

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Setiap individu peserta didik memiliki karakteristiknya masing-masing. Sebagai pendidik tentunya penting untuk mengenali hal tersebut. Berdasarkan hal ini pendidik dapat merancang, melaksanakan, mengevaluasi dan merefleksi pembelajaran yang dilaksanakan apakah sudah sesuai dengan kebutuhan belajar dan karakteristik perkembangan peserta didik. Karakteristik perkembangan ini bisa kita lihat dari karakteristik jasmani, sosial, emosional dan mental peserta didik. Guru diharapkan dapat menciptakan pengalaman belajar yang menarik, relevan, dan membantu peserta didik mengembangkan potensi mereka secara optimal dalam bidang PJOK pemahaman yang mendalam tentang karakteristik peserta didik. Pembelajaran yang baik adalah pembelajaran yang memberikan peserta didik kesempatan untuk belajar secara mandiri dalam membangun dan mengeksplorasi pengetahuan mereka (Parwata, et al. 2023).

Kualitas Pendidikan Jasmani olahraga dan Kesehatan yang berkualitas saat ini dicirikan oleh pengalaman belajar yang bermakna, berkontekstual, berarti, dan bernilai bagi peserta didik. Pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan juga harus menyenangkan dan memotivasi peserta didik untuk memilih gaya hidup aktif, mengambil tanggung jawab sendiri terhadap pengalaman aktivitas jasmani, dan memberikan tantangan untuk meningkatkan kompetensi gerak. Akhirnya, apa yang disebut pembelajaran yang berkualitas adalah pembelajaran yang mengintegrasikan pengalaman belajar dengan metode penilaian kemajuan sebagai

upaya mendemonstrasikan kesuksesan, pencapaian, dan pembelajaran. Kegiatan penguatan kompetensi guru melalui pelatihan intensif, pendampingan, dan mentoring tentang pengelolaan kelas, penerapan pembelajaran diferensiasi serta penyusunan perangkat pembelajaran yang inklusif di sekolah-sekolah juga terbukti mampu meningkatkan kualitas pembelajaran Pendidikan Jasmani olahraga dan Kesehatan (Swadesi, et al. 2025).

Sebagai individu di sebuah lembaga/jenjang pendidikan, peserta didik memiliki tanggung jawab yang perlu mereka penuhi sebagai sebuah proses yang perlu mereka maknai dalam membantu mereka mengembangkan potensi diri melalui pembelajaran. Selain itu, sebagai peserta di suatu lembaga/jenjang pendidikan, mereka memiliki hak untuk mendapatkan layanan pendidikan. Layanan ini secara kolaboratif dapat dipenuhi dengan kerjasama dari seluruh komponen yang ada dalam prosesnya. Seperti Guru, tenaga kependidikan, sekolah, pemerintah, keluarga, maupun Masyarakat. Dengan kolaborasi dan komunikasi yang terlaksana dengan baik diharapkan apa yang menjadi potensi dan kebutuhan belajar dari peserta didik dapat terpenuhi, sebagai sebuah hak yang mereka seharusnya terima.

Peserta didik adalah komponen manusiawi yang paling penting dalam proses pendidikan. Mereka menjadi pusat masalah dan pusat perhatian dalam setiap proses transformasi, yang disebut pendidikan. Dalam proses pendidikan, peserta didik merupakan subjek sekaligus objek pendidikan. Dikatakan sebagai subjek karena mereka berperan sebagai pelaku utama dalam proses pembelajaran, sedangkan dikatakan objek karena mereka menjadi sasaran didik untuk ditumbuhkembangkan oleh pendidik. Jika peserta didik dijadikan sebagai sasaran,

maka mereka harus berperan sebagai subjek yang aktif belajar dengan difasilitasi oleh sumber belajar, termasuk di dalamnya adalah pendidik (Kamaliah, 2021).

