

## **BAB 2**

### **KAJIAN TEORETIS**

#### **2.1 Kajian Pustaka**

##### **2.1.1 Pendidikan Jasmani**

Mahendra (2012) “Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi” (hlm.103-187). Lingkungan belajar seluruh rana, jasmani, psikomotor, kognitif, dan afektif setiap siswa. Menurut Sukintaka (2012) “Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan total yang mencoba mencapai tujuan mengembangkan kebugaran jasmani, mental, sosial, serta emosional bagi masyarakat dengan wahana aktivitas jasmani” (hlm.2).

Menurut Samsudin (2012) “Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui penyediaan pengalaman belajar kepada siswa berupa aktivitas jasmani, berolahraga yang direncanakan secara sistematis guna merangsang pertumbuhan perkembangan fisik, keterampilan motorik, keterampilan berpikir, emosional, sosial dan moral” (hlm.29). Menurut Rosdiani (2013) “Pendidikan Jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neumuskuler, perseptual, kognitif, dan emosional, dalam kerangka sistem pendidikan nasional” (hlm.23). Menurut Mulyanto (2014) “Pendidikan jasmani adalah proses belajar untuk bergerak, dan belajar melalui gerak. Ciri dari pendidikan jasmani adalah belajar melalui pengalaman gerak untuk mencapai tujuan pengajaran melalui pelaksanaan, aktivitas jasmani, bermain dan olahraga” (hlm.34).

Tujuan Pendidikan Jasmani menurut Permendiknas Nomor 22 Tahun 2016 adalah sebagai berikut:

1. Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih.
2. Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik.
3. Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar.
4. Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.
5. Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerja sama, percaya diri dan demokratis.
6. Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan.
7. Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil serta memiliki sikap yang positif.

Berdasarkan uraian tentang hakikat pendidikan jasmani yang dikemukakan oleh para pendidikan jasmani di atas, maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa pendidikan jasmani merupakan suatu proses pendidikan melalui aktivitas jasmani yang dikelola secara sistematis untuk mencapai tujuan pendidikan secara menyeluruh.

### **2.1.2 Pembelajaran Pendidikan Jasmani**

Pembelajaran dengan pengajaran dua kata yang hampir sama, namun memiliki makna yang agak berbeda. Persamaannya adalah berasal dari kata “belajar”. Muhibin Syah, Mulya, Gumilar dan Resty Agustriyani, (2014) Belajar adalah: “Tahapan perubahan seluruh tingkah laku individu yang relatif menetap sebagai hasil pengalaman dan interaksi dengan lingkungan yang melibatkan proses kognitif” (hlm.11). Menurut Anon Hidayat Cucu, (2015) menjelaskan bahwa belajar pada hakikatnya adalah “suatu aktivitas yang mengharapkan terjadinya perubahan tingkah laku (*behavioral change*) pada individu yang belajar”(hlm.10).

Perubahan-perubahan tersebut tidak disebabkan karena faktor kematangan melainkan terjadi karena usaha individu yang bersangkutan. Jadi proses belajar dapat terjadi karena adanya interaksi baik dengan orang lain maupun dengan lingkungannya. Salah satu pertanda bahwa seseorang telah belajar dapat dilihat dari adanya perubahan perilaku dalam dirinya. Perubahan tingkah laku tersebut terjadi secara menyeluruh, baik perubahan pengetahuan (kognitif), keterampilan (psikomotor) maupun perubahan yang menyangkut nilai dan sikap (afektif).

Berdasarkan kutipan tersebut, dalam belajar harus ada interaksi antara yang belajar (siswa) dengan yang mengajar (guru), agar terjadinya perubahan perilaku yang diharapkan. Interaksi antara guru dengan murid itulah yang disebut dengan pengajaran atau pembelajaran.

Pada dasarnya pengajaran dan pembelajaran hampir sama namun ada penitik beratan dalam keaktifan antar siswa dan guru. Mulya, Gumilar dan Resty Agustriyani (2014) menjelaskan bahwa “Mengajar bukan hanya mempengaruhi agar terjadi pemilikan pengetahuan, keterampilan, melainkan juga mempengaruhi sikap, minat, apresiasi, dan tingkah laku secara nyata. Pembelajaran: proses belajar mengajar dengan lebih melibatkan siswa untuk aktif dalam belajar, guru sebagai fasilitator”(hlm.12). Berdasarkan kutipan tersebut, mengajar lebih cenderung guru yang aktif, sementara siswa pasif hanya mendengar dan melaksanakan apa yang diperintahkan guru, sementara pembelajaran sebaliknya siswa yang aktif, guru sebagai fasilitator.

