



Pengaruh *Self Regulated Learning Model* Dalam Permainan Bola Basket Terhadap Motivasi Belajar Siswa Smpn 1 Cilebar

Karta Wijaya¹, Atha Raihan Zulhani², Idam Sujai³, Dr. Ega Trisna Rahayu, S.Pd., M. Pd⁴, Asep Suherman S. Pd M. Pd⁵

^{1,2}. Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi (PJKR)
Universitas Singaperbangsa Karawang

Abstract

Received: 20 Oktober 2023

Revised : 27 Oktober 2023

Accepted: 01 November 2023

Pembelajaran merupakan suatu usaha yang amat strategis untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Salah satu penyampaian pengajaran yang kreatif dan inovatif adalah dengan cara memodifikasi sebuah pembelajaran agar lebih menarik serta membuat siswa menjadi antusias dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan. Permasalahan yang saat ini muncul adalah siswa kurang nyaman ketika dihadapkan dengan alat standart seperti bolabasket. Siswa mengeluh karena bola yang dipakai terasa berat saat melakukan tehnik shooting. Sehingga diperlukan teknik modifikasi dalam permainan ini. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui besarnya pengaruh selfregulated learning model dengan menggunakan modifikasi bola basket terhadap motivasi belajar siswa kelas VIII SMPN 1 Cilebar. Penelitian ini menggunakan desain penelitian Pretest-Posttest, dengan populasi siswa kelas VIII SMPN 1 Cilebar yang berjumlah 440siswa dan menggunakan sampel siswa kelas VII SMPN 1 Cilebar yang berjumlah 29 yang diambil dengan cara menggunakan Teknik uji normalitas, homogenitas, dan paired sample test. Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan, peneliti dapat menyimpulkan bahwa dari hasil penelitian ini baik dan berpengaruh pada motivasi belajar siswa dengan menggunakan modifikasi bolas basket.

Kata kunci: *Selfregulated Learning Model, Permainan Bola Basket, Motivasi Belajar Siswa*

(*) Corresponding Author: kartawijaya@gmail.com

How to Cite: Wijaya, K., Zulhani, A. R., Sujai, I., Rahayu, E. T., & Suherman, A. (2023). Pengaruh Self Regulated Learning Model Dalam Permainan Bola Basket Terhadap Motivasi Belajar Siswa Smpn 1 Cilebar. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10077223>

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan usaha yang sengaja dan terencana untuk membantu perkembangan potensi dan kemampuan anak agar bermanfaat bagi kepentingan hidupnya sebagai seorang individu dan sebagai warga negara/masyarakat, dengan memilih isi (materi), strategi kegiatan, dan teknik penilaian yang sesuai. Pendidikan juga suatu kegiatan yang sangat penting bagi anak-anak untuk proses pengembangan diri yang nantinya untuk bekal mereka dalam bermasyarakat. Tujuan pendidikan nasional dalam Undang-undang Republik Indonesia No. 22 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional adalah untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusiayang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab. (Yuski Alfian Toriq & Dwi Cahyo Kartiko, 2012)

Peningkatan kualitas pembelajaran merupakan dasar untuk meningkatkan pendidikan secara keseluruhan. Di sekolah, pendidikan jasmani merupakan salah

satu mata pelajaran yang sangat penting bagi siswa karena pembelajaran yang dominan adalah aktivitas jasmani. Secara umum, kelas pendidikan jasmani populer dan digemari karena di dalamnya terdapat banyak permainan, permainan yang dapat mendorong siswa untuk mengembangkan keterampilan dan minatnya secara maksimal. Pada dasarnya siswa sangat senang dan bersemangat dalam belajar olahraga, banyak gerakan atau aktivitas fisik yang dilakukan dalam bentuk permainan, sebagai contohnya adalah permainan bola basket

Untuk meningkatkan motivasi belajar siswa, sangatlah diperlukan sebuah pembelajaran yang efektif dan efisien, seperti pembelajaran selfregulated learning model. Di sisi lain, selfregulated learning adalah suatu proses aktif-konstruktif di mana siswa mencanangkan tujuan belajarnya dan kemudian berusaha memonitor, meregulasi dan mengontrol kognisi, motivasi, perilaku, dan karakter konteks lingkungan belajar guna mencapai tujuan belajarnya tersebut. Selfregulated learning dilaksanakan dalam tiga fase, yaitu fase pemikiran masa mendatang, kinerja, dan refleksi diri. (Sunawan et al., 2013)