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) sebagai salah satu pembelajaran di sekolah yang memiliki peran krusial dalam mengembangkan aspek fisik, kognitif, afektif, dan psikomotorik peserta didik. Sejalan dengan hal tersebut, Wijaya (2019) mengemukakan bahwa pembelajaran PJOK mampu mengantarkan peserta didik memiliki pengalaman belajar gerak yang sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangannya. Salah satu materi esensial dalam PJOK yaitu Aktivitas Kebugaran Jasmani, karena memberikan peserta didik pengetahuan, keterampilan untuk menjaga kesehatan sehingga menjadi sebuah sikap dalam memilih pola hidup sehat sepanjang hayat. Namun, pembelajaran Aktivitas Kebugaran Jasmani di tingkat SMA sering kali masih berfokus pada pendekatan konvensional yang cenderung monoton dan kurang relevan dengan motivasi peserta didik (Pratama & Priyono, 2021). Hal ini berpotensi menyebabkan rendahnya motivasi belajar dan, pada akhirnya, hasil belajar yang tidak optimal.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru PJOK di SMA Negeri 6 Denpasar, terungkap beberapa permasalahan krusial terkait pembelajaran Aktivitas Kebugaran Jasmani. Guru narasumber menyampaikan, "Peserta didik seringkali menunjukkan kurangnya antusiasme dan keterlibatan aktif dalam pelajaran kebugaran jasmani. Mereka cenderung pasif dan kurang termotivasi untuk melakukan gerakan-gerakan dasar kebugaran, apalagi memahami konsep di baliknya." Pernyataan ini mengindikasikan adanya permasalahan pada motivasi belajar peserta didik. Motivasi yang rendah ini semakin menjadi tantangan dengan adanya anggapan bahwa pelajaran PJOK hanya sekadar "bermain-main" atau

"menguras fisik" tanpa ada nilai akademik yang signifikan, sehingga peserta didik tidak melihat relevansi materi dengan kehidupan mereka.

Lebih lanjut, guru narasumber juga menyampaikan bahwa model pembelajaran yang selama ini diterapkan cenderung masih bersifat konvensional. "Saya seringkali masih mengandalkan demonstrasi langsung dan latihan berulang-ulang, yang kadang membuat peserta didik cepat bosan. Materi teoritis pun seringkali disampaikan secara ceramah singkat sebelum praktik," jelasnya. Pendekatan konvensional semacam ini, meskipun memiliki kelebihan dalam penyampaian dasar, kurang mampu merangsang daya pikir kritis, kreativitas, dan kemandirian peserta didik, terutama dalam materi yang membutuhkan pemahaman konsep dan aplikasi praktis seperti aktivitas kebugaran jasmani. Dampaknya, hasil belajar peserta didik pada aktivitas kebugaran jasmani, baik dari aspek kognitif (pemahaman konsep) maupun psikomotorik (keterampilan gerak), belum mencapai standar yang diharapkan.

Observasi yang dilaksanakan peneliti pada pembelajaran PJOK di kelas XI SMA Negeri 6 Denpasar, pembelajaran yang dilaksanakan oleh guru masih bersifat umum dan kurang memiliki tujuan yang dominan guna meningkatkan hasil belajar. Permasalahan tersebut tercermin dari hasil belajar pada aspek pengetahuan dan keterampilan peserta didik kelas XI atau Fase F SMA Negeri 6 Denpasar tahun pelajaran 2025-2026, dari sembilan kelas yang ada, hanya satu kelas yang berada diatas Kriteria Ketercapaian Tujuan Pembelajaran minimal (KKTP) pada materi kebugaran jasmani.

Gambaran hasil belajar ini mencerminkan bahwa guru senantiasa menyajikan materi pelajaran dengan model pembelajaran *konvensional* yaitu

berfokus pada pemberian penjelasan materi, memberikan contoh, dan melaksanakan evaluasi melalui pemberian tes pengetahuan dan keterampilan yang sesuai atau hampir sama dengan contoh yang disajikan guru. Proses tersebut cenderung menyebabkan peserta didik menjadi pasif karena hanya menerima sumber belajar dari guru. Peneliti melihat pembelajaran yang dilaksanakan oleh guru menggunakan metode *konvensional* memiliki kecenderungan berpusat pada guru (*teacher centered*) tanpa memberikan akses bagi peserta didik untuk menyampaikan kebutuhan belajarnya, menentukan pilihan sesuai minat atau profil belajarnya, dan rasa kepemilikan proses belajar sehingga mereka merasa bertanggung jawab terhadap tujuan pembelajaran yang ingin dicapai.