Dalam pembelajaran PJOK tidak serta merta siswa dibiarkan aktif tanpa ada kontrol dari guru, apalagi materi PJOK yang memerlukan kehati-hatian, harus diawali oleh guru yang aktif, selanjutnya sedikit demi sedikit siswa yang lebih aktif. Demikianlah perbedaan pengajaran dan pembelajaran.

Belajar pada hakikatnya adalah suatu aktivitas yang mengharapkan terjadinya perubahan tingkah laku (*behavioral change*) pada individu yang belajar. Perubahan-perubahan tersebut tidak disebabkan karena faktor kematangan melainkan terjadi karena usaha individu yang bersangkutan. Jadi proses belajar dapat terjadi karena adanya interaksi baik dengan orang lain maupun dengan lingkungan.

### 2.1.3 Konsep Belajar

Belajar merupakan proses manusia untuk mencapai berbagai macam kompetensi, keterampilan, dan sikap. Usaha untuk mencapai kepandaian atau ilmu merupakan usaha manusia untuk memenuhi kebutuhannya, mendapatkan ilmu atau kepandaian yang belum dipunyai sebelumnya. Sehingga dengan belajar manusia menjadi tahu, memahami, mengerti, dapat melaksanakan dan memiliki tentang sesuatu. Dalam keseluruhan proses pendidikan di sekolah kegiatan belajar mengajar merupakan kegiatan paling pokok. Hal ini berarti bahwa keberhasilan atau tidaknya pencapaian tujuan pendidikan bergantung pada proses belajar yang dilakukan siswa sebagai anak didik. Menurut Willis dalam Hidayat & Juniar, (2020) mendefinisikan makna belajar secara lebih sederhana, namun dapat memberikan penjelasan tentang komponen-komponen yang ada di dalamnya. Menurutnya “belajar adalah sebagai suatu proses dimana organisme berubah perilakunya sebagai akibat pengalaman”(hlm.10). Belajar menyangkut perubahan organisme, berarti bahwa belajar membutuhkan waktu. Untuk mengukur belajar yang berkaitan dengan perubahan organisme tentunya harus membandingkan cara organisme berperilaku pada waktu pertama dengan cara organisme berperilaku pada waktu kedua dalam suasana yang serupa. Apabila perilaku dalam suasana serupa itu berbeda untuk kedua peristiwa, maka itu berarti telah terjadi proses belajar.

Pengertian belajar dalam dunia pendidikan memiliki sudut pandang yang berbeda. Di antaranya dapat dipaparkan sesuai pendapat para ahli yang dikutip oleh Hidayat & Juniar (2020) Menurut Musston sebagai berikut:

Belajar didefinisikan sebagai suatu proses yang ditandai dengan adanya perubahan pada diri seseorang melalui berbagai pengalaman yang diperolehnya. Perubahan sebagai keterampilan dapat ditunjukkan dalam berbagai bentuk, seperti perubahan pengetahuannya, sikap dan tingkah lakunya, keterampilannya, dan lain-lain aspek yang ada pada diri individu (hlm.9).

Selanjutnya Travers Werdayanti (2017), mengatakan bahwa “belajar adalah merupakan perubahan perilaku yang relatif permanen sebagai hasil interaksi seseorang dengan lingkungannya”(hlm.5). Para ahli di bidang psikologi mendefinisikan belajar antara lain:

(1) adalah proses di mana aktifitas berubah melalui reaksi terhadap situasi yang dijumpainya, (2) belajar adalah proses asimilasi (*pengintegrasian*) informasi baru ke struktur kognitif yang sudah ada dalam benak seseorang, sehingga menghasilkan perubahan perilaku yang relatif permanen, (3) belajar tiada lain adalah proses memanusiakan manusia. Dengan kata lain proses belajar harus berusaha agar lambat laun ia mampu mencapai aktualisasi diri dengan sebaik-baiknya, dan (4) belajar adalah pengolahan informasi, bagaimana proses belajar berlangsung akan sangat ditentukan oleh sistem informasi dari apa yang dipelajari siswa (hlm.34).

