diri sebagian besar siswa masih rendah. Dari hasil penelitiannya, sebanyak 36 % siswa berada dalam tingkat kesadaran diri yang sangat tinggi dan tinggi, sebanyak 3 % berada dalam tingkat kesadaran diri sedang, dan sebanyak 61 % siswa berada dalam tingkat kesadaran diri yang rendah. Kemudian, dari hasil observasi yang dilakukan peneliti dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, masih banyak siswa yang tidak ikut serta dalam mengikuti kegiatan pembelajaran seperti siswa yang tidak memakai pakaian olahraga pada saat ada jadwal pelajaran pendidikan jasmani, siswa yang hanya duduk-duduk saja di pinggir lapangan, serta siswa masih banyak yang hanya bermain-main saja dan banyak bercanda pada saat mengikuti pembelajaran seolah-olah siswa tersebut tidak sadar bahwa mereka merupakan pelajar yang mempunyai tugas yaitu melakukan proses belajar pada saat melakukan kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani dan siswa tidak sadar untuk mencapai kesuksesan belajar perlu adanya usaha yang gigih. Kemudian, masih seringkali adanya siswa yang mengulangi kesalahan yang dilakukan, seolah-olah siswa mengabaikan nasihat, kritik, dan pandangan orang lain terhadap dirinya. Dengan begitu, siswa tidak akan pernah mawas diri atas kekurangan-kekurangan yang ada pada dirinya sehingga hal tersebut menjadi masalah bagi perkembangan dirinya. Selain itu, jika hal ini dibiarkan begitu saja tentu akan mempengaruhi hasil belajar siswa dan siswa tidak akan terpacu untuk melakukan perubahan-perubahan yang ada dalam diri siswa itu sendiri.

Kegiatan belajar siswa dapat terlaksana jika siswa mempunyai kemauan dan kesadaran diri dalam diri siswa itu sendiri untuk bergerak merubah perilaku-perilaku ke arah yang lebih baik. Dengan kata lain, siswa yang berperan besar atas perubahan-perubahan perilaku yang terjadi dalam dirinya dengan didasarkan kemauan dan kesadaran diri siswa sehingga siswa akan lebih semangat dalam melakukan kegiatan belajar. Maka dari itu, dirasa penting untuk meningkatkan motivasi dan kesadaran diri siswa agar dapat

memicu dan mendorong siswa untuk melakukan perubahan-perubahan yang bermanfaat bagi dirinya dan keberhasilan belajar pendidikan jasmani.

Pendidikan jasmani sebagai salah satu wadah pembelajaran siswa di sekolah, mempunyai peranan penting dalam memfasilitasi siswa dalam mengembangkan berbagai potensi dan membantu siswa agar dapat bergerak mengikuti proses pembelajaran sehingga siswa dapat mengembangkan dirinya secara keseluruhan dari berbagai aspek tak terkecuali aspek afektif yang diantaranya motivasi dan kesadaran diri. Untuk mencapai hal tersebut, proses pembelajaran pendidikan jasmani perlu dikemas dengan berbagai metode pembelajaran seperti pendekatan, gaya, strategi, atau model pembelajaran yang dapat memberikan manfaat lebih bagi siswa.

Berdasarkan hasil observasi peneliti, implementasi proses pembelajaran saat ini masih belum dapat memfasilitasi siswa dalam mengembangkan potensinya secara menyeluruh. Proses pembelajaran pendidikan jasmani seringkali masih menggunakan cara yang lama (konvensional) dengan interaksi secara satu arah. Guru secara langsung menyampaikan informasi materi pelajaran dan siswa pasif hanya mendengarkan informasi yang disampaikan oleh guru. Kemudian guru memberikan tugas dan latihan yang harus dilakukan oleh siswa, dalam hal ini guru sebagai penyaji materi belajar dan siswa sebagai penerima informasi.

Pembelajaran pendidikan jasmani juga seringkali hanya terfokus pada penekanan aspek psikomotorik saja, dan masih lemah penekanannya dalam mengembangkan aspek lainnya seperti aspek afektif. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya kinerja guru pendidikan jasmani dari kompetensi pedagogi masih dalam kategori kurang baik (Afrizal, 2020). Kompetensi pedagogi ini meliputi perancangan pembelajaran termasuk menentukan model pembelajaran yang digunakan dalam proses pembelajaran. Bahkan masih banyak guru pendidikan jasmani yang belum dapat menyebutkan jenis-jenis model pembelajaran dan penerapannya di lapangan (Gustiawati, 2017). Guru pendidikan jasmani cenderung masih banyak menggunakan pendekatan pembelajaran konvensional dengan guru memberikan materi pelajaran secara verbal dan intruksi atau penugasan secara langsung, kemudian siswa

mengikuti intruksi atau penugasan yang disampaikan oleh guru sehingga proses pembelajarannya berpusat pada guru. Selain itu, intruksi dan tugas yang diberikan juga tak jarang menekankan pada penguasaan teknik dasar materi kecabangan olahraga dengan metode *drilling*.