Motivasi belajar pada dasarnya erat kaitannya dengan prestasi belajar siswa (Siti Aimah & Muhimatul Ifadah, 2013). Motivasi belajar adalah sebuah proses dengan mengaktifkan tindakan atau motif perilaku memuaskan atau memenuhi kebutuhan atau untuk mencapai tujuan. Di dalam sesuatu tindakan yang terkait dengan pembelajaran diperlukan tingginya motivasi siswa karena adanya motivasi pembelajaran sangat menentukan hasil belajar siswa. Motivasi tidak hanya belajar dari dalam, tetapi juga dari dalam di luar juga tersedia ketika siswa sudah termotivasi, pelajari tentang diri anda dan di luar proses-proses belajar mengajar menjadi maksimal begitu pula sebaliknya jika motivasi belajar siswa rendah, maka tujuan hasil belajar belum maksimal. (Yuski Alfian Toriq & Dwi Cahyo Kartiko, 2012)

Dalam selfregulated learning model siswa tidak hanya bertanggung jawab terhadap permainan dasar bola basket tapi lebih memanfaatkan permainan ini untuk meningkatkan motivasi belajar masing-masing untuk bisa mengerti terhadap materi. Memaknai bahwa selfregulated learning model sebagai strategi pembelajaran yang melibatkan siswa dalam aktivitas permainan bola basket untuk menyelesaikan tugas tertentu dengan harapan bahwa seluruh siswa termotivasi untuk berkontribusi terhadap proses dan hasil belajar yang diperolehnya.

Dari kutipan di atas, tampak jelas bahwa pembelajaran selfregulated learning adalah suatu strategi pembelajaran yang membuat siswa menjadi semangat untuk berkontribusi sama besar dalam proses dan pencapaian tujuan pembelajaran yang diharapkan.

Pada pembelajaran selfregulated learning model, kelompok yang terbentuk harus terdiri dari siswa yang beragam. Hal ini bertujuan untuk melatih sifat saling memotivasi antar anggota kelompok dan mengurangi kemalasan yang dirasakan antara kelompok yang satu dengan kelompok yang lain. Selain itu, sistem pengelompokan ini juga dapat meningkatkan rasa kepedulian antar anggota kelompok karena pengetahuan dan kemampuan salah satu anggota kelompoknya akan mempengaruhi prestasi kelompok secara keseluruhan. Pengelompokan dalam selfregulated learning model menekankan pada sistem pengelompokan heterogenitas. Model pembelajaran Selfregulated learning merupakan sebuah model pembelajaran yang memberikan keleluasaan kepada siswa untuk mengelola

secara efektif pembelajarannya sendiri dalam berbagai cara mencapai hasil belajar yang optimal (Melly Nur Eka Anggraini et al., 2022)

Pendidikan di Indonesia saat ini terutama di SMP, perkembangan kurikulum yang digunakan adalah menggunakan kurikulum 2013. Di dalam kurikulum ini, olahraga bola basket masuk sebagai salah satu Kompetensi Dasar yang harus diajarkan pada proses pembelajaran begitu juga di SMPN 1 Cilebar. Olahraga bola basket termasuk juga kedalam olahraga permainan yang memiliki sifat menyenangkan seperti bola voli, sepak bola ataupun olahraga permainan lainnya. Sehingga, olahraga bola basket ini termasuk kedalam olahraga yang banyak diminati oleh siswa. Peneliti memberikan pembekalan pada siswa tentang modifikasi permainan bola basket untuk meningkatkan motivasi belajar dalam pendidikan jasmani selama 2 kali dimulai dari minggu kedua dan minggu ketiga. Pembekalan motivasi pada siswa berupa shooting. Usaha memasukkan bola ke keranjang diistilahkan dengan menembak (shooting), dapat dilakukan dengan satu tangan atau dua tangan (Yuski Alfian Toriq & Dwi Cahyo Kartiko, 2012)

Untuk melakukan kegiatan meregulasi belajar dengan baik, maka diperlukan suatu strategi dalam SRL yang meliputi strategi regulasi kognitif, motivasional, serta behavioral akademik. (Siti Aimah & Muhimatul Ifadah, 2013). Pengaruh selfregulated learning model dalam permainan bola basket guna untuk meningkatkan motivasi belajar siswa di SMPN 1 Cilebar yang menjadi bahan pokok pada pengujian yang kami lakukan, Teknik-teknik dalam permainan bola basket pada siswa SMPN 1 Cilebar pun terlihat baik. Proses pembelajaran tidak hanya ditunjukkan untuk mengembangkan self-regulated learning seperti aspek kognitif juga aspek afektif. Seseorang yang memiliki tujuan belajar mengenai strategi belajar efektif dengan cara dan waktu yang tepat merupakan pengertian dari self-regulated learning. (Sri Rahayu Utami et al., 2020)