Dari beberapa definisi belajar yang diuraikan diatas, terlihat ada beberapa kesamaan umum dalam mendefinisikan belajar. Pertama, belajar mengakibatkan adanya perubahan atau kemampuan baru. Kedua, perubahan atau kemampuan baru itu tidak berlangsung sesaat, melainkan menetap (*permanen*) dan dapat disimpan. Ketiga, perubahan atau kemampuan baru itu terjadi karena adanya interaksi dengan lingkungan, melalui latihan dan pengalaman (*disengaja*). Keempat, perubahan atau kemampuan baru itu tidak timbul karena proses pertumbuhan atau perubahan kondisi fisik yang temporer sifatnya.

#### **2.1.4 Ciri-ciri belajar**

Jika hakikat belajar adalah perubahan tingkah laku, maka ada beberapa perubahan tertentu yang dimasukkan ke dalam ciri-ciri belajar menurut Djamarah dan Zain (2016) sebagai berikut :

- a) Perubahan yang terjadi secara sadar Individu yang belajar akan menyadari terjadinya perubahan atau sekurang-kurangnya individu merasakan telah terjadi adanya suatu perubahan dalam dirinya.
- b) Perubahan dalam belajar bersifat fungsional Sebagai hasil belajar, perubahan yang terjadi dalam diri individu berlangsung terus-menerus dan tidak statis. Suatu perubahan yang terjadi akan menyebabkan perubahan berikutnya dan akan berguna bagi kehidupan atau proses belajar berikutnya.
- c) Perubahan dalam belajar bersifat positif dan aktif Dalam perbuatan belajar, perubahan selalu bertambah dan tertuju memperoleh suatu yang lebih baik dari sebelumnya. Makin banyak usah belajar dilakukan, makin

banyak dan makin baik perubahan yang diperoleh. d) Perubahan dalam belajar bukan bersifat sementara Perubahan bersifat sementara yang terjadi hanya untuk beberapa saat saja seperti berkeringat, keluar air mata, menangis dan sebagainya. Perubahan terjadi karena proses belajar bersifat menetap atau permanen. e) Perubahan mencakup seluruh aspek tingkah laku Perubahan yang diperoleh individu setelah melalui suatu proses belajar meliputi perubahan keseluruhan tingkah laku jika seseorang belajar sesuatu sebagai hasil ia akan mengalami perubahan tingkah laku secara menyeluruh dalam sikap kebiasaan, keterampilan, pengetahuan (hlm.15-16)

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa belajar tidak hanya berkenaan dengan jumlah pengetahuan tetapi juga meliputi seluruh kemampuan individu. Dengan demikian, maka ciri-ciri belajar juga dapat dirumuskan yaitu harus memungkinkan terjadinya perubahan perilaku pada diri individu. Perubahan tersebut tidak hanya pada aspek pengetahuan atau kognitif saja tetapi juga meliputi aspek sikap dan nilai serta keterampilan.

### **2.1.5 Prinsip-prinsip belajar**

Untuk menciptakan dan menghasilkan kegiatan belajar dan pembelajaran yang berprestatif dan menyenangkan, perlu diketahui berbagai landasan yakni prinsip-prinsip maupun teori belajar. Prinsip ini dijadikan sebagai dasar dalam upaya pembelajaran, baik bagi siswa maupun bagi guru dalam upaya mencapai hasil yang diinginkan. Menurut Khairani (2014) prinsip-prinsip belajar yaitu:

- 1) Informasi faktual, Informasi tentang materi pembelajaran yang nantinya akan dilaksanakan dapat melalui komunikasi yang dilakukan kepada pendidik lain, atau pada skemata awal peserta didik yang dihubungkan dengan pembelaran selanjutnya agar lebih mendalam. 2) Kemahiran intelektual Pendidik harus memiliki kemampuan dalam mengartikan atau memahami simbol-simbol, bahasa, dan yang lainnya. 3) Strategi pendidik harus mampu menguasai teknik yang digunakan dalam pembelajaran yang akan diterapkan di dalam proses pembelajaran.(hlm.11).

