



EFEKTIVITAS MATA KULIAH UMUM OLAHRAGA DITINJAU DARI PROSES KETERLAKSANAAN DAN PERBEDAAN INDIVIDUAL

Oleh :

Drs. Andi Suntoda, M.Pd.

Yusup Hidayat, S.Pd., M.Si.

Dra. Tite Juliantine, M.Pd.

Didin Budiman, S.Pd.



▪ Latar Belakang

1. Penyelenggaraan MKU Olahraga di UPI diarahkan pada pengembangan aspek kepribadian mahasiswa secara keseluruhan, terutama mengembangkan aspek kebugaran jasmani.
2. Keberhasilan MKU Olahraga ditentukan oleh banyak faktor, baik yang bersifat internal (tingkat kemampuan gerak, motivasi berprestasi, orientasi tujuan, dll) maupun eksternal (kurikulum, pengajar, PBM, sarana prasarana).
3. Padatnya tugas ajar yang harus diselesaikan dan tugas kerja sehari-hari mengharuskan mahasiswa UPI memiliki kondisi fisik yang prima. Untuk itu, upaya kearah peningkatan kebugaran jasmani yang memadai merupakan salah satu tuntutan mutlak yang tidak boleh diabaikan, MKU Olahraga menjadi salah satu alternatifnya.

▪ Masalah Penelitian

Bagaimanakah hubungan antara perbedaan individual dan keterlaksanaan proses pembelajaran MKU olahraga dengan tingkat kebugaran jasmani mahasiswa.

▪ Tujuan Penelitian

Mengetahui ada tidaknya hubungan antara perbedaan individual dan keterlaksanaan proses pembelajaran MKU olahraga dengan tingkat kebugaran jasmani mahasiswa.

▪ Hipotesis Penelitian

1. Terdapat hubungan positif dan signifikan antara perbedaan individual dengan tingkat kebugaran jasmani mahasiswa.
2. Terdapat hubungan positif dan signifikan antara motivasi berprestasi dengan tingkat kebugaran jasmani mahasiswa.
3. Terdapat hubungan positif dan signifikan antara orientasi tujuan dengan tingkat kebugaran jasmani mahasiswa.
4. Terdapat hubungan positif dan signifikan antara tingkat keterlaksanaan pembelajaran MKU Olahraga dengan tingkat kebugaran jasmani mahasiswa.
5. Terdapat hubungan positif dan signifikan antara perbedaan individual dan tingkat keterlaksanaan pembelajaran MKU Olahraga dengan tingkat kebugaran jasmani mahasiswa.
6. Terdapat hubungan positif dan signifikan antara motivasi berprestasi dengan orientasi tujuan.

▪ Metode Penelitian

1. Penelitian menggunakan metoda Deskriptif dengan teknik korelasional. Penelitian dilakukan terhadap 232 orang mahasiswa yang mengikuti MKU Olahraga Semester Genap Tahun Akademik 2007/2008. Penentuan sampel menggunakan purposive sampling. Subjek penelitian berasal dari 4 Jurusan yang ada di Universitas Pendidikan Indonesia, yaitu Program studi bahasa Inggris, Jurusan bahasa daerah, Bahasa Prancis, dan Jurusan Administrasi Pendidikan.
2. Instrumen penelitian yang digunakan terdiri atas: 1) tes lari 2.4 km dari Cooper (1974); 2) angket motivasi berprestasi Mc Clelland, dkk. (1976) dan Abdullah (Azwar, 1999); 3) angket orientasi tujuan (Duda dan Whitehead, 1998); 4) angket keterlaksanaan pendidikan jasmani dengan merujuk pada *DAPE Rating Scale (Developmentally Appropriate Physical Education Practice for Children)* (Council on Physical Education for Children atau COPEC, 1992);
3. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis uji prasyarat, analisis prosentase, analisis korelasi sederhana dan ganda.

1. Prosentase Dukungan Variabel

Prosentase dukungan variabel motivasi berprestasi sebesar 75%, orientasi tujuan sebesar 76%, keterlaksanaan proses pembelajaran MKU Olahraga sebesar 74.6 %, dan prosentase keberhasilan tingkat kebugaran jasmani dalam 3 kategori, yakni sangat baik (15.1%), baik (65.9 %), dan sedang (19.0%)

