

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Penelitian**

Mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) tingkat SMA Pada struktur Kurikulum 2013 termasuk dalam kelompok B yang pengembangan muatan dan acuan mata pelajarannya dilakukan oleh pusat dengan muatan lokal dapat melengkapinya. Pembelajaran PJOK berfungsi sebagai proses pembinaan peserta didik untuk berperan langsung dalam beragam pengalaman belajar baik dalam domain sikap, pengetahuan, maupun keterampilan melalui aktivitas fisik, bermain dan berolahraga yang dilaksanakan secara sistematis, pembiasaan pola hidup sehat, dan internalisasi nilai-nilai.

Dalam proses pembelajaran, sentuhan didaktik-metodik harus diberikan oleh guru PJOK sehingga aktivitas yang dilaksanakan dapat mewujudkan tujuan pembelajaran yang diharapkan. Guru hendaknya melakukan usaha-usaha yang terbaik untuk menumbuhkan dan mengembangkan, kesadaran, motivasi dan potensi peserta didik secara optimal dalam proses pembelajaran. Setiap pembelajaran yang dirancang oleh guru tentunya akan menggunakan model, pendekatan, metode, strategi atau teknik, dan taktik pembelajaran yang tepat sesuai kondisi dan keperluan agar suasana belajar peserta didik menjadi lebih kreatif, inovatif, dan kondusif.

Usaha-usaha yang dilakukan guru untuk meningkatkan potensi peserta didik secara menyeluruh sering menemui berbagai permasalahan dalam

pelaksanaannya. Permasalahan yang banyak ditemui dalam pembelajaran adalah kurang efektifnya proses pembelajaran. Dalam melaksanakan tugasnya, tidak semua guru mampu mengatasi adanya permasalahan ini. Akibatnya peserta didik tidak memperoleh pengetahuan belajar yang cukup dan kurang berkembangnya potensi peserta didik, hal ini terlihat dari adanya kesenjangan antara hasil belajar yang dicapai peserta didik dengan target yang ditetapkan kurikulum. Jika permasalahan-permasalahan ini diabaikan dan tidak secepatnya ditanggulangi maka dampaknya pada kualitas proses pembelajaran selanjutnya. Salah satu permasalahan dalam proses pembelajaran yang ditemui peneliti adalah belum efektifnya proses pelaksanaan pembelajaran PJOK di SMA Negeri 1 Tabanan tingkat kelas XI pada Kompetensi Dasar (KD) 3.9 Menganalisis manfaat jangka panjang dari partisipasi dalam aktivitas fisik secara teratur. Bila hal ini dibiarkan maka akan mempengaruhi hasil belajar peserta didik.

Dari observasi pada pembelajaran aktivitas fisik di kelas XI SMA Negeri 1 Tabanan yang meliputi submateri aktivitas fisik, pola makan, pola istirahat dan penyakit yang berkaitan dengan kesehatan pribadi menunjukkan kurangnya pengetahuan peserta didik pada submateri aktivitas fisik mengenai tingkatan dan manfaat dari beraktivitas fisik, dampak dari beraktivitas fisik tidak teratur, prinsip dalam beraktivitas fisik, dan pedoman dalam beraktivitas fisik, hal ini dapat terlihat dalam pembelajaran peserta didik masih banyak kurang mampu memberikan penjelasan yang rinci, logis, dan sistematis ketika diberikan suatu permasalahan dalam pembelajaran aktivitas fisik. Proses pembelajaran masih cenderung menerapkan model pembelajaran langsung. Guru masih dominan berperan dalam

pembelajaran dan peserta didik berperan pasif dalam pembelajaran. Konsep yang diterima peserta didik didominasi dari penjelasan guru. Oleh karena itu, kegiatan belajar peserta didik tidak optimal, karena terbatas kepada mendengarkan penjabaran guru, mencatat, dan sesekali bertanya pada guru.

Hasil observasi ini sejalan dengan hasil analisis penilaian pengetahuan aktivitas fisik pada submateri aktivitas fisik ketuntasannya mencapai 54,71% dan nilai rata-rata pada submateri aktivitas fisik sebesar 65,44, nilai ini di bawah KKM mata pelajaran PJOK yang ditetapkan sekolah sebesar 70. Hasil analisis penilaian pengetahuan aktivitas fisik dapat dilihat pada tabel 1.1 berikut.