Pendapat lain juga dikemukakan oleh Sardiman (2020) menjelaskan prinsip- prinsip belajar sebagai berikut :

- 1) Belajar pada hakikatnya menyangkut kemampuan manusiawi dan kelakuannya. 2) Belajar memerlukan proses pembelajaran dan kesiapan pada pembelajar. 3) Belajar lebih efektif apabila didorong dengan motivasi dari dalam, kebutuhan atau kesadaran. 4) Belajar merupakan proses percobaan atau pembiasaan. 5) Kemampuan belajar seorang pembelajaran harus dapat mempertimbangkan dalam menentukan materi pembelajaran. 6) Belajar dapat dilakukan dengan cara pembelajaran langsung, pengalaman

awal seseorang itu sendiri dan peniruan yang dilakukan oleh orang lain.(hlm.30).

Berdasarkan pendapat para ahli dapat disimpulkan bahwa prinsip-prinsip belajar yaitu tersedia materi pelajaran secara lengkap untuk memancing aktivitas peserta didik , baik berupa media pembelajaran. Kemahiran intelektual pendidik yang memiliki kemampuan dalam menafsirkan simbol-simbol, dan bahasa. Mampu menguasai strategi pembelajaran, motivasi positif dan percaya diri dalam belajar, kesiapan proses pembelajaran dan kesiapan pada peserta didik menerima pembelajaran. Setiap peserta didik belajar berdasarkan tempo atau kecepatannya masing-masing, sesuai dengan umur dan kemampuan pengembangan diri yang dimiliki oleh peserta didik.

#### **2.1.6 Tujuan dan Fungsi Perencanaan Pembelajaran**

Salah satu faktor yang membawa keberhasilan itu ialah guru tersebut senantiasa membuat perencanaan mengajar sebelumnya. Pada garis besar, perencanaan pembelajaran itu bertujuan untuk mengarahkan dan membimbing kegiatan guru dan siswa dalam proses pembelajaran. Adapun menurut pendapat para ahli yaitu mengenai tujuan pendidikan jasmani yang dikemukakan oleh Stoodley dalam Bucher, yang dikutip oleh Mulya & Lengkana (2020) , yaitu: “(1) perkembangan kesehatan, jasmani atau organ-organ tubuh; (2) perkembangan mental – emosional; (3) perkembangan neuromuskular; (4) perkembangan sosial dan (5) perkembangan intelektual”(hlm.9). Tujuan perencanaan itu memungkinkan guru memilih metode mana yang sesuai sehingga proses pembelajaran itu mengarah dan dapat mencapai tujuan yang telah dirumuskan. Bagi guru, setiap pemilihan metode berarti menentukan jenis proses belajar mengajar mana yang dianggap efektif untuk mencapai tujuan yang telah dirumuskan. Hal ini juga mengarahkan bagaimana guru mengorganisasikan kegiatan-kegiatan siswa dalam proses pembelajaran yang telah dipilihnya. Dengan demikian betapa pentingnya tujuan itu diperhatikan dan dirumuskan dalam setiap pembelajaran, agar pembelajaran ini benar-benar dapat mencapai tujuan sebagaimana yang tertuang dalam kurikulum.

“Maka secara hakiki tujuan yang paling mendasar dari sebuah perencanaan pembelajaran adalah sebagai pedoman atau petunjuk bagi guru, serta mengarahkan

dan membimbing kegiatan guru dan siswa dalam proses pembelajaran” yang di kutip oleh Hidayat (2015) sedangkan fungsi dari perencanaan adalah:

- 1) Mengorganisasikan dan mengakomodasikan kebutuhan siswa secara spesifik.
- 2) Membantu guru dalam memetakan tujuan yang hendak dicapai.
- 3) Membantu guru dalam mengurangi kegiatan yang bersifat *trial* dan *error* dalam mengajar (hlm.11).

### **2.1.7 Konsep Belajar Gerak**

Proses belajar gerak pada prinsipnya tidak jauh berbeda dengan pengertian belajar secara umumnya. Belajar gerak melalui praktik atau pengalaman belajar tidak dapat diukur secara langsung, karena proses yang mengantarkan pencapaian perubahan perilaku berlangsung secara internal atau dalam diri. Belajar gerak secara sederhana dapat digambarkan sebagai proses pembelajaran yang dilakukan secara terencana dan sistematis untuk mencapai tujuan pembelajaran yang direncanakan. Menurut Kiram (2019), “Belajar gerak adalah belajar yang diwujudkan melalui respons-respons muskular dan diekspresikan gerakan tubuh”(hlm.13). Belajar gerak (*motor learning*) pada dasarnya tidak jauh berbeda dari konsep belajar pada umumnya. Belajar gerak merupakan perubahan yang relatif permanen yang bekerja atau yang berhubungan dengan perubahan perilaku gerak yang dihasilkan berkat latihan atau pengalaman di masa lalu. Siedentop Hidayat & Juniar (2020) menyatakan bahwa “belajar gerak diartikan sebagai perubahan yang relatif permanen (*melekat*) di dalam kinerja keterampilan gerak yang diperoleh dari pengalaman atau latihan”(hlm.12).