METODE PENELITIAN

Metode penelitian eksperimen adalah metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendali. Peneliti dilakukan random individu ditugaskan ke kelompok, sedangkan kelompok satu menerima treatment dan kelompok dua juga menerima, kegiatan eksperimen tersebut dapat dikatakan treatment pengobatan sehingga hasilnya bukan dipengaruhi oleh faktor lain. Bentuk design pre-eksperimental dengan model pada penelitian ini ialah model one group pretest-posttest design. Dalam penelitian ini terdiri hanya dari suatu kelompok saja dalam kelompok eksperimen yang mendapat perlakuan, sehingga hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat dengan membandingkan dengan keadaan sebelum di berikan perlakuan. (Sri Rahayu Utami et al., 2020)

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah “ Pretest-Posttest Design”, yaitu desain penelitian yang terdapat pretest sebelum diberi perlakuan dan posttest setelah diberi perlakuan. Dengan demikian dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan diadakan sebelum diberi perlakuan(Intan Fauziah et al., 2018)

Berdasarkan penjelasan di atas maka populasi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pada siswa kelas VIII SMPN 1 Cilebar dengan jumlah 29 siswa. Peneliti mengambil semua anggota populasi pada kelas VIII SMPN 1 Cilebar untuk

dijadikan sampel. Variabel yang digunakan dalam penelitian adalah pengaruh selfregulated learning model dalam permainan bola basket terhadap motivasi belajar siswa sekolah menengah pertama.

Penelitian ini akan meneliti kemampuan melakukan penguasaan bola shooting, mendribble bola, dan mengoper bola. Maka sumber datanya adalah seluruh siswa kelas VIII di SMPN 1 Cilebar yang berjumlah 29 siswa. Teknik pengambilan data adalah suatu cara untuk mendapatkan data yang sesuai dengan penelitian yang dilaksanakan. Teknik pengambilan data dilaksanakan dengan tes, yang di lakukan sebanyak dua kali yaitu Pretest-Posttest.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji Normalitas

Uji normalitas kolmogorov smirnov merupakan bagian dari uji asumsi klasik. Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah nilai residual berdistribusi normal atau tidak. Model regresi yang baik adalah memiliki nilai residual yang berdistribusi normal.

Tabel 1.

Uji

Tests of Normality

	Kelas	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Sikap Afektif	1	.091	32	.200 [*]	.979	32	.783
	2	.125	32	.200 [*]	.913	32	.013

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Normalitas

Dari tabel diatas dapat diketahui bahwa daftar Sig. pada kolom Shapiro-Wilk adalah 0,783. Data ini dikatakan normal apabila Sig. dari uji normalitas \geq 0,05. Jadi data yang diperoleh peneliti pada kali ini adalah normal.

Uji Homogenitas

Uji homogenitas adalah suatu uji yang dilakukan untuk mengetahui bahwa dua atau lebih kelompok data sampel berasal dari populasi yang memiliki varians sama (homogen), Pengujian ini merupakan persyaratan sebelum melakukan pengujian lain, misalnya T Test dan Anova. Pengujian ini digunakan untuk meyakinkan bahwa kelompok data memang berasal dari populasi yang memiliki varians yang sama (homogen).

Tabel 2.

Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variance

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Sikap Afektif	Based on Mean	2.195	1	62	.144
	Based on Median	2.236	1	62	.140
	Based on Median and with adjusted df	2.236	1	58.324	.140
	Based on trimmed mean	2.083	1	62	.154

Dari tabel uji homogenitas di atas didapat hasil Sig. 0,144. Karena hasil Sig. yang diperoleh $\geq 0,05$, maka data yang diperoleh pada penelitian kali ini homogen.

Uji Paired Sample Test

Paired sample t test digunakan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan rata-rata dua sampel yang berpasangan. Dua sampel yang dimaksud adalah sampel yang sama namun mempunyai dua data.

Uji paired sample t test merupakan bagian dari statistik parametrik, oleh karena itu sebagaimana aturan dalam statistik parametrik data penelitian haruslah berdistribusi normal.

Tabel 3.
Uji Paired Samples Test

Paired Samples Statistics					
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	VAR00001	39.63	32	4.478	.792
	VAR00002	40.94	32	3.340	.590

Paired Samples Correlations				
		N	Correlation	Sig.
Pair 1	VAR00001 & VAR00002	32	.732	.000

Paired Samples Test									
		Paired Differences							
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
					Lower	Upper			
Pair 1	VAR00001 - VAR00002	-1.312	3.053	.540	-2.413	-.212	-2.432	31	.021

Berdasarkan tabel paired sample test nilai signifikansi (2-tailed) $0,21 < 0,05$ menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara variabel awal dengan variabel akhir. Ini menunjukkan terdapat pengaruh yang bermakna terhadap perbedaan perlakuan yang diberikan pada masing-masing variabel.

Pada pembahasan ini akan menguraikan hasil penelitian tentang penerapan *selfregulated Learning Model*, untuk mengetahui pengaruh penerapan *selfregulated Learning Model* dalam permainan bola basket terhadap motivasi belajar siswa SMPN 1 Cilebar tahun ajaran 2022/2023.

