

**IMPLEMENTASI *SELF REGULATED LEARNING* DALAM
PENGAJARAN PENDIDIKAN JASMANI SECARA DARING
DAN LURING TERHADAP PENINGKATAN MOTIVASI
BELAJAR SISWA KELAS XII SMAN 1 WANADADI
BANJARNEGARA JAWA TENGAH**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat gelar Sarjana Pendidikan Program
Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi



Oleh :

Aden Azza Harsena

NIM 1805199

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

BANDUNG

2022

LEMBAR PENGESAHAN

ADEN AZZA HARSENA

**IMPLEMENTASI *SELF REGULATED LEARNING* DALAM
PENGAJARAN PENDIDIKAN JASMANI SECARA DARING
DAN LURING TERHADAP PENINGKATAN MOTIVASI
BELAJAR SISWA KELAS XII SMAN 1 WANADADI
BANJARNEGARA JAWA TENGAH**

Disetujui dan disahkan oleh tim Pembimbing :

Pembimbing I



Prof. Dr. Hj Tite Juliantine, M.Pd

NIP. 196807071992032001

Pembimbing II



Dr. Reshandi Nugraha, M.Pd

NIP. 198908292019031012

Mengetahui,

**Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
Universitas Pendidikan Indonesia**



Dr. Yusuf Hidayat M.Si

NIP. 196808301999031001

**IMPLEMENTASI *SELF REGULATED LEARNING* DALAM
PENGAJARAN PENDIDIKAN JASMANI SECARA DARING
DAN LURING TERHADAP PENINGKATAN MOTIVASI
BELAJAR SISWA KELAS XII SMAN 1 WANADADI
BANJARNEGARA JAWA TENGAH**

Oleh :

Aden Azza Harsena

Sebuah Skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat gelar Sarjana
Pendidikan Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

adenazza@upi.edu

Universitas Pendidikan Indonesia

30 Desember 2022

Hak Cipta dilindungi undang undang, skripsi ini tidak boleh diperbanyak
seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak ulang, di foto copy, atau cara Lainnya
tanpa izin dari penulis.

ii

Aden Azza Harsena, 2023

**IMPLEMENTASI *SELF REGULATED LEARNING* DALAM PENGAJARAN PENDIDIKAN JASMANI
SECARA DARING DAN LURING TERHADAP PENINGKATAN MOTIVASI BELAJAR SISWA KELAS XII
SMAN 1 WANADADI BANJARNEGARA JAWA TENGAH**

Universitas Pendidikan Indonesia | [Repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [Perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu)

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Implementasi Self Regulated Learning Dalam Pengajaran Pendidikan Jasmani Secara Daring Dan Luring Terhadap Peningkatan Motivasi Belajar Siswa Kelas XII Sman 1 Wanadadi Banjarnegara Jawa Tengah” ini dan seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan tersebut, saya siap menanggung risiko yang dijatuhkan kepada saya apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya ini, atau klaim dari pihak lain terhadap karya saya.

Bandung, 30 Desember 2022

Yang membuat pernyataan



Aden Azza Harsena

NIM 1805199

KATA PENGANTAR

Segala Puji dan syukur kehadirat Allah Subhanahu Wa Ta'ala yang telah memberikan rahmat, hidayah, dan karunia-Nya lah penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Implementasi Self Regulated Learning Dalam Pengajaran Pendidikan Jasmani Secara Daring Dan Luring Terhadap Peningkatan Motivasi Belajar Siswa Kelas XII Sman 1 Wanadadi Banjarnegara Jawa Tengah”.

Dalam skripsi ini membahas mengenai peningkatan motivasi belajar diri siswa dalam pengajaran pendidikan jasmani secara daring dan luring melalui pendekatan self regulated learning. Tujuan pembuatan dari penulisan skripsi ini adalah untuk memenuhi salah satu syarat gelar Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung.

Selama Penulisan Skripsi ini banyak sekali hambatan yang penulis alami, namun berkat bantuan, dorongan serta bimbingan dari berbagai pihak akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Penulis menyadari masih ada kekurangan dan jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak untuk penulis. Terima kasih semua yang mendukung dalam pembuatan skripsi ini, Semoga skripsi ini dapat sebagai referensi para pembaca dan semua pihak.

Bandung, 30 Desember 2022

Penulis



Aden Azza Harsena

NIM. 1805199

UCAPAN TERIMAKASIH

Dalam penyusunan skripsi ini penulis menyadari bahwa banyak dukungan dari berbagai pihak baik yang telah memberikan bantuan, motivasi, bimbingan, serta do'a sehingga skripsi ini dapat terselesaikan sesuai dengan waktu yang telah ditentukan. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada Allah Subhanahu Wa Ta'ala yang telah memberikan jalan kebaikan, kepada bapak Budi Rahardjo dan Ibu Suci Murniyati yang telah memberikan dukungan dan ridho, serta pihak-pihak yang telah membantu penulis dalam menyusun skripsi ini.