Berdasarkan pengertian di atas, dalam belajar gerak terkandung beberapa karakteristik sebagai berikut:

- 1) Belajar gerak sebagai peristiwa, kejadian atau perubahan yang terjadi apabila seseorang berlatih yang memungkinkan mereka menjadi semakin terampil dalam melaksanakan suatu kegiatan.
- 2) Belajar gerak adalah hasil langsung dari praktek atau pengalaman
- 3) Belajar gerak tidak dapat diukur secara langsung, karena proses yang mengantarkan pencapaian perubahan perilaku berlangsung secara internal

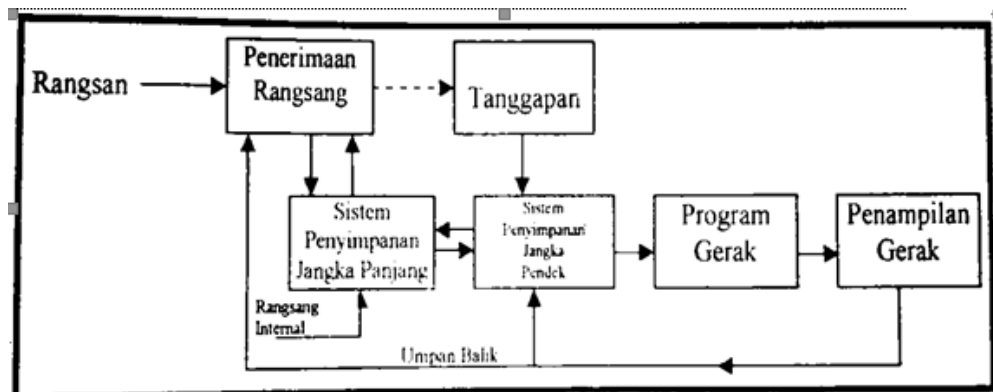


atau *dalam diri manusia* sehingga tidak dapat diamati secara langsung, terkecuali ditafsirkan berdasarkan perubahan perilaku.

- 4) Belajar gerak dipandang sebagai proses yang menghasilkan perubahan relatif permanen dalam keterampilan.

Proses belajar gerak terjadi karena adanya masukan atau rangsangan yang diterima oleh indera penglihatan, pendengaran, rasa dan indera kinestesi. Masukan tersebut diteruskan ke sistem syaraf pusat untuk diproses, dan kemudian ditafsirkan serta disimpan, lalu diterjemahkan dalam bentuk gerakan (*keluaran*). Dari pendapat sardiman di atas penulis dapat menyimpulkan bahwa belajar itu bukan hanya kegiatan mencari pengetahuan saja, tetapi menyangkut gerak tubuh juga. Dari kutipan di atas, penulis dapat menyimpulkan bahwa yang dimaksud dengan “belajar gerak adalah hasil dari suatu proses latihan dalam cabang olahraga tertentu yang didapat berkat kerja keras suatu individu sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya”.

Masukan sensori berkaitan dengan penerimaan rangsang oleh organ-organ sensori. Masukan sensori ini kemudian diproses dalam sistem ingatan (*short term sensory*), selanjutnya diteruskan ke penyimpanan jangka pendek atau sementara (*short term memory*). Informasi persepsi ini hanya dapat bertahan dalam sistem penyimpanan untuk sementara, apabila tidak digunakan dalam waktu yang singkat akan dilupakan atau hilang. Selanjutnya masukan yang telah diproses dalam sistem penyimpanan jangka pendek kemudian disimpan dalam gudang penyimpanan jangka pendek (*long term memory*). Semua proses informasi tersebut adalah merupakan proses kegiatan kognitif yang belum tentu dilakukan dalam bentuk gerakan. Sesuatu yang telah disimpan dalam gudang penyimpanan jangka panjang akan mempengaruhi lagi persepsi dan keputusan yang akan diambil. Setelah informasi persepsi diubah dalam bentuk rencana gerakan (*motor plan*), maka kontrol motorik menyusun seperangkat perintah yang ditujukan kepada perototan untuk menghasilkan gerakan yang sesuai dengan rencana tindakan. Keterampilan motorik adalah hasil akhir dari proses pengolahan atau pemrosesan informasi. Proses pengolahan informasi selengkapnya dapat dilihat pada gambar di bawah ini.



