

**PENDIDIKAN**

**LAPORAN PENELITIAN HIBAH BERSAING  
PERGURUAN TINGGI TAHUN KEDUA**



**PENERAPAN PENDEKATAN *SELF-REGULATED LEARNING* DALAM  
PENGEMBANGAN MODEL PEMBELAJARAN  
PENDIDIKAN JASMANI**

**Ketua Peneliti:  
Yusup Hidayat, S.Pd., M.Si.**

**Anggota:  
Dian Budiana, S.Pd., M.Pd. (Anggota)  
Didin Budiman, M.Pd. (Anggota)**

Dibiayai oleh Direktorat Pembinaan Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat,  
Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi  
Dengan Nomor Kontrak:.....

**JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA  
Bandung, Nopember 2009**

**LEMBAR IDENTIFIKASI DAN PENGESAHAN  
LAPORAN HASIL PENELITIAN HIBAH BERSAING TAHUN 2008**

---

**1. Judul Penelitian** : Penerapan Pendekatan Self-Regulated Learning Dalam Pengembangan Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani

**2. Ketua Peneliti:**

- a. Nama Lengkap : Yusup Hidayat, S.Pd., M.Si
- b. Jenis Kelamin : Laki-laki
- c. NIP : 196808301999031001
- d. Pangkat / Golongan : III C
- e. Jabatan Fungsional : Lektor
- f. Unit Kerja : FPOK / Pendidikan Olahraga
- g. Alamat : Jl. Dr. Setiabudhi No. 229 Bandung
- g. Pusat Penelitian : Lembaga Penelitian UPI
- h. E-mail : yusup\_h2000@yahoo.com
- i. Alamat Rumah : Kp. Lembang 05/01 Kiang roke Banjaran Bandung
- j. Telepon / Hp : 081321994631

**3. Anggota Peneliti:**

NO	NAMA DAN GELAR AKADEMIK	BIDANG KEAHLIAN	INSTANSI
1.	Dian Budiana, S.Pd. M.Pd.	Kurikulum Pendidikan Jasmani	UPI
2.	Didin Budiman M.Pd.	Pedagogi Olahraga	UPI

**4. Pembiayaan dan Jangka Waktu**

- a. Jangka waktu penelitian yang diusulkan : 2 Tahun
- b. Biaya Total yang diusulkan : Rp. 99.900.000,00
- c. Biaya yang disetujui tahun 2009 : Rp. 40.000.000,00

Mengetahui  
Dekan FPOK UPI

Bandung, Nopember 2008  
Ketua Peneliti

**Dr. H. Yudha M. Saputra, M.Ed**  
NIP: 196303103121989011002

**Yusup Hidayat, S.Pd., M.Si.**  
NIP: 196808301999031001

Menyetujui  
Ketua Lembaga Penelitian UPI

**Prof. Dr. Sumarto, MSIE**  
NIP: 19550705 1981031 005

## RINGKASAN DAN SUMMARY

Tujuan penelitian pada tahun kedua (2009) adalah untuk menghasilkan model hipotetik pembelajaran pendidikan jasmani berdasarkan pendekatan *self regulated learning* dan outline buku implementasi model pembelajaran pendidikan jasmani berdasarkan pendekatan *self regulated learning*. Penelitian dilakukan dengan menggunakan metode kuantitatif terhadap 80 subyek penelitian yang terdiri atas siswa-siswi dan enam orang guru pendidikan jasmani Sekolah Dasar Cisitu 1 dan 2 Kota Bandung, serta dua pakar pendidikan jasmani dari FPOK Universitas Pendidikan Indonesia. Instrumen penelitian yang digunakan dalam pengumpulan data adalah tes keterampilan gerak menggiring bola (*dribling*) dan lempar tangkap bola, kuesioner motivasi belajar dan kemampuan analisis siswa sekolah dasar, serta *Focus Group Discussion* (FGD) untuk menentukan model format proses pembelajaran pendidikan jasmani dan penyempurnaan model hipotetik. Berdasarkan pengolahan dan analisis data dengan menggunakan FGD dan uji-t diperoleh hasil penelitian sebagai berikut: (1) model hipotetik teoretik pembelajaran pendidikan jasmani berdasarkan pendidikan jasmani melalui FGD dan Uji coba lapangan, (2) format model proses pembelajaran pendidikan jasmani dengan menerapkan komponen dan sub komponen pendekatan *self regulated learning*. Format ini disusun dan dikembangkan dengan merujuk pada struktur dasar proses pembelajaran pendidikan jasmani yang terdiri dari tiga tahapan, yaitu tahap pendahuluan, pembelajaran inti, dan penutup, (3) outline buku implementasi pembelajaran pendidikan jasmani di Sekolah Dasar berdasarkan pendekatan *self regulated learning*. *Outline* ini terdiri atas 5 bab, yaitu Bab 1 tentang hakekat pendidikan jasmani, bab 2 tentang model pembelajaran pendidikan jasmani, bab 3 tentang pendekatan pembelajaran *self regulated learning*, bab 4 tentang model pembelajaran pendidikan jasmani berbasis pendekatan *self regulated learning*, dan bab 5 tentang implementasi pembelajaran.