1. Bapak Prof. Dr. M. Solehuddin, M.Pd., MA selaku Rektor Universitas Pendidikan Indonesia.
2. Bapak Dr. R. Boyke Mulyana, M.Pd selaku Dekan di Fakultas Pendidikan Olahraga kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia yang telah menyediakan sarana dan prasarana selama perkuliahan.
3. Bapak Dr. Yusuf Hidayat, M.Si selaku ketua prodi jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.
4. Ibu Prof. Dr. Hj Tite Juliantine, M.Pd. Selaku dosen wali dan pembimbing skripsi I yang selalu memberikan motivasi, arahan, dan dorongan kepada mahasiswanya untuk menyelesaikan perkuliahannya.
5. Bapak Dr. Reshandi Nugraha, M.Pd Selaku Dosen pembimbing skripsi II yang telah memberikan arahan dan dorongan untuk mahasiswanya menyelesaikan perkuliahannya.
6. Kepada seluruh bapak dan ibu dosen di program studi pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi yang telah memberikan ilmunya.
7. Seluruh staf dan karyawan di FPOK UPI yang telah membantu dan memperlancar administrasi dan informasi kepada penulis untuk menyelesaikan skripsinya.
8. Bapak Antono Aribowo S,Pd. M.M selaku Kepala SMA Negeri 1 Wanadadi yang telah mengizinkan peneliti melakukan penelitian di SMA N 1 Wanadadi.

9. Bapak Supriyanto S.Pd selaku Guru Pamong SMA Negeri 1 Wanadadi yang telah membimbing dan mengarahkan selama pelaksanaan penelitian.
10. Siswa siswi kelas 12 MIPA 1 dan 12 MIPA 5 yang telah bersedia menjadi bagian skripsi ini.
11. Rekan rekan PJKR kelas C yang telah mendukung dan support selama perkuliahan dan skripsi.
12. Sahabat – sahabat dekat seperti Pandu tiluwandanu, Syahrul Ramadhan, Roiq Abdurrachman, kontrakan cekatukiak, serta penghuni sekre dayung
13. Kakak dan adik yang telah membantu memberikan motivasi dan semangat agar skripsi dapat diselesaikan dengan baik.

**IMPLEMENTASI *SELF REGULATED LEARNING* DALAM
PENGAJARAN PENDIDIKAN JASMANI SECARA DARING
DAN LURING TERHADAP PENINGKATAN MOTIVASI
BELAJAR SISWA KELAS XII SMAN 1 WANADADI
BANJARNEGARA JAWA TENGAH**

ABSTRAK

Oleh : Aden Azza Harsena

**Skripsi ini dibimbing oleh : Pembimbing 1 Prof. Dr. Hj Tite Juliantine,
M.Pd , Pembimbing 2 Dr. Reshandi Nugraha, M.Pd**

Peneliti mengimplementasikan *self regulated learning* dalam pengajaran pendidikan jasmani secara daring dan luring terhadap peningkatan motivasi belajar siswa. Penelitian ini termasuk kuantitatif menggunakan metode eksperimen, teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling dengan sampel siswa kelas XII MIPA 1 dan XII MIPA 5 sebanyak 72 siswa. Menggunakan instrumen yang dikembangkan berdasarkan aspek-aspek dari motivasi belajar Hamzah B, Uno 2009 yaitu 8 indikator motivasi belajar diantaranya konsentrasi, rasa ingin tahu, semangat, kemandirian, kesiapan, antusias atau dorongan, pantang menyerah, dan percaya diri. Teknik pengumpulan data dilakukan 2 kali yaitu dengan pre-test dan post-test. Analisis datanya menggunakan uji paired sampel t test yang dibantu dengan SPSS versi 25. Berdasarkan confidence interval dengan tingkat kepercayaan 95% dan jumlah sampel sebesar 72 maka dapat diambil kesimpulan : 1). Implementasi *self regulated learning* dalam pengajaran pendidikan jasmani secara luring, tidak mengalami perubahan atau tidak terdapat peningkatan hasil pretest-posttest sehingga dapat diartikan tidak mengalami peningkatan motivasi belajar. 2). Implementasi *self regulated learning* dalam pendidikan jasmani secara daring, mengalami atau terdapat peningkatan hasil pretest-posttest sehingga dapat diartikan mengalami peningkatan motivasi belajar. 3). Tidak terdapat perbedaan pengaruh *self regulated learning* secara luring dengan *self regulated learning* secara daring terhadap motivasi belajar siswa.