Pembelajaran PJOK yang berkualitas tentunya harus relevan dengan perkembangan zaman saat ini dengan memberikan pengalaman kontekstual yang dapat diperoleh dari kehidupan sehari-hari, lingkungan sekitar, dan masyarakat yang sarat dengan aktifitas olahraga. Pembelajaran PJOK yang terpusat pada peserta didik (*Student Centered*) membutuhkan keterampilan dari seorang guru untuk mendesain pembelajaran. Pengembangan pada perangkat pembelajaran, sarana belajar, media pembelajaran, LKPD, dan evaluasi yang sesuai dengan kurikulum yang berlaku. Guru idealnya harus banyak menguasai metode mengajar sehingga tujuan pembelajaran mampu terwujud secara optimal dan dapat memberikan Solusi pada tantangan-tantangan dalam proses pembelajaran. Pemilihan metode pembelajaran yang tepat senantiasa akan mampu meningkatkan hasil belajar pada peserta didik dan dapat memunculkan perubahan-perubahan yang positif, baik dari segi pengetahuan, sikap dan keterampilan.

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan diatas, salah satu metode pembelajaran yang digunakan yakni model pembelajaran kooperatif *Students Team Achievement Division* (STAD). Penerapan metode pembelajaran ini didesain berdasarkan perbedaan kemampuan untuk saling berdiskusi, memotivasi, membantu satu sama lain, agar setiap peserta didik dapat belajar guna meraih hasil yang maksimal (Susila, I. W. A. 2022). Model pembelajaran kooperatif *Students Team Achievement Division* (STAD) merupakan tipe pembelajaran kooperatif yang paling sederhana, dimana peserta didik ditempatkan dalam satu tim yang beranggotakan 4-5 orang yang merupakan campuran menurut tingkat kinerja, jenis kelamin, dan suku. Tipe STAD dapat mengkondisikan peserta didik dalam lingkungan belajar yang nyaman dimana peserta didik dapat saling bertukar pendapat dan saling memberi kontribusi kepada anggota kelompok lainnya untuk berprestasi secara maksimal. Model pembelajaran kooperatif *Students Team Achievement Division* (STAD) berfokus pada kerjasama kelompok yang dapat menumbuhkan semangat serta motivasi peserta didik dalam melakukan aktivitas olahraga serta belajar untuk bekerja sama dalam kelompok dan menentukan keberhasilan kelompok, peserta didik juga didorong untuk berani mengeluarkan pendapat dalam kelompoknya sehingga tidak ada ketimpangan antara peserta didik yang pintar dan peserta didik yang kurang mampu menyerap pembelajaran (Muhlisin, A., Wijaya, M. A., Agung, I. G. L. 2021).

Model Pembelajaran lainnya yaitu *Project based learning* (PjBL) sebagai salah satu solusi inovatif. *Project based learning* (PjBL) menekankan pada pembelajaran yang otentik, di mana peserta didik aktif terlibat dalam merancang, melaksanakan, dan mengevaluasi sebuah proyek untuk memecahkan masalah nyata

(Thomas, 2021). Dalam pembelajaran PJOK, *Project based learning* (PjBL) dapat diimplementasikan melalui proyek seperti "Merancang Program Latihan Pribadi Selama Satu Bulan" atau "Membuat Video Tutorial Kebugaran Jasmani". Pendekatan ini diharapkan dapat meningkatkan relevansi materi dan menumbuhkan motivasi internal peserta didik (Sari & Wibowo, 2020).