Gambar 1 Proses Pengolahan Informasi

Sumber:(Hidayat & Juniar, 2020). *Belajar dan Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Diktat Tasikmalaya: PJKR-FKIP UNSIL.

Untuk lebih memahami perilaku siswa dalam belajar gerak, pendekatan psikologi dipandang masih sangat relevan, karena proses belajar gerak tidak semata-mata sebagai gejala yang dipengaruhi oleh faktor biologis (*neurofisiologis*) saja. Belajar gerak adalah suatu proses yang juga melibatkan aktivitas kejiwaan dan badan sebagai suatu kesatuan.

Berbagai teori yang berupaya mengungkap perilaku belajar pada umumnya, pada dasarnya juga berlaku untuk teori belajar gerak. Dalam ilmu psikologi, teori yang berkenaan dengan belajar, secara umum dapat dikelompokkan menjadi empat aliran, yaitu aliran tingkah laku (*behaviorisme*), aliran kognitif (*gestalt field*), aliran humanistik, dan aliran sibernetik. Kelompok teori *behaviorisme* atau teori tingkah laku menekankan pada “hasil” dari proses belajar, kelompok teori kognitif menekankan pada “proses” belajar, kelompok teori humanis lebih menekankan pada “isi” atau apa yang dipelajari, sedangkan kelompok teori sibernik lebih menekankan pada “sistem informasi” yang dipelajari.

### 2.1.8 Fase-fase Belajar Gerak

Fase belajar gerak pada prinsipnya tidak jauh berbeda dengan pengertian belajar secara umumnya. Belajar gerak melalui praktik atau pengalaman belajar tidak dapat diukur secara langsung, karena proses yang mengantarkan pencapaian perubahan perilaku berlangsung secara internal atau dalam diri. Belajar gerak secara sederhana dapat digambarkan sebagai proses pembelajaran yang dilakukan secara terencana dan sistematis untuk mencapai tujuan pembelajaran yang direncanakan. Menurut Hidayat, C (2015) , “Sasaran utama belajar gerak adalah tercapainya otomatisasi gerakan”(hlm.20). Gerakan yang sudah otomatis merupakan puncak dai belajar gerak. Personal mendasar di dalam belajar gerak adalah mempelajari aktivitas gerakan. Belajar gerak juga berkenaan dengan bagaimana suatu keterampilan gerak dikuasai, dan bagaimana mempertahankannya dalam waktu yang relatif lama. Persoalan lainya yang berkaitan dengan paparan diatas ialah bagaimana proses perubahan perilaku terampil itu hingga seseorang yang belajar mencapai tahap mahir. Seseorang cenderung melalui tahap-tahap belajar gerak sebagai upaya menguasai, mengembangkan, dan memperhalus keterampilan gerak yang dipelajari. Tahap-tahap tersebut didasarkan pada dua konsep perkembangan, yakni pertama perolehan kemampuan gerak meningkat dari yang sederhana menuju ke yang kompleks. Kedua, bertahap dari hal-hal yang bersifat umum ke khusus.

Berkenaan dengan tahap-tahap belajar keterampilan gerak (*stage in learning*), Fitts dan Posner seperti dikutip Joyce membagi tahap-tahap belajar gerak ke dalam tiga fase, yakni 1) *fase kognitif*, 2) *fase asosiatif*, 3) *fase otomatisasi*. Fase-fase belajar gerak tersebut dapat dijelaskan lebih lanjut sebagai berikut:

- 1) *Fase kognitif*, yakni fase penyampaian informasi tentang konsep gerak atau bentuk keterampilan gerak yang akan dipelajari. Karakteristik *kognitif* sering dicirikan dalam bentuk perencanaan, formulasi hipotesisi, dan merumuskan daerah langkah maju secara bertahap, dari masukan keluaran, sepanjang berlangsungnya rangkaian kesatuan proses informasi. Perilaku yang terencana secara jelas terjadi dalam tahap *kognitif* atau tahap permulaan dalam belajar keterampilan gerak. Pada fase ini siswa menerima informasi tentang proses gerak, kemudian dia membentuk pengertian dalam memorinya. Penjelasan

dapat berupa ceramah dengan sasaran merangsang indera pendengar, atau berupa peragaan/*demonstrasi* dengan sasaran merangsang indera penglihat. Agar informasi dapat mudah dicerna dan dipahami, penjelasan harus terstruktur dengan baik dan sederhana.