Tabel 1.1 Hasil Analisis Pengetahuan Aktivitas Fisik Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 1 Tabanan Tahun Pelajaran 2021/2022

Materi	Submateri	Nilai Rata-rata	Ketuntasan
Aktivitas fisik	Aktivitas fisik	65,44	54,71%
	Pola makan	77,81	88,30%
	Pola istirahat	79,02	90,59%
	Penyakit yang berhubungan dengan kesehatan pribadi	78,64	88,80%

Kurang tepat dan kurangnya variasi dalam pemilihan model pembelajaran yang mengikutsertakan peran peserta didik dalam proses pembelajaran PJOK menyebabkan rendahnya proses pembelajaran. Kurangnya pengetahuan peserta didik tentang aktivitas fisik berimbas pada kegiatan aktivitas fisik yang dilakukan. Dari wawancara dengan peserta didik menunjukkan bahwa tingkat kegiatan aktivitas fisik peserta didik masih rendah. Peserta didik banyak beraktivitas fisik dalam intensitas ringan atau kurang dari 30 menit sehari, sedangkan aktivitas fisik intensitas sedang dan berat atau melebihi 30 menit biasanya hanya dilakukan kurang dari tiga kali seminggu. Keadaan ini sejalan dengan pernyataan WHO

(2020) yang menyatakan pada tahun 2016 di seluruh dunia 81% remaja usia 11-17 tahun secara fisik kurang aktif. 85% remaja perempuan dan 78% remaja laki-laki tidak memenuhi rekomendasi WHO setidaknya beraktivitas fisik dengan intensitas tingkat sedang sampai berat per hari selama 60 menit dengan dominan aerobik, aktivitas fisik, sepanjang minggu dan harus melakukan aktivitas aerobik dengan intensitas tinggi, serta aktivitas yang dapat memperkuat otot dan tulang, minimal tiga hari dalam satu minggu, serta durasi untuk tidak bergerak harus dibatasi, utamanya waktu rekreasi di layar. Karakteristik peserta didik yang mempunyai motivasi belajar yang berbeda satu dengan lainnya juga mempengaruhi proses pembelajaran. Keadaan ini diperparah oleh adanya pandemi *COVID-19* sebagai penyebab tidak bisa leluasa beraktivitas fisik seperti sebelumnya. Hammami *et al.* (2020) menyatakan strategi mengatasi pandemi *COVID-19* yang menyarankan orang-orang untuk tinggal dan beraktivitas di rumah dan keluar hanya untuk hal penting mempengaruhi mental dan kesehatan fisik terutama yang sudah terbiasa beraktivitas fisik di luar ruangan. Proses pembelajaran juga dilaksanakan secara daring sehingga peserta didik lebih banyak berhadapan dengan gawai dan mengurangi waktu untuk beraktivitas fisik.

P2PTM Kemenkes RI (2019) menyatakan aktivitas fisik merupakan pergerakan dari tubuh yang ditimbulkan dari kerja otot-otot dan kerangka untuk meningkatkan pengeluaran energi. Beraktivitas fisik dengan teratur, terukur dan berkesinambungan berpengaruh untuk meningkatkan kebugaran tubuh. Hal ini sesuai dengan Wicaksono dan Handoko (2020: 22) yang menyatakan kesehatan dan kebugaran dapat ditingkatkan melalui aktivitas fisik teratur berdasarkan intensitas

yang disarankan sesuai kemampuan dan umur. Agar dapat beraktivitas fisik dengan teratur, terukur dan berkelanjutan, pengetahuan mengenai tingkatan dan manfaat dari beraktivitas fisik, dampak dari beraktivitas fisik tidak teratur, prinsip dalam beraktivitas fisik, dan pedoman dalam beraktivitas fisik sangat penting untuk diperhatikan.

Mengingat akar masalah pembelajaran aktivitas fisik adalah kurangnya pengetahuan peserta didik, maka model *discovery-inquiry* dapat diterapkan dalam pembelajaran aktivitas fisik. *Discovery-inquiry* disusun untuk memfasilitasi peserta didik untuk mengoptimalkan keterampilan pemecahan masalah, berpikir kritis, kreatif, berargumentasi, dan mengambil keputusan. Penerapan *discovery-inquiry* ini sejalan dengan Mustafa dan Djoko Dwiyo (2020) yang mengutarakan bahwa pada abad 21 pembelajaran PJOK tidak hanya memprioritaskan peserta didik memiliki kesehatan fisik dan keterampilan gerak saja, namun juga memiliki kompetensi berpikir kritis, kolaboratif, kreatif, dan penguasaan teknologi. Apabila model *discovery-inquiry* ini dijalankan dengan benar dalam pembelajaran aktivitas fisik, maka kompetensi pengetahuan peserta didik dapat berkembang dan peserta didik menjadi pelajar mandiri, mempunyai motivasi untuk belajar dan mampu meningkatkan hasil belajarnya. Dengan berkembangnya kompetensi pengetahuan peserta didik diharapkan dapat berimbang pada meningkatnya tingkat kegiatan aktivitas fisik yang dilakukan peserta didik sehingga bisa memenuhi rekomendasi tingkat aktivitas fisik yang disarankan oleh WHO.

Bramastia dan Trisnawati (2023) dan Koesnandar (2020) menyatakan model *discovery-inquiry* merupakan kombinasi model *discovery* dengan *inquiry*.

Esensi proses pembelajaran *discovery-inquiry* adalah mengkondisikan partisipasi aktif dan dominan peserta didik dalam menginterpretasikan konsep pembelajaran. Santosa (2020: 4) menyatakan *discovery-inquiry* adalah aktivitas kognitif melalui silang pendapat, diskusi, literasi, mencoba sendiri yang bertujuan mendapatkan konsep sendiri. Hal ini sejalan dengan pendapatnya Nasution dkk. (2021) yang menyatakan *discovery-inquiry* merupakan pembelajaran yang menekankan pada proses pemecahan suatu masalah dengan menggali berbagai informasi untuk mendefinisikan konsep sendiri dengan berpedoman bimbingan guru berbentuk pertanyaan-pertanyaan yang berorientasi pencapaian tujuan pembelajaran.

Penerapan model *discovery-inquiry learning* ini pernah diteliti oleh Bramastia dan Trisnawati (2023) yang menemukan *discovery-inquiry* berbasis TIK secara signifikan berpengaruh terhadap hasil belajar. Suryawan dkk. (2020) menemukan bahwa *discovery-inquiry learning* berpengaruh untuk mereduksi miskonsepsi Fisika dan berpengaruh terhadap prestasi belajar. Indriyati (2019) menemukan bahwa terjadi peningkatan pemahaman konseptual dan peningkatan keterampilan berpikir kritis menggunakan *discovery-inquiry* dengan media LKS bergambar. Nurdin *et al.* (2019) menemukan bahwa *inquiry-discovery learning* dapat meningkatkan prestasi belajar, membangun sikap kritis, membantu perkembangan peserta didik dalam proses keilmuan, pemahaman konsep, berpikir kritis, dan perilaku positif. Fatmasari dkk. (2021) menemukan bahwa kemampuan berpikir kreatif peserta didik pada pembelajaran fisika dapat ditingkatkan menggunakan *discovery-inquiry*.

Bertolak dari penjabaran di atas, peneliti melihat kurang efektifnya proses pembelajaran materi aktivitas fisik diduga penyebab utama diakibatkan penerapan model pembelajaran yang tidak tepat dan kurang bervariasi. Dari penjabaran permasalahan di atas, peneliti menduga ada keterkaitan model pembelajaran dan motivasi belajar terhadap hasil belajar peserta didik. Karena hal ini peneliti terdorong untuk melakukan penelitian dengan judul “Model *Discovery-Inquiry Learning* Meningkatkan Hasil Belajar Aktivitas Fisik Ditinjau dari Motivasi Belajar”.

## 1.2 Identifikasi Masalah

Berlandaskan latar belakang di atas, maka beberapa masalah teridentifikasi sebagai berikut.

1. Kurangnya pengetahuan mengenai tingkatan dan manfaat dari beraktivitas fisik, dampak dari beraktivitas fisik tidak teratur, prinsip dalam beraktivitas fisik, dan pedoman dalam beraktivitas fisik.
2. Kurang tepatnya dan kurangnya variasi dalam pemilihan model pembelajaran yang mengikutsertakan peran peserta didik dalam proses pembelajaran PJOJ menyebabkan rendahnya proses pembelajaran.
3. Karakteristik peserta didik yang mempunyai motivasi belajar yang berbeda satu dengan lainnya mempengaruhi proses pembelajaran.
4. Pandemi *COVID-19* yang membatasi peserta didik melakukan aktivitas fisik.

5. Proses pembelajaran yang dilaksanakan secara daring sehingga peserta didik lebih banyak berhadapan dengan gawai dan mengurangi waktu untuk melakukan aktivitas fisik.

### 1.3 Pembatasan Masalah

Karena keterbatasan pengetahuan, tenaga dan waktu yang dimiliki peneliti, maka untuk mengoptimalkan hasil dan mencegah timbulnya kekeliruan dalam penafsiran, peneliti memberi batasan masalah penelitian berikut ini.

1. Aspek pengetahuan pada pembelajaran “KD 3.9 Menganalisis manfaat jangka panjang dari partisipasi dalam aktivitas fisik secara teratur” pada submateri aktivitas fisik peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Tabanan.
2. Aspek penggunaan model *discovery-inquiry learning* dalam pembelajaran submateri aktivitas fisik peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Tabanan.
3. Aspek motivasi belajar dalam pembelajaran submateri aktivitas fisik peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Tabanan.

### 1.4 Rumusan Masalah

Berlandaskan latar belakang, identifikasi, dan keterbatasan penelitian, maka dirumuskan permasalahan penelitian sebagai berikut.

1. Apakah terdapat perbedaan hasil belajar aktivitas fisik antara peserta didik yang mengikuti model *discovery-inquiry learning* dengan peserta didik yang mengikuti model pembelajaran langsung?



2. Apakah terdapat interaksi antara model pembelajaran dan motivasi belajar terhadap hasil belajar aktivitas fisik?
3. Apakah terdapat perbedaan hasil belajar aktivitas fisik antara peserta didik yang mengikuti model *discovery-inquiry learning* dengan peserta didik yang mengikuti model pembelajaran langsung pada peserta didik dengan motivasi belajar tinggi?
4. Apakah terdapat perbedaan hasil belajar aktivitas fisik antara peserta didik yang mengikuti model *discovery-inquiry learning* dengan peserta didik yang mengikuti model pembelajaran langsung pada peserta didik dengan motivasi belajar rendah?

### 1.5 Tujuan Penelitian

Bertolak dari rumusan masalah, tujuan penelitian ini dijabarkan sebagai berikut.

1. Untuk mengetahui perbedaan hasil belajar aktivitas fisik antara peserta didik yang mengikuti model *discovery-inquiry learning* dengan peserta didik yang mengikuti model pembelajaran langsung.
2. Untuk mengetahui interaksi antara model pembelajaran dan motivasi belajar terhadap hasil belajar aktivitas fisik.
3. Untuk mengetahui perbedaan hasil belajar aktivitas fisik antara peserta didik yang mengikuti model *discovery-inquiry learning* dengan peserta didik yang mengikuti model pembelajaran langsung pada peserta didik dengan motivasi belajar tinggi.

4. Untuk mengetahui perbedaan hasil belajar aktivitas fisik antara peserta didik yang mengikuti model *discovery-inquiry learning* dengan peserta didik yang mengikuti model pembelajaran langsung pada peserta didik dengan motivasi belajar rendah.

### 1.6 Manfaat Penelitian

Harapan dari hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat teoretis ataupun manfaat praktis.

#### 1. Manfaat Teoretis

Hasil penelitian ini dapat dipakai untuk:

- a. bahan pengembangan model pembelajaran utamanya dalam peningkatan kualitas pembelajaran dan evaluasi;
- b. bahan referensi penelitian bagi peneliti selanjutnya.

#### 2. Manfaat Praktis

##### a. Bagi Peserta Didik

Dapat melaksanakan dengan baik model *discovery-inquiry learning*, sehingga peserta didik memiliki pola pikir lebih aktif, kreatif, dan mandiri.

##### b. Bagi Guru

Guru dapat memilah dan mengembangkan model pembelajaran yang lebih tepat, sehingga suasana belajar peserta didik menjadi lebih kreatif, inovatif, dan kondusif.

c. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini dapat memberi sumbangsih pemikiran bagi pihak sekolah dalam menerapkan model pembelajaran yang menekankan keterlibatan dan aktivitas peserta didik agar pembelajaran menjadi penuh makna yang berujung pada meningkatnya hasil belajar peserta didik.

