

**EFEKTIVITAS PEMBELAJARAN PENJAS BERBASIS
DARING TERHADAP TINGKAT KEMANDIRIAN BELAJAR
SISWA**

(Penelitian Ex-Post Facto Terhadap Siswa Kelas IX SMPN 15 Bandung)

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagai Bagian Dari Persyaratan Untuk Medapatkan
Gelar Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan
Rekreasi



oleh :

Erin Septiani

NIM 1901350

PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN

UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA

2022/2023

**EFEKTIVITAS PEMBELAJARAN PENJAS BERBASIS DARING
TERHADAP TINGKAT KEMANDIRIAN BELAJAR SISWA**

Oleh
Erin Septiani
NIM. 1901350

Sebuah Skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi FPOK UPI
Bandung

© Erin Septiani 2022
Universitas Pendidikan Indonesia
Juni 2022

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

LEMBAR PENGESAHAN

ERIN SEPTIANI

1901350

**EFEKTIVITAS PEMBELAJARAN PENJAS BERBASIS DARING
TERHADAP TINGKAT KEMANDIRIAN BELAJAR SISWA**

Disetujui dan disahkan oleh dosen pembimbing

Dosen Pembimbing I



Dr. Hj. Tite Juliantine, M.Pd.,
NIP. 196807071992032001

Dosen Pembimbing II



Dr. H. Yunyun Yudiana, M.Pd.,
NIP. 196506141990011001

Mengetahui,

Ketua Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Dr. Yusuf Hidayat, M.Si.,
NIP. 196808 301999031

ABSTRAK

EFEKTIVITAS PEMBELAJARAN PENJAS BERBASIS DARING TERHADAP TINGKAT KEMANDIRIAN BELAJAR SISWA

ERIN SEPTIANI

erinseptiani08@upi.edu

Program Studi PJKR, Universitas Pendidikan Indonesia

Pembimbing I: Dr. Hj. Tite Juliantine, M.Pd.

Pembimbing II: Dr. Yyun Yudiana, M.Pd.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah pembelajaran penjas secara daring bisa meningkatkan kemandirian siswa kelas IX di SMPN 15 Bandung. Metode yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu ex-post facto dengan teknik pengambilan data menggunakan kuesioner (angket). Instrumen yang digunakan yaitu instrument kemandirian belajar siswa (Steinberg, 1993). Sampel dalam penelitian ini yaitu 33 siswa kelas IX di SMPN 15 Bandung. Instrumen yang digunakan yaitu angket yang berjumlah 34 butir soal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran yang dilakukan secara daring dapat meningkatkan kemandirian siswa. Ini dibuktikan dengan hasil uji kemandirian siswa saat daring yang cukup tinggi. Hasil penelitian angket diperoleh berdasarkan indikator kemandirian emosional berada pada kategori “sangat tinggi” sebesar 3% (1 siswa), “tinggi” sebesar 52% (17 siswa), “cukup” sebesar 45% (15 siswa), “rendah” sebesar 0% (0 siswa), “sangat rendah” sebesar 0% (0 siswa), berdasarkan indikator kemandirian perilaku berada pada kategori “sangat tinggi” sebesar 33% (11 siswa), “tinggi” sebesar 42% (14 siswa), “cukup” sebesar 24% (8 siswa), “rendah” (0 siswa), “sangat rendah” sebesar (0 siswa) dan berdasarkan indikator kemandirian nilai berada pada kategori “sangat tinggi” sebesar 30% (10 siswa), “tinggi” sebesar 39% (13 siswa), “cukup” sebesar 24% (8 siswa), “rendah” sebesar 6% (2 siswa), “sangat rendah” sebesar (0 siswa).

Kata Kunci: Kemandirian Belajar, Penjas, Daring

ABSTRACT
THE EFFECTIVENESS OF ONLINE-BASED PHYSICAL EDUCATION
LEARNING ON THE LEVEL OF STUDENT INDEPENDENCE

ERIN SEPTIANI

Erinseptiani08@upi.edu

Study Program PJKR, Indonesian University of Education

Advisor I: Dr. Hj. Tite Juliantine, M.Pd.

Advisor II: Dr. H. Yunyun Yudiana, M.Pd.