- 2) *Fase asosiasi*, yakni pemberian kesempatan kepada siswa untuk mencoba-coba konsep gerak yang telah dipahami dalam praktek. Bentuk latihan pada tahap ini memiliki ciri-ciri: Bentuk latihan sederhana, berlangsung perlahan-lahan dan kemungkinan besar banyak koreksi. Sasaran pokoknya adalah keterampilan gerak dapat dilakukan dengan benar walaupun dalam *intensitas* rendah. Oleh karena itu bentuk gerak yang dipraktikkan harus mengacu pada konsep gerak yang benar. Jika terjadi kesalahan harus diperbaiki sampai bentuk geraknya benar. Tentu saja pada fase ini siswa masih mencari-cari hubungan antara cara pelaksanaan tugas dengan hasil yang dicapai. Maka dari itu dalam perilaku siswa belum terbentuk suatu pola gerak yang *konsisten*.
- 3) *Fase otomatisasi*, adalah tahap dimana keterampilan gerak yang telah dipelajari sebelumnya diulang-ulang secara terus-menerus, sehingga respon motoriknya menjadi lebih cepat, tepat dan cermat serta geraknya sudah tidak terganggu oleh situasi lingkungannya. Fase ini ditandai dengan pelaksanaan tugas gerak yang semakin *efisien*. Gerakan siswa sudah terkoordinasi, kemudian secara bertahap pola geraknya semakin *konsisten*. Ciri bentuk latihannya adalah, kuantitas latihan meningkat, begitu juga kualitasnya, koreksi sedikit, intensitas latihan tinggi dibarengi dengan sedikit peningkatan tingkat kesulitan. Sering terjadi guru atau pelatih terburu-buru memasuki tahap otomatisasi padahal konsep gerak belum dikuasai dengan benar. Jika bentuk geraknya masih salah dan telah dipelajari secara berulang-ulang, maka bentuk gerak tersebut akan menjadi otomatis (*bad habit*), sehingga memperbaikinya akan membutuhkan waktu lama (*sulit*).

Persoalannya adalah berapa lama seseorang dapat sampai pada fase belajar otomatisasi tersebut, nampaknya sulit untuk diprediksi secara pasti, meningkat banyak sekali faktor yang turut mempengaruhinya. Namun yang jelas jika

seseorang belajar dengan tekun, bersemangat, berkesinambungan, dan menerapkan prinsip-prinsip belajar atau berlatih secara *konsisten*, maka pada gilirannya dia akan sampai ke *fase otomatisasi*.

### **2.1.9 Konsep Model Pembelajaran**

Dalam pembelajaran, berbagai masalah sering dialami oleh guru. Untuk mengatasi berbagai masalah dalam pembelajaran, maka perlu adanya model-model pembelajaran yang dipandang dapat membantu guru dalam proses belajar mengajar. Menurut Hidayat, C (2015) “model pembelajaran merupakan cara/teknik penyajian yang digunakan guru dalam proses pembelajaran agar tercapai tujuan pembelajaran”(hlm.13). Ada beberapa model-model pembelajaran seperti ceramah, diskusi, demonstrasi, studi kasus, bermain peran (*role play*) dan lain sebagainya. Yang tentu saja masing-masing memiliki kelemahan dan kelebihan. Metode/model sangat penting perannya dalam pembelajaran, karena melalui pemilihan model/metode yang tepat dapat mengarahkan guru pada kualitas pembelajaran efektif. Pengertian Model Pembelajaran dapat diartikan sebagai cara, contoh maupun pola, yang mempunyai tujuan menyajikan pesan kepada siswa yang harus diketahui, dimengerti dan dipahami yaitu dengan cara membuat suatu pola atau contoh dengan bahan-bahan yang dipilih oleh para pendidik/guru sesuai dengan materi yang diberikan dan kondisi di dalam kelas. Model pembelajaran telah dikembangkan untuk membantu guru memperbaiki kapasitasnya agar mampu menjangkau lebih banyak sisi kehidupan anak dan menciptakan bermacam-macam lingkungan yang lebih baik dan kaya bagi mereka. Dalam dunia pengajaran, model pembelajaran identic dengan pola dasar mengajar, sistem, prosedur didaktik. Seperti yang diungkapkan oleh Winkel, yang di kutip oleh Hidayat, C (2015) dalam Didaksologi dan ilmu didaktik, dijelaskan bahwa model yaitu: “...suatu pegangan praktis dalam pengelolaan pengajaran di dalam kelas” (hlm.13). Model ini mencakup semua komponen pokok yang harus dipertimbangkan dan diatur oleh tenaga pengajar.