## PRAKATA

Puji dan syukur penulis panjatkan ke Hadirat Alloh SWT, atas segala nikmat dan karuniaNya yang telah dilimpahkan kepada kita semua, khususnya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan laporan penelitian Hibah Bersaing Perguruan Tinggi untuk tahun kedua (2009) ini, dengan judul ” Penerapan Pendekatan *Self-Reguleted Learning* dalam Pengembangan Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani”

Penelitian ini merupakan lanjutan penelitian tahap pertama (tahun 2008). Pada penelitian tahap satu telah dihasilkan beberap hal sebagai berikut: (1) kondisi pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar, antara lain model pembelajaran yang digunakan, tingkat keterlaksanaan pendidikan jasmani, dan masalah-masalah yang dihadapi oleh guru pendidikan dalam melaksanakan pembelajaran pendidikan jasmani di Sekolah Dasar; (2) komponen dan sub komponen self regulated learning yang digunakan oleh siswa sekolah dasar ketika terlibat dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani; dan (3) rancangan dasar model pembelajaran pendidikan jasmani dengan menerapkan pendekatan *seft regulated learning*.

Selanjutnya pada penelitian tahap kedua ini (tahun 2009), rancangan dasar model pembelajaran yang telah dikembangkan akan disempurnakan menjadi sebuah model hipotetik melalui FGD dan uji coba lapangan (eksperimen). Selain itu, akan disusun juga model format proses pembelajaran pendidikan jasmani dengan menerapkan pendekatan SRL, dan juga membuat outline buku implementasi pembelajaran pendidikan jasmani berdasarkan pendekatan SRL.

Laporan penelitian ini terdiri atas 6 bab, yaitu pendahuluan (Bab 1), tinjauan pustaka (Bab 1), tujuan dan manfaat penelitian (Bab 1), metode penelitian (Bab 1), hasil penelitian dan pembahasan (Bab 1), kesimpulan dan saran (Bab 1). Adapun lampiran berisi tentang daftar nama responden, instrumen penelitian, dokumentasi proses penelitian, dan identitas peneliti. Dilengkapi juga dengan draft artikel jurnal, dan sinopsis penelitian lanjutan untuk tahun 2010.

Penelitian ini tidak mungkin selesai dikerjakan jika tanpa bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu, perkenankan peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah turut membantu, antara lain:

1. Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi, Departemen Pendidikan Nasional, atas dukungan biayanya sehingga hasrat untuk tetap mengembangkan ilmu dapat terlaksana;
2. Prof. Dr. Sumarto, MSIE beserta jajarannya, selaku pejabat di Lembaga Penelitian UPI yang telah mengkoordinir kegiatan penelitian ini.
3. Dr. H. Yudha M. Saputra, M.Ed. selaku Dekan FPOK UPI yang telah memberikan izin dan fasilitas untuk melaksanakan penelitian ini;
4. Drs. Sucipto, M.Kes. sebagai ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan juga Ketua Prodi PJKR yang telah memberikan izin dan dukungan penuh untuk melaksanakan penelitian ini;
5. Drs. Sucipto, M.Kes. dan Drs. Yyunun Yudiana M.Pd. yang telah berkenan memberikan masukan dan dorongan selama pelaksanaan penelitian.
6. Semua pihak yang telah ikut serta membantu penyelesaian penelitian ini sampai selesainya laporan ini. Mudah-mudahan semua amal sholehnya mendapatkan balasan pahala yang berlipat ganda dari Allah Subhanahu-wata'ala. Amiin

Akhirnya, manusia hanya diberi ilmu sedikit saja dan semoga yang sedikit ini dapat bermanfaat untuk kehidupan kita bersama, terutama mampu lebih mendekatkan kita terhadap Allah SWT. Amiin.