This study aims to determine whether online physical education learning can increase the independence of class IX students at SMPN 15 Bandung. The method used in this study, namely ex-post facto with data collection techniques using a questionnaire (questionnaire). The instrument used is the instrument of student learning independence (Steinberg, 1993). The sample in this study were 33 students of class IX at SMPN 15 Bandung. The instrument used is a questionnaire with 34 questions. The results showed that online learning could increase students' independence. This is evidenced by the results of the student's online independence test which is quite high. The results of the questionnaire research were obtained based on indicators of emotional independence in the "very high" category of 3% (1 student), "high" of 52% (17 students), "enough" of 45% (15 students), "low" of 0% (0 students), "very low" at 0% (0 students), based on behavioral independence indicators are in the "very high" category of 33% (11 students), "high" 42% (14 students), "enough" by 24% (8 students), "low" (0 students), "very low" by (0 students) and based on the indicators of independence the score was in the "very high" category of 30% (10 students), "high" of 39% (13 students), "enough" at 24% (8 students), "low" at 6% (2 students), "very low" at (0 students).

Keywords: Independent Learning, Physical Education, Online

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN.....	3
ABSTRAK.....	4
ABSTRACT.....	5
DAFTAR ISI	6
DAFTAR GAMBAR.....	9
DAFTAR TABEL	10
BAB I	Error! Bookmark not defined.
PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
1.1 Latar Belakang	Error! Bookmark not defined.
1.2 Identifikasi Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
1.3 Rumusan Masalah Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1.4 Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1.5 Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1.6 Struktur Organisasi	Error! Bookmark not defined.
BAB II.....	Error! Bookmark not defined.
KAJIAN PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
2.1 Teori Pembelajaran.....	Error! Bookmark not defined.
2.1.1 Teori Behavioristik.....	Error! Bookmark not defined.
2.1.2 Teori Kognivistik	Error! Bookmark not defined.
2.1.3 Teori Humanistik	Error! Bookmark not defined.
2.1.4 Teori Konstruktivistik.....	Error! Bookmark not defined.
2.2 Pembelajaran Penjas.....	Error! Bookmark not defined.
2.3 Pembelajaran Penjas Melalui Daring	Error! Bookmark not defined.
2.4 Implementasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dalam Kurikulum 2013.....	Error! Bookmark not defined.
2.5 Kelebihan dan Kekurangan Pembelajaran Daring	Error! Bookmark not defined.
2.6 Faktor Penentu Keberhasilan Dalam Pembelajaran Daring.....	Error! Bookmark not defined.
2.7 Efektifitas Pembelajaran	Error! Bookmark not defined.

2.8	Konsep Umum Kemandirian.....	Error! Bookmark not defined.
2.9	Ciri – Ciri Kemandirian	Error! Bookmark not defined.
2.10	Indikator Kemandirian.....	Error! Bookmark not defined.
2.11	Penelitian Terdahulu.....	Error! Bookmark not defined.
2.12	Kerangka Berfikir	Error! Bookmark not defined.
2.13	Hipotesis.....	Error! Bookmark not defined.
BAB III		Error! Bookmark not defined.
METODOLOGI PENELITIAN		Error! Bookmark not defined.
3.1	Desain Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.2	Tempat dan Waktu Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.3	Populasi dan Sampel	Error! Bookmark not defined.
3.3.1	Populasi.....	Error! Bookmark not defined.
3.3.2	Sampel.....	Error! Bookmark not defined.
3.4	Instrumen Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.5	Teknik pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
3.6	Prosedur Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.7	Uji Coba Angket.....	Error! Bookmark not defined.
3.8	Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
3.9	Uji Validitas dan Reabilitas.....	Error! Bookmark not defined.
BAB IV.....		Error! Bookmark not defined.
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....		Error! Bookmark not defined.
4.1	Hasil Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
4.1.1	Kemandirian Emosional	Error! Bookmark not defined.
4.1.2	Kemandirian Prilaku	Error! Bookmark not defined.
4.1.3	Kemandirian Nilai.....	Error! Bookmark not defined.
4.2	Pembahasan.....	Error! Bookmark not defined.
4.2.1	Kemandirian Emosional	Error! Bookmark not defined.
4.2.2	Kemandirian Prilaku	Error! Bookmark not defined.
4.2.3	Kemandirian Nilai.....	Error! Bookmark not defined.
BAB V.....		Error! Bookmark not defined.
KESIMPULAN DAN SARAN		Error! Bookmark not defined.
5.1	Kesimpulan.....	Error! Bookmark not defined.