### 2.1.10 Ciri-ciri Model Pembelajaran

Ciri-ciri model pembelajaran yang baik yaitu adanya keterlibatan intelektual dan emosional peserta didik melalui kegiatan mengalami, menganalisis, berbuat, dan pembentukan sikap, adanya keikutsertaan peserta didik secara aktif dan kreatif. Selama pelaksanaan model pembelajaran guru bertindak sebagai fasilitator, koordinator, mediator dan motivator kegiatan belajar peserta didik. Budi dan Listiandi (2021) mengemukakan bahwa model pembelajaran memiliki ciri-ciri sebagai berikut :

1. Berdasarkan teori pendidikan dan teori belajar dari para ahli tertentu. Sebagai contoh, model penelitian kelompok disusun oleh Herbert Thelen dan berdasarkan teori John Dewey. Model ini dirancang untuk melatih partisipasi dalam kelompok secara demokratis.
2. Mempunyai misi dan tujuan pendidikan tertentu, misalnya model berpikir induktif dirancang untuk mengembangkan proses berpikir induktif.
3. Dapat dijadikan pedoman untuk perbaikan kegiatan belajar mengajar di kelas, misalnya model Synectic dirancang untuk memperbaiki kreativitas dalam pembelajaran mengajar.
4. Memiliki bagian-bagian model yang dinamakan: (1) urutan langkah-langkah pembelajaran (syntax); (2) adanya prinsip-prinsip reaksi; (3) sistem sosial; (4) sistem pendukung. Keempat bagian tersebut merupakan pedoman praktis bila guru akan melaksanakan suatu model pembelajaran.
5. Memiliki dampak sebagai akibat terapan model pembelajaran.
6. Membuat persiapan mengajar (desain instruksional) dengan pedoman model pembelajaran yang dipilihnya.(hlm.24)

Menurut Karnadi dan Nur (dalam Budi & Listiandi 2021) ciri-ciri model pembelajaran antara lain sebagai berikut :

- 1) Rasional teoretik logis yang disusun oleh para pencipta atau pengembangnya.
- 2) Landasan pemikiran tentang apa atau bagaimana siswa belajar (tujuan pembelajaran yang akan dipakai)
- 3) Tingkah laku belajar yang diperlukan agar model tersebut dapat dilaksanakan dengan berhasil.
- 4) Lingkungan belajar yang diperlukan agar tujuan pembelajaran itu dapat tercapai.(hlm.7).

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti mengartikan model pembelajaran sebagai kerangka konseptual yang memiliki ciri-ciri sebagai berikut: (1) mempunyai tujuan pembelajaran, (2) dapat dijadikan pedoman dalam pembelajaran di kelas, (3) memiliki urutan langkah-langkah pembelajaran (sintaks).

#### **2.1.11 Pengertian Model Pembelajaran *Kooperatif Learning***

Kooperatif adalah pemanfaatan kelompok kecil dalam pengajaran yang memungkinkan siswa bekerja bersama untuk memaksimalkan belajar mereka dan belajar anggota lainnya dalam kelompok tersebut. Menurut Suprijono (2013) bahwa “model pembelajaran adalah pola yang digunakan sebagai pedoman dalam merencanakan pembelajaran di kelas maupun tutorial” (hlm.176). Pembelajaran kooperatif adalah salahsatu strategi pembelajaran yang berfungsi untuk menggali dan membagi-bagi ide pada anak. Strategi pembelajaran ini mendorong anak untuk melakukan kegiatan dalam bentuk kerja sama dan sikap tanggung jawab kepada teman satu kelompoknya dan juga sikap tanggung jawab dengan dirinya.

Adapun menurut pendapat