Self regulated learning memungkinkan ada keterkaitan dengan motivasi dan kesadaran diri siswa. Schunk & Zimmerman, (2013) mengemukakan bahwa *self regulated learning* mengacu pada pemikiran, perasaan, dan perilaku yang dihasilkan diri sendiri dengan berorientasi pada pencapaian tujuan. Dengan adanya penetapan tujuan memungkinkan siswa dapat terdorong untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Penetapan tujuan juga dapat menciptakan rasa pencapaian dan pencapaian mengubah motivasi intrinsik individu (Gómez-Miñambres, 2012). Kemudian, Kolovelonis et al., (2020) mengemukakan bahwa sifat siklus dalam *self regulated learning* menunjukkan bahwa keyakinan dan refleksi diri di setiap fase dapat mempengaruhi upaya belajar di fase berikutnya. Dalam penerapan model *self regulated learning* meminta siswa untuk melakukan refleksi secara komprehensif atas kinerja mereka (Yan, 2020). Dengan refleksi diri, siswa melakukan penilaian terhadap kemampuan diri sendiri dengan membandingkan tujuan pembelajaran dengan kemampuan yang sudah diperoleh dari pembelajaran yang sudah dilakukan. Dengan mengetahui kemampuan atau hasil belajarnya, memungkinkan siswa dapat terdorong untuk belajar lebih giat. Apalagi jika hasil belajar itu mengalami kemajuan, siswa mungkin akan berusaha mempertahankannya atau bahkan termotivasi untuk dapat meningkatkannya (Suprihatin, 2019). Kemudian dengan melakukan refleksi diri juga memungkinkan dapat meningkatkan kesadaran diri siswa, seperti yang disampaikan oleh (Gardner, 2001) bahwa faktor yang mendorong kesadaran diri, salah satunya dengan cara mendorong siswa meluangkan waktu beberapa menit di kelas untuk merefleksikan diri.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti beranggapan dengan penerapan model *self regulated learning* dalam pembelajaran pendidikan jasmani maka memungkinkan siswa termotivasi belajarnya dan kesadaran diri (*self awareness*) siswa akan meningkat. Oleh karena itu, maka penulis tertarik

untuk melakukan penelitian mengenai **“Pengaruh Model *Self Regulated Learning* terhadap Peningkatan Motivasi Belajar dan Kesadaran Diri (*Self Awareness*) Siswa dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani”**.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah di uraikan, maka perlu disusun perumusan masalah agar penelitian ini dapat dilakukan sebaik baiknya. Adapun rumusan masalah dalam penelitian, sebagai berikut:

1. Apakah terdapat pengaruh dari model *self regulated learning* terhadap motivasi belajar siswa?
2. Apakah terdapat pengaruh dari model *self regulated learning* terhadap kesadaran diri (*self awareness*) siswa?
3. Manakah yang lebih baik antara model *self regulated learning* dan pembelajaran konvensional terhadap peningkatan motivasi belajar dan kesadaran diri (*self awareness*) siswa?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui dan menganalisis mengenai pengaruh dari model *self regulated learning* terhadap motivasi belajar siswa.
2. Untuk mengetahui dan menganalisis mengenai pengaruh dari model *self regulated learning* terhadap kesadaran diri (*self awareness*) siswa.
3. Untuk mengetahui mana yang lebih baik antara model *self regulated learning* dan pembelajaran konvensional terhadap peningkatan motivasi belajar dan kesadaran diri (*self awareness*) siswa.

D. Manfaat/Signifikansi Penelitian

Adapun kegunaan yang diharapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut

1. Manfaat / signifikansi dari segi teori
 - a. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemikiran baru dan dapat menjadi bahan kajian untuk penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh model *self regulated learning* terhadap peningkatan motivasi belajar dan kesadaran diri (*self awareness*) siswa.

- b. Penelitian ini juga diharapkan dapat menambah khasanah ilmu pengetahuan dalam bidang pendidikan di Indonesia
2. Manfaat / signifikansi dari segi praktik
- a. Kegunaan untuk sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi untuk mengetahui pengaruh model *self regulated learning* terhadap peningkatan motivasi belajar dan kesadaran diri (*self awareness*) siswa.
 - b. Kegunaan untuk guru

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan referensi kepada para guru untuk mengetahui pengaruh model *self regulated learning* terhadap peningkatan motivasi belajar dan kesadaran diri (*self awareness*) siswa.
 - c. Kegunaan untuk penulis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan penulis tentang bagaimana pengaruh model *self regulated learning* terhadap peningkatan motivasi belajar dan kesadaran diri (*self awareness*) siswa khususnya pada mata pelajaran pendidikan jasmani.

E. Struktur Organisasi

Penulis menguraikan struktur organisasi dalam penyusunan tesis ini, sebagai berikut:

1. Bab I: Pendahuluan

Menjelaskan tentang latar belakang penelitian, identifikasi masalah penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi tesis.

2. Bab II: Kajian Pustaka

Menjelaskan tentang studi literatur, pendapat para ahli, teori tentang variabel yang sedang dikaji (*state of the art*), penelitian yang relevan, kerangka pemikiran, dan hipotesis penelitian.

3. Bab III: Metode Penelitian

Menjelaskan tentang lokasi dan populasi/sampel penelitian, desain penelitian, metode penelitian, defenisi operasional, instrumen penelitian, proses pengembangan instrumen, teknik pengumpulan data, dan analisis data.

4. Bab IV: Temuan dan Pembahasan

Menjelaskan tentang hasil penelitian dengan menggunakan pengolahan atau analisis data untuk menghasilkan temuan yang berkaitan dengan masalah penelitian, pertanyaan penelitian, hipotesis, tujuan penelitian dan pembahasan atau analisis temuan.

5. Bab V: Simpulan, Implikasi, dan Rekomendasi

Menjelaskan tentang kesimpulan dan saran yang menyajikan penafsiran dan pemaknaan peneliti terhadap hasil analisis temuan penelitian.