Metode pembelajaran *selfregulated Learning Model* merupakan salah satu metode pembelajaran yang di mana para peserta didik lebih proaktif dan bekerja sama dengan kelompok-kelompok kecil, secara kolaboratif anggotanya terdiri dari

4 sampai 6 orang, termasuk kelompoknya bersifat heterogen untuk mencapai tujuan pembelajaran. Maka hasil proses pembelajaran yang berlangsung kan lebih maksimal. Berdasarkan penelitian ini menyatakan bahwa penerapan metode pembelajaran *selfregulated Learning Model* terdapat pengaruh yang bermakna untuk memotivasi siswa untuk lebih giat belajar.

Penerapan metode pembelajaran *selfregulated Learning Model* dalam pembelajaran gerakan-gerakan senam dasar menggunakan metode *selfregulated Learning Model*, pada uji normalitas dinyatakan normal di mana dari tabel diatas di jelaskan bahwa: dapat diketahui bahwa daftar Sig. pada kolom Shapiro-Wilk adalah 0.783. Data ini memenuhi syarat untuk dikatakan normal karena sig. dari ujin normalitas $> 0,05$. Jadi data yang di peroleh peneliti pada kali ini adalah normal. Sedangkan pada uji homogenitas didapatkan hasil Sig. 0,144. Karena hasil Sig. yang diperoleh $> 0,05$. Maka data yang diperoleh pada penelitian kali ini homogen.

Pada uji terakhir yaitu uji paired sample test ternyata memberikan peningkatan, berdasarkan tabel paired sample tes nilai signifikansi (2-tailed) $0,21 < 0,05$. Menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara variabel awal dengan variabel akhir. Ini menunjukkan terdapat pengaruh yang bermakna terhadap perbedaan perlakuan yang diberikan pada masing-masing variabel.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian terdapat pengaruh penerapan *selfregulated Learning Model* dalam permainan bola basket terhadap motivasi belajar siswa SMPN 1 Cilebar. Dari hasil tes permainan bola basket yang dilakukan pada siswa SMPN 1 Cilebar , yang dapat di simpulkan : pada uji paired sample test ternyata memberikan penurunan, berdasarkan tabel paired sample tes nilai signifikansi (2-tailed) $0,21 < 0,05$. Menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara variabel awal dengan variabel akhir. Ini menunjukkan terdapat pengaruh yang bermakna terhadap perbedaan perlakuan yang diberikan pada masing-masing variabel.

DAFTAR PUSTAKA

- Intan Fauziah, Samsul Maarif, & Trisna Roy Pradipta. (2018). PENINGKATAN KEMAMPUAN KOMUNIKASI MATEMATIS DAN SELF REGULATED LEARNING SISWA MELALUI MODEL PROBLEM BASED LEARNING (PBL). *Problem Based Learning (PBL), Komunikasi Matematis, Self-Regulated Learning*, 1–9.
- Melly Nur Eka Anggraini, Bahauddin Azmy, & Via Yustitia. (2022). Pengaruh Model Pembelajaran Self Regulated Learning Terhadap Kemampuan Berpikir Kreatif Siswa Kelas V di SDN Tenggilis Mejoyo 1 Surabaya. *Learning Model of Self Regulated Learning, Creative Thinking Skills, Debit*, 1–6.
- Siti Aimah, & Muhimatul Ifadah. (2013). PENGARUH SELF-REGULATED LEARNING TERHADAP MOTIVASI BELAJAR SISWA. : : *Self-Regulated Learning (SRL), Motivasi, Belajar.*, 1–4.
- Sri Rahayu Utami, Wahyu Nanda Eka Saputra, & Agus Ria Kumara. (2020). Peningkatan Self-Regulated Learning Siswa melalui Konseling Ringkas

Berfokus Solus. *Peningkatan Self-Regulated Learning Siswa Melalui Konseling Ringkas Berfokus Solus*, 1–13.

Sunawan, Dwi Yuwono Puji Sugiharto, & Catharina Tri Ann. (2013). BIMBINGAN KESULITAN BELAJAR BERBASIS SELF REGULATED LEARNING DALAM MENINGKATKAN PRESTASI BELAJAR SISWA. *Learning Problems, Self Regulated Learning, Learning Achievemen*, 1–13.

Yuski Alfan Toriq, & Dwi Cahyo Kartiko. (2012). PENGARUH PEMBELAJARAN DENGAN MENGGUNAKAN MODIFIKASI BOLA BASKET TERHADAP MOTIVASI SISWA (Studi Pada Siswa Kelas X SMK Negeri 10 Surabaya). *Embelajaran Dengan Menggunakan Modifikasi Bola Basket Terhadap Motivasi Siswa*, 1–5.