Bandung, Nopember 2009

Tim Peneliti

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PENGESAHAN.....	i
<b>A. LAPORAN HASIL PENELITIAN</b>	
RINGKASAN DAN SUMMARY.....	ii
PRAKATA.....	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix
<b>BAB I    PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Subyek Penelitian.....	4
D. Lokasi Penelitian.....	5
E. Hasil Yang Diharapkan.....	5
D. Penelitian Yang Relevan.....	5
<b>BAB II    TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>8</b>
A. Pembelajaran Pendidikan Jasmani.....	8
1. Pengertian dan Tujuan Pendidikan Jasmani.....	8
2. Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani.....	10
B. Hasil Belajar Pendidikan Jasmani.....	12
C. Pendekatan <i>Self-Regulated Learning</i> .....	14
D. Hubungan pendekatan self regulated learning dengan motivasi belajar.....	18
E. Hubungan self regulated learning dengan kemampuan analisis.....	20
F. Hubungan self regulated learning dengan penguasaan keterampilan.....	21
<b>BAB III    TUJUAN DAN MANFAAT PENELITIAN.....</b>	<b>25</b>
A. Tujuan Penelitian.....	25
B. Manfaat Penelitian.....	25

BAB IV	METODE PENELITIAN.....	27
	A. Pendekatan Penelitian.....	27
	B. Populasi dan Sampel.....	27
	C. Prosedur penelitian.....	28
	D. Instrumen Penelitian.....	30
	E. Teknik Analisis Data.....	42
BAB V	HASIL DAN PEMBAHASAN.....	42
	A. Hasil Penelitian .....	42
	B. Pembahasan Hasil Penelitian.....	
BAB VI	KESIMPULAN DAN SARAN.....	
	A. Kesimpulan .....	
	B. Saran.....	
	DAFTAR PUSTAKA .....	
	LAMPIRAN-LAMPIRAN .....	
	<b>B. DRAF ARTIKEL ILMIAH .....</b>	
	<b>C. SINOPSIS PENELITIAN LANJUTAN .....</b>	

## DAFTAR TABEL

		Halaman
Tabel 4.1.	Kisi-Kisi Kondisi Pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah Dasar.....	40
Tabel 4.2.	Hasil Pengolahan Validitas Kuesioner .....	45
Tabel 4.3.	Nilai Kualitatif Variabel / Predikat.....	53
Tabel 5.1.	Prosentase Kecenderungan Penggunaan Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar..	62
Tabel 5.2.	Persentase Dukungan Keterlaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Setiap Indikator...	62
Tabel 5.3.	Komponen, Sub Komponen, dan Contoh Unit Analisis Regulasi Diri Dalam Belajar Pendidikan Jasmani.....	64
Tabel 5.4.	Model Regulasi Diri Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani.....	66



## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 4.1. Tahap dan langkah Penelitian.....	36
Gambar 5.1. Rancangan Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar Berdasarkan Pendekatan <i>Self-Regulated Learning</i> .....	69

## DAFTAR LAMPIRAN

		Halaman
Lampiran 1	Daftar sampel Penelitian (Guru dan siswa) .....	
Lampiran 2	Kuesioner motivasi belajar siswa .....	
Lampiran 3	Kuesioner Kemampuan Analisis Siswa.....	
Lampiran 4	Petunjuk Pelaksanaan Tes Keterampilan Gerak Menggiring Bola dan Lempar Tangkap Bola .....	
Lampiran 5	Contoh Penghitungan Validitas Kuesioner .....	
Lampiran 6	Contoh Penghitungan Reliabilitas Kuesioner .....	
Lampiran 7	Contoh Penghitungan Uji-t	
Lampiran 8	Log Book Kegiatan.....	
Lampiran 9	Bukti Dokumentasi Penelitian.....	
Lampiran 10	Biografi/Daftar Riwayat Hidup Peneliti.....	