Keyword : Self Regulated Learning, Motivasi, Pendidikan Jasmani, Pembelajaran daring dan luring

**IMPLEMENTATION OF SELF REGULATED LEARNING IN
ONLINE AND OFFLINE PHYSICAL EDUCATION
TEACHING TOWARDS INCREASING LEARNING
MOTIVATION OF XII CLASS STUDENTS OF SMAN 1
WANADADI BANJARNEGARA CENTRAL JAVA**

ABSTRACT

By: Aden Azza Harsena

**This thesis was supervised by: Mentor 1 Prof. Dr. Hj Tite Juliantine, M.Pd ,
Mentor 2 Dr. Reshandi Nugraha, M.Pd**

Researchers implement self-regulated learning in teaching physical education online and offline to increase student learning motivation. This research is a quantitative study using the experimental method. The sampling technique used was purposive sampling of 72 students in class XII MIPA 1 and XII MIPA 5. Using instruments developed based on aspects of learning motivation Hamzah B, Uno 2009, namely 8 indicators of learning motivation including concentration, curiosity, enthusiasm, independence, readiness, enthusiasm or encouragement, never giving up, and self-confidence. Data collection techniques were carried out 2 times, namely by pre-test and post-test. The data analysis used a paired sample t test assisted by SPSS version 25. Based on confidence intervals with a confidence level of 95% and a sample size of 72, conclusions can be drawn: 1). The implementation of self-regulated learning in offline physical education teaching did not change or there was no increase in the pretest-posttest results, which means that there was no increase in learning motivation. 2). The implementation of self-regulated learning in online physical education has experienced or there has been an increase in pretest-posttest results so that it can be interpreted as experiencing an increase in learning motivation. 3). There is no difference in the effect of offline self-regulated learning and online self-regulated learning on student learning motivation.

Keyword : Self Regulated Learning, motivation, Physical Education, Online and offline learning

DAFTAR ISI

Contents

LEMBAR PENGESAHAN	i
PERNYATAAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
UCAPAN TERIMAKASIH	v
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Penelitian	1
1.2 Rumusan Masalah Penelitian	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.5 Struktur Organisasi Penelitian	6
BAB II KAJIAN TEORI	8
2.1 Pendidikan dan Pendidikan jasmani	8
2.1.1. Pendidikan	8
2.1.2. Pendidikan Jasmani	10
2.2 <i>Self Regulated Learning</i>	12
2.2.1. Pengertian <i>Self Regulated Learning</i>	12
2.2.2. Proses <i>Self Regulated Learning</i>	14
2.2.3. Peran siswa dan guru dalam <i>Self Regulated Learning</i>	18
2.3 Pengertian Belajar	20
2.4 Pembelajaran	21
2.5 Hakikat Motivasi belajar	24
2.5.1 Motivasi	24

2.5.2. Motivasi belajar	25
2.5.3. Faktor-faktor motivasi belajar	27
2.6. Penelitian yang relevan	29
2.7 Kerangka Berfikir	32
2.8 Hipotesis	34
BAB III METODE PENELITIAN	35
3.1 Metode Penelitian	35
3.2 Desain Penelitian	35
3.3 Partisipan	38
3.4 Populasi	38
3.5 Sampel	38
3.6 Instrumen Penelitian	38
3.7 Prosedur Penelitian	42
3.8 Analisis data	43
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	44
4.1 Pengujian Persyaratan Analisis	45
4.1.1 Uji normalitas	45
4.1.2. Uji Homogenitas Data	47
4.1.3. Uji Paired Sampel t Test	48
4.1.4. Uji Mann-Whitney U Test	49
4.2 Pembahasan	50
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI	54
5.1 Kesimpulan	54
5.2 Implikasi	54
5.3 Rekomendasi	55
DAFTAR PUSTAKA	57
LAMPIRAN	67

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3. 1 Langkah langkah penelitian	37
----------------------------------------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Desain Penelitian	36
Tabel 3. 3 Kategori pemberian skor alternatif jawaban	40
Tabel 3. 4 Uji coba realibilitas angket Motivasi belajar	42
Tabel 4. 1 Hasil Peningkatan Dari Pembelajaran Self Regulated Learning Luring Dan Daring	44
Tabel 4. 2 Uji Normalitas Self Regulated Learning Secara Luring Dan Daring ...	45
Tabel 4. 3 Hasil Uji Normalitas Perbedaan Pengaruh Pada Self Regulated Learning Secara Luring Dan Daring	46
Tabel 4. 4 Hasil Uji Homogenitas	47
Tabel 4. 5 Hasil Uji Paired Sampel t Test	48
Tabel 4. 6 Hasil Uji Mann Whitney U Test	50

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat keputusan dosen pembimbing	67
Lampiran 2 Surat permohonan izin penelitian	70
Lampiran 3 Surat balasan penelitian	71
Lampiran 4 Angket motivasi belajar siswa	72
Lampiran 5 Hasil uji coba validitas angket motivasi belajar	75
Lampiran 6 Cek validitas kuisisioner	82
Lampiran 7 Hasil Nilai Pretest dan Posttest	83
Lampiran 8 Kehadiran Siswa	86
Lampiran 9 RPP Luring	89
Lampiran 10 RPP Daring	127
Lampiran 11 Dokumentasi Penelitian	168