5.2	Implikasi	Error! Bookmark not defined.
5.3	Saran	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA		11
LAMPIRAN		Error! Bookmark not defined.

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Tampilan Desain Penelitian ex post facto.....	35
Gambar 3.2 Tampilan Instrument Angket Via google form.....	39
Gambar 4.1 Diagram Batang Berdasarkan Kemandirian Emosional.....	46
Gambar 4.2 Diagram Batang Berdasarkan Kemandirian Prilaku.....	48
Gambar 4.3 Diagram Batang Berdasarkan Kemandirian Nilai.....	49

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kelebihan dan Kekurangan Teori Behavioristik.....	8
Tabel 2.2 Kelebihan dan Kekurangan Teori Kognitivistik.....	10
Tabel 2.3 Kelebihan dan Kekurangan Teori Humanistik.....	12
Tabel 2.4 Kelebihan dan Kekurangan Teori Humanistik.....	13
Tabel 3.1 Jumlah Populasi.....	36
Tabel 3.2 Jumlah Sampel.....	40
Tabel 3.3 Penskoran Skala Pengukuran	38
Tabel 3.4 Kisi-Kisi Instrumen Penelitian.....	39
Tabel 3.5 Kriteria Reliabilitas.....	43
Tabel 4.1 Deskriptif Statistik Indikator Kemandirian Emosional.....	45
Tabel 4.2 Norma Penilaian Indikator Kemandirian Emosional.....	45
Tabel 4.3 Deskriptif Statistik Indikator Kemandirian Prilaku	47
Tabel 4.4 Norma Penilaian Indikator Kemandirian Prilaku.....	47
Tabel 4.5 Deskriptif Statistik Indikator Kemandirian Nilai.....	48
Tabel 4.6 Norma Penilaian Indikator Kemandirian Nilai.....	49

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, Z., Hudaya, A., & Anjani, D. (2020). Efektivitas Pembelajaran Jarak Jauh Pada Masa Pandemi Covid-19. *Research And Development Journal Of Education*, 1(1), 131. <https://doi.org/10.30998/Rdje.V1i1.7659>
- Abduljabar, B. (2011). Pengertian pendidikan jasmani. *Ilmu Pendidikan*, 36, 1991.
- Aji, W., Dewi, F., Kristen, U., & Wacana, S. (2020). Dampak Covid-19 Terhadap Implementasi Pembelajaran Daring Di Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2(1). <https://edukatif.org/index.php/edukatif/index>
- Ali, M., & Asrori, M. (2012). Psikologi remaja: perkembangan peserta didik. Jakarta: Bumi Aksara.
- Ansori, Y., & Herdiman, I. (2019). Pengaruh Kemandirian Belajar terhadap Kemampuan Pemecahan Masalah Matematis Siswa SMP. *Journal of Medives : Journal of Mathematics Education IKIP Veteran Semarang*, 3(1), 11. <https://doi.org/10.31331/medivesveteran.v3i1.646>
- Assidiqi, M. H., & Sumarni, W. (2020b). *Pemanfaatan Platform Digital dalam Pembelajaran Daring di masa Pandemi Covid-19. Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana UNNES.*
- Banat, A. (2020). Kemandirian belajar mahasiswa penjas menggunakan media google classroom melalui hybrid learning pada pembelajaran profesi pendidikan di masa pandemi covid-19. *Jurnal Teknologi Pendidikan (JTP)*, 13(2), 119-125.
- Benny, R., & Pribadi, A. (2009). *Desain Sistem Pembelajaran*. www.dianrakyat.co.id
- Bilfaqih, Y. (n.d.). *Esensi Pengembangan Pembelajaran Daring Comparison of Service Models of Major e-Learning Providers View project Autonomous Systems View project*. <https://www.researchgate.net/publication/291357368>
- Bucher, Charles A. & Krotee, March L. 2012. *Management of Physical Education and Sport, Twelfth Edition*. McGraw-Hill : New York.
- Dryon Taluke, R. S. M. L. & A. S. (2019). Analisis Preferensi Masyarakat Dalam Pengelolaan Ekosistem Mangrove Di Pesisir Pantai Kecamatan Loloda Kabupaten Halmahera Barat. *Taluke Et Al*, 6(2).
- Dwi, M., Sari, P., & Deliana, M. (2017). Intuisi Perbedaan Kemandirian Remaja Yang Tinggal Dipondok Pesantren Dengan Yang Tinggal Dirumahbersama Orang Tua (Studi Komparatif Pada Siswa Kelas 9 Mts Al Asror Semarang). <http://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/intuisi>
- Etika Rahmawati, L., & Indriyani Setyaningsih, V. (2021). Kemandirian belajar siswa dalam pembelajaran daring mata pelajaran bahasa Indonesia (Students' independent learning in the online learning for bahasa Indonesia subject). *Kemandirian Belajar Siswa Dalam pembelajaran Daring Mata Pelajaran*