Selain pendekatan pembelajaran, motivasi belajar juga merupakan faktor dari dalam diri peserta didik yang sangat menentukan keberhasilan peserta didik. Peserta didik dengan motivasi tinggi cenderung lebih proaktif, gigih, dan tidak mudah menyerah dalam menghadapi tantangan (Haryanto, 2022). Oleh karena itu, penelitian ini tidak hanya menguji pengaruh langsung model pembelajaran, tetapi juga menganalisis bagaimana pengaruh tersebut dapat berbeda pada kelompok peserta didik dengan motivasi belajar tinggi dan rendah. Interaksi antara model pembelajaran dan motivasi belajar ini menjadi kunci untuk memahami efektivitas model pembelajaran secara lebih komprehensif. Dari permasalahan yang diuraikan di atas, peneliti menduga adanya keterkaitan antara model pembelajaran dengan hasil belajar peserta didik. Karena hal tersebut peneliti terdorong untuk melakukan penelitian dengan Judul “Pengaruh Model Pembelajaran Terhadap Hasil Belajar Kebugaran Jasmani Ditinjau Dari Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 6 Denpasar”.

1.2 Identifikasi Masalah

Kurikulum satuan pendidikan saat ini berfokus pada relevansi kebutuhan zaman dan peningkatan kualitas pembelajaran. Kurikulum ini menggabungkan elemen Kurikulum 2013 dan Kurikulum Merdeka, serta memperkenalkan

pendekatan *deep learning* yang menekankan pemahaman mendalam dan keterampilan berpikir kritis. Peserta didik memiliki posisi sentral untuk mengembangkan kompetensinya agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab. Memiliki posisi sentral berarti kegiatan pembelajaran berpusat pada peserta didik. Hal ini sesuai dengan prinsip merdeka belajar yang dicanangkan oleh pemerintah yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengembangkan kreativitas dan inovatif serta memiliki karakter berdasarkan profil lulusan.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) bagi peserta didik kelas XI SMA Negeri 6 Denpasar dapat diidentifikasi permasalahan-permasalahan sebagai berikut.

- 1) Kurangnya variasi pemilihan model pembelajaran dalam proses pembelajaran PJOK juga menyebabkan rendahnya tingkat keberhasilan peserta didik.
- 2) Aktivitas belajar peserta didik terlihat belum sepenuhnya aktif, efektif dan bermakna walaupun telah menggunakan perangkat teknologi.
- 3) Pemanfaatan teknologi untuk mendukung pembelajaran belum terkelola dengan baik.
- 4) Perlu adanya model pembelajaran yang dapat meningkatkan hasil belajar dan memicu motivasi belajar peserta didik pada materi aktivitas kebugaran jasmani.

- 5) Berdasarkan hasil data observasi peneliti menunjukkan hasil belajar sebagian besar peserta didik yang belum mencapai capaian pembelajaran.

1.3 Pembatasan Masalah

Penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan hasil belajar kebugaran jasmani dari penerapan model pembelajaran ditinjau dari motivasi belajar khususnya pada peserta didik kelas XI SMA Negeri 6 Denpasar. Adapun Batasan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1) Penelitian ini dibatasi pada hasil belajar aktivitas kebugaran jasmani, yakni pada aspek pengetahuan dan keterampilannya yang berhubungan dengan Kesehatan.
- 2) Model pembelajaran yang digunakan dibatasi dengan model pembelajaran Kooperatif *Student Teams Achievemet Division* (STAD) dan model pembelajaran *Project based learning* (PjBL).
- 3) Hasil belajar antara peserta didik yang mengikuti pembelajaran dengan model pembelajaran kooperatif *Student Teams Achievemet Division* (STAD) dan peserta didik yang mengikuti pembelajaran dengan penerapan model pembelajaran *Project based learning* (PjBL) pada peserta didik dengan motivasi belajar tinggi dan motivasi belajar rendah.

Mengingat banyak faktor yang mempengaruhi hasil belajar peserta didik serta adanya kendala - kendala keterbatasan waktu, tenaga, biaya serta kemampuan peneliti, maka untu memperoleh simpulan dari penelitian ini maka diperlukan pembatasan terhadap masalah yang diteliti.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang diuraikan, dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut.