2. Hubungan Antara Variabel

Variabel Penelitian	Kebugaran Jasmani (Y)	Orientasi Tujuan (X ₁₂)
Perbedaan Individual (X ₁)	$r = 0.984; t_{hitung} = 83.6 > t_{tabel} = 1.96$ (positif & signifikan)	
Motivasi Berprestasi (X ₁₁)	$r = 0.980; t_{hitung} = 74.69 > t_{tabel} = 1.96$ (positif & signifikan)	$r = 0.995; t_{hitung} = 15.1 > t_{tabel} = 1.96$ (positif & signifikan)
Orientasi Tujuan (X ₁₂)	$r = 0.987; t_{hitung} = 93.16 > t_{tabel} = 1.96$ (positif & signifikan)	
Keterlaksanaan Proses (X ₂)	$r = 0.971; t_{hitung} = 61.62 > t_{tabel} = 1.96$ (positif & signifikan)	
Perbedaan Individual (X ₁) dan Keterlaksanaan Proses (X ₂)	$r = 0.985; F_{hitung} = 3730.8 > F_{tabel} = 3.037$ (interpolasi) (positif & signifikan)	

▪ Pembahasan

1. Perbedaan individual merupakan salah satu faktor yang menentukan keberhasilan atau efektivitas pembelajaran Mata Kuliah Umum Olahraga. Perbedaan individual merupakan variabel internal atau bawaan yang mempengaruhi hasil belajar. Beberapa sub variabel dari perbedaan individual antara lain tingkat kecerdasan umum, kecerdasan gerak, kemampuan mempersepsi (Magill, 2001), minat, bakat, motivasi, kemampuan kognitif (Ahmadi dan Prasetya, 2005).
2. Keberhasilan MKU Olahraga dipengaruhi oleh motivasi berprestasi. Besarnya prosentasi dukungan motivasi berprestasi sebesar 75%, mengindikasikan bahwa pada umumnya mahasiswa UPI yang mengikuti MKU olahraga memiliki motif yang cukup tinggi untuk berhasil dan karena itu memiliki kemungkinan yang cukup tinggi pula untuk berhasil jika didukung oleh proses pembelajaran yang memberikan kesempatan yang sama kepada semua mahasiswa untuk berprestasi.
3. Selain motivasi berprestasi, faktor internal lain yang menentukan keberhasilan MKU olahraga adalah orientasi tujuan. Besarnya prosentase dukungan orientasi tujuan sebesar 75% mengindikasikan bahwa mahasiswa memiliki keinginan pribadi yang kuat untuk terlibat secara aktif dalam proses pembelajaran MKU Olahraga, sekaligus menjadi kekuatan yang mengarahkan seluruh aktivitas belajar mahasiswa baik pada usaha dan proses belajar yang harus dilakukakannya maupun pada hasil yang harus dicapainya (Duda, 1993; Nicholls, 1989). Karena itu, orientasi tujuan menjadi regulator untuk perilaku belajar mahasiswa agar senantiasa terarah pada pencapaian proses dan hasil yang diharapkan.

4. Variabel lain yang mempengaruhi keberhasilan MKU olahraga adalah kualitas keterlaksanaan proses pembelajaran. Tinggi rendahnya tingkat keberhasilan pembelajaran ditentukan oleh tinggi rendahnya keterlaksanaan proses belajar mengajar. Prosentase tingkat keterlaksanaan proses belajar mengajar sebesar 74.6 % menggambarkan kualitas dan kuantitas indikator yang mendukung keterlaksanaan proses.
5. Perbedaan individual dan keterlaksanaan proses pembelajaran MKU Olahraga merupakan dua faktor pokok yang menentukan keberhasilan MKU Olahraga. Perbedaan individual merupakan variabel internal yang mempengaruhi hasil belajar, sementara keterlaksanaan proses pembelajaran MKU olahraga merupakan faktor eksternal yang dapat mempengaruhi hasil belajar, sekaligus menjadi alat evaluasi untuk menilai berhasil tidaknya program MKU Olahraga di UPI.
6. Tinggi rendahnya motivasi berprestasi dipengaruhi oleh tinggi rendahnya orientasi tujuan. Sesuai dengan asumsi teori tujuan berprestasi; setiap individu akan menunjukkan cara-cara yang berbeda ketika menilai kompetensi dan keberhasilannya. Menurut Duda dan Treasure (2001), asumsi ini merupakan anteseden penting untuk menentukan arah dan intensitas perilaku. Karena itu, teori ini sering digunakan untuk menentukan perbedaan prestasi yang mungkin dicapai oleh individu. Menurut teori ini ada tiga faktor yang menentukan motivasi berprestasi individu; yaitu faktor orientasi tujuan, kompetensi yang dimiliki, dan perilaku berprestasi.