Bahasa Indonesia(Students' Independent Learning in the Online Learning for Bahasa Indonesiasubject), 7(2), 353–365.
<https://doi.org/10.22219/kembara.v7i2.16326>

- Firman, F., & Rahayu, S. (2020). Pembelajaran online di tengah pandemi covid-19. *Indonesian Journal of Educational Science (IJES)*, 2(2), 81-89.
- Fraenkel. 2012. *How to Design and Evaluate Research in Education 8th Edition*. Boston: McGraw-Hill Higher Education.
- Gusnita, D. (2010). Green Transport: Transportasi Ramah Lingkungan Dan Kontribusinya Dalam Mengurangi Polusi Udara. Peneliti Pusat Pemanfaatan Sains Atmosfer dan Iklim: LAPAN.
- Gusnita, Melisa, & Delyana, H. (2021). Vol 3 No 2 April 2021 Kemandirian Belajar Siswa Melalui Model Pembelajaran Kooperatif Think Pair Square (Tpsq). *Kemandirian Belajar Siswa Melaluimodel Pembelajaran Kooperatif Think Pair Square(Tpsq)*, Vol 3 No 2.
- Idi, A. (1999). *Pengembangan kurikulum: teori dan praktik*. Gaya Media Pertama.
- Kurnia, U.F., Agus., A. Adimihardja., A. Dairah., 2006. Sifat Fisik Tanah dan Metode Analisisnya. Badan Penelitian dan Pengembangan Pertanian, Departemen Pertanian.
- Kristianto, S. (2022). *Belajar dan Pembelajaran*.
<https://www.researchgate.net/publication/359061125>
- Mahfud, I., & Fahrizqi, E. B. (2020). *Universitas Teknokrat Indonesia Indonesia Sport Science And Education Journal Pengembangan Model Latihan Keterampilan Motorik Melalui Olahraga Tradisional Untuk Siswa Sekolah Dasar*.
[https://ejurnal.Teknokrat.Ac.Id/Index.Php/Sport/Issue/Archive](https://ejurnal.teknokrat.ac.id/index.php/sport/issue/archive)
- Mahfud, I., & Gumantan, A. (2020). Survey Of Student Anxiety Levels During The Covid-19 Pandemic. *Jp.Jok (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan)*, 4(1), 86–97. <https://doi.org/10.33503/jp.jok.v4i1.1103>
- Mawaddah Tansri, 2019. Efektivitas Pembelajaran Penjas Terhadap Pembentukan Karakter Siswa SMP Negeri 1 Pinrang.
- Nahar. (2018). Penerapan Teori Belajarbehavioristik Dalam Prosespembelajaran. *Penerapan Teori Belajarbehavioristik Dalam Prosespembelajaran*, Issn2541-657x.
- Nasution, E. F. (n.d.). *Pemanfaatan Media Pembelajaran Daring Sebagai Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Di Masa Pandemi*.
- Negara, J. D. K., Abduljabar, B., & Hambali, B. (2019). *Aplikasi Statistika Dalam Penjas*.