- 1) Apakah terdapat pengaruh perbedaan hasil belajar aktivitas kebugaran jasmani antara peserta didik yang belajar menggunakan model pembelajaran kooperatif *Student Teams Achievemet Division* (STAD) dengan peserta didik yang menggunakan model pembelajaran *Project based learning* (PjBL)?
- 2) Apakah terdapat pengaruh interaksi antara model pembelajaran dan motivasi belajar terhadap hasil belajar aktivitas kebugaran jasmani?
- 3) Apakah pada peserta didik yang memiliki motivasi belajar tinggi, terdapat pengaruh perbedaan hasil belajar aktivitas kebugaran jasmani antara peserta didik yang belajar menggunakan model pembelajaran kooperatif *Student Teams Achievemet Division* (STAD) dengan peserta didik yang menggunakan model pembelajaran *Project based learning* (PjBL)?
- 4) Apakah pada peserta didik yang memiliki motivasi belajar rendah, terdapat pengaruh perbedaan hasil belajar aktivitas kebugaran jasmani antara peserta didik yang belajar menggunakan model pembelajaran kooperatif *Student Teams Achievemet Division* (STAD) dengan peserta didik yang menggunakan model pembelajaran *Project based learning* (PjBL)?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan yang hendak dicapai melalui penelitian ini adalah untuk mengetahui:

- 1) Untuk mengetahui perbedaan hasil belajar aktivitas kebugaran jasmani antara peserta didik yang belajar menggunakan model pembelajaran

kooperatif *Student Teams Achievemet Division* (STAD) dengan peserta didik yang menggunakan model pembelajaran *Project based learning* (PjBL).

- 2) Untuk mengetahui interaksi antara model pembelajaran dan motivasi belajar terhadap hasil belajar aktivitas kebugaran jasmani.
- 3) Untuk mengetahui perbedaan hasil belajar aktivitas kebugaran jasmani antara peserta didik yang belajar menggunakan model pembelajaran kooperatif *Student Teams Achievemet Division* (STAD) dengan peserta didik yang menggunakan model pembelajaran *Project based learning* (PjBL) pada kelompok yang memiliki motivasi belajar tinggi.
- 4) Untuk mengetahui perbedaan hasil belajar aktivitas kebugaran jasmani antara peserta didik yang belajar menggunakan model pembelajaran kooperatif *Student Teams Achievemet Division* (STAD) dengan peserta didik yang menggunakan model pembelajaran *Project based learning* (PjBL) pada kelompok yang memiliki motivasi belajar rendah.

1.6 Manfaat Penelitian

Manfaat yang diperoleh dari penelitian ini adalah sebagai berikut.

1) Manfaat Teoretis

Secara teoritis penelitian ini dapat mengembangkan model pembelajaran dalam pembelajaran PJOK. Hasil yang di dapatkan dari penelitian ini adalah pengaruh model pembelajaran terhadap hasil belajar kebuhan jasmani di tinjau dari motivasi belajar.

2) Manfaat Praktis

a) Bagi Guru

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan alternatif model pembelajaran guna meningkatkan hasil belajar kebugaran jasmani dengan mengakomodir kebutuhan belajar pada peserta didik.

b) Bagi Peserta Didik

Memberikan pengalaman serta membantu peserta didik dalam meningkatkan hasil belajar aktivitas kebugaran jasmani melalui penerapan model pembelajaran kooperatif *Student Teams Achievemet Division* (STAD) dan model pembelajaran *Project based learning* (PjBL), sehingga belajar lebih menyenangkan dan menimbulkan kebiasaan positif seperti aktif dalam pembelajaran, menghargai orang lain, percaya diri dan bertanggung jawab dalam pembelajaran.

c) Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini akan diberikan kepada pihak sekolah sebagai bahan referensi dan diharapkan dapat memberikan kontribusi untuk perbaikan pembelajaran serta meningkatkan kualitas desain pembelajaran sesuai dengan harapan dalam rangka meningkatkan kualitas pendidikan.

d) Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat memberikan pengalaman terkait penerapan model pembelajaran kooperatif *Student Teams Achievemet Division* (STAD) dan model pembelajaran *Project based learning* (PjBL) dalam upaya meningkatkan hasil belajar aktivitas kebugaran jasmani peserta didik.