Kesimpulan dan saran

Kesimpulan

Perbedaan individual dan keterlaksanaan proses pembelajaran merupakan prediktor kuat untuk keberhasilan pembelajaran MKU Olahraga UPI, baik secara mandiri atau bersama-sama. Perbedaan individual (motivasi berprestasi dan orientasi tujuan) tergolong variabel internal, sementara keterlaksanaan proses pembelajaran tergolong variabel eksternal. Selain itu, orientasi tujuan merupakan prediktor kuat untuk motivasi berprestasi, artinya tinggi rendahnya motivasi berprestasi dipengaruhi oleh tinggi rendahnya orientasi tujuan.



Saran

Untuk penelitian berikutnya disarankan agar menyertakan aspek kognitif dan afektif sebagai aspek penilaian, baik dalam proses maupun hasil yang ingin dicapai. Selain itu, sebaiknya juga dilaksanakan penelitian terhadap subjek penelitian yang lebih luas.



Daftar Pustaka

Ahmadi dan Prasetya, 2005. *Strategi Belajar Mengajar*. Bandung: Pustaka Setia

Ablard, K.E. dan Lipshultz, R.E. 1998. Self Regulated Learning in High-achiever Student: Relations to Advance Reasoning, Achievement Goals, and Gender. *Journal of Educational Psychology*, 90 (1), 94-101.

Azwar, S. 2000. *Penyusunan Skala Psikologis*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset

Bell, B.S. & Kozlowski, S.W.J. 2002. Goal Orientation and Ability: Interactive Effects on Self-Efficacy, Performance, and Know-ledge. *Journal of Applied Psychology*, 87 (3), 497-505.

Biddles, S. 1998. Sport and Exercise Motivation: A Brief Review of Antecedent Factors and Pschological Outcomes of Participation. In K. Green & K. Hardman (Eds.). *Physical Education: A reader* (pp. 154-183). Aachen, Germany: Meyer & Meyer.

Brett, J.F. and VandeWalle, D.1999. Goal Orientation and Goal Content as Predictors of Performance in a Training program. *Journal of Applied Psychology*, 84 (6), 863-873.

Duda, J.L., dan Whitehead, J. 1998. Measurement of goal Perspective in Physical Domain. In J.L. Duda (Ed.), *Advances in Sport and Exercise Psychology Measurement* (pp. 21-48). Morgantown, WW. Fitness Information Technology.



Duda, John L. dan Darren C. Treasure. (2001). Toward Optimal Motivation in Sport: Pastering Athlete's Competence and Sense of Control," *Applied Sport Psychology: Personal Growth to Peak Performance*. Fourth Edition. Ed. Jean. M. William. USA: Mayfield Publishing Company.

Eggen, P. & Kauchak, D. 1997. *Educational Psychology: Window on Classroom*. London: Prentice-Halol. Inc.

Magill, R.A. 2001. *Motor Learning, Concept & Application*. Dubuque: WM. C. Brown Publisher.

Muhidin, S.A. dan Abdurahman, M. 2007. Analisis Korelasi, Regresi, dan Jalur dalam Penelitian. Bandung: Pustaka Setia

Nicholls, J.G. 1989. *The Competitive Ethos and Democratic Education*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

Ormrod, E. Jeanne. 2003. *Educational Psychology. Developing Learners*. New Jersey: Merril Prentice Hall.

Sarrazin, P. and Famose, J.P.1999. Children's Goals and Motivation in Physical Education. Dalam Auweele, Y.V., Bakker, F., Biddle, S. Durand, M., & Seiler. *Psychology For Physical Educations*. Canada: Human Kinetics

Steel-Johnson, D.S. dkk. 2000. Goal Orientation and Task Demand Effects on Motivation, Affect, and Performance. *Journal of Applied Psychology*, 25 (5), 724-738.

Stork, S. dan Sanders, S. Developmentally Appropriate Physical Education A rating Scale. *JOPERD*. 67 (6), 52-59.

VandeWalle, D., Cron, W.L., and Slocun, J.W.Jr. 2001. The Role of Goal Orientation Following Performance feedback. *Journal of Applied Psychology*, 86 (4), 629-640.

Weinberg.S.W. dan Gould, G. 2003. *Foundations of Sport dan Exercise Psychology*. United States. Human Kinetics

Zahariadis, P.N. and Biddle, S.J.H. 2000. Goal Orientation and Participation Motives in Physical Education and Sport: Their Relationships in English School children. *Journal of Sport Psychology*, 2 (1), [http://www.athleticinsight.com /Vol2_Iss1/ English_children.htm](http://www.athleticinsight.com/Vol2_Iss1/English_children.htm).