- Nur, A. N. (2018). Jurnal-Nur-Afni-Anwar-190110110088. *Gambaran Kemandirian Emosional Remaja Usia 12-15 Tahun Berdasarkan Pola Asuh Authoritative*.
- Nurhadi. (2020). Teori Kognitivisme Serta Aplikasinya Dalam Pembelajaran. In *Edisi : Jurnal Edukasi Dan Sains* (Vol. 2, Issue 1). <https://Ejournal.Stitpn.Ac.Id/Index.Php/Edisi>
- Nurhayati, (2016). Psikologi Pendidikan Inovatif. Yogyakarta:Pustaka Pelajar
- Pradana, M., & Reventiary, A. (n.d.). *Pengaruh Atribut Produk Terhadap Keputusan Pembelian Sepatu Merek Customade (Studi Di Merek Dagang Customade Indonesia)* (Vol. 6).
- Prawiyogi, A. G., Purwanugraha, A., Fakhry, G., & Firmansyah, M. (n.d.). *Efektifitas Pembelajaran Jarak Jauh Terhadap Pembelajaran Siswa Di Sdit Cendekia Purwakarta*. <https://Doi.Org/10.21009/Jpd.011.10>
- Putra Sanjaya, B. (2021). Studi Literatur Kemandirian Belajar Siswa Sekolah Dasar Selama Pembelajaran Daring. *JipD (Jurnal Inovasi Pendidikan Dasar)*, 5(2), 71–78. <https://doi.org/10.36928/jipd.v5i2.733>
- Ramadhan munggarani, & saripah ipah. (2017). Profil Kemandirian Siswa SMA Berdasarkan Urutan Kelahiran dan Implikasinya terhadap Bimbingan dan Konseling. In *INDONESIAN JOURNAL OF EDUCATIONAL COUNSELING*.
- Riyana, C., & Pd, M. (n.d.). *Konsep Pembelajaran Online*.
- Rohmawati, A., Rawamangun Muka, J., & Timur, J. (n.d.). *EFEKTIVITAS PEMBELAJARAN*. <https://doi.org/10.21009/JPUD.091>
- Rosyana, T. (2019). *Pengaruh Kemandirian Belajar Terhadap Kemampuan Pemecahan Masalah Matematis Siswa Smp Kota Bandung*. 3(1), 82–89.
- Sugiyono. (2016). Metode Penelitian kuantitatif. Bandung: Alfabeta.
- Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan IKIP PGRI Pontianak Jalan Ampera Nomor, P. (n.d.). *Penerapan Teori Pembelajaran Kognitif Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan Rovi Pahliwandari*.
- Tasaik, H. L., Tuasikal, P., Sekolah, P., Keguruan, T., Pendidikan, I., & Kunci, K. (n.d.). *Peran Guru Dalam Meningkatkan Kemandirian Belajar Peserta Didik Kelas V Sd Inpres Samberpasi*.
- Tresnaningsih, F., Pratiwi Dwi Santi, D., Suminarsih, E., & Karang Jalak, S. I. (2019). Kemandirian Belajar Siswa Kelas Iii SDN Karang Jalak I Dalam Pembelajaran Tematik Independence Of Learning On Third Grade Students Sdn Karang Jalak I In Thematic Learning. *Kemandirian Belajar Siswa Kelas Iii Sdn Karang Jalak*

I Dalam Pembelajaran Tematik, Volume 6, Nomor 2.
<https://journal.uniku.ac.id/index.php/pedagogi>

- Warsita, B., Bahan Belajar DIklat Online Calon Pejabat Fungsional Pengembang Teknologi Pembelajaran, E., Warsita Pusat Teknologi Informasi dan Komunikasi Pendidikan dan Kebudayaan, B., Pendidikan dan Kebudayaan Jl Martadinata, K. R., & Selatan, T. (n.d.). *Evaluation Of Learning Materials Of Online Training For Instructional Technology Designer Candidates.* <http://belajar>.
- Yuberti. (2014). Teori Pembelajaran dan Pengembangan bahan Ajar Dalam Pendidikan. *Teori Pembelajaran Dan Pengembangan Bahan Ajar Dalam Pendidikan.*
- Yuliawan, H., & Nusantoro, E. (2020). 24 Jurnal Edukasi Hubungan Antara Keyakinan Diri Dan Perilaku Disiplin Belajar Dengan Kemandirian Belajar Siswa Kelas Xi Smk Se-Kabupaten Boja. *Hubungan Antara Keyakinan Diri Dan Perilaku Disiplin Belajar Dengan Kemandirian Belajar Siswa Kelas Xi Smk Se-Kabupaten Boja*, 6(2), 124–138.
- Zulkifli. (2009). *Validitas Dan Reliabilitas Suatu Instrumen Penelitian* (Vol. 6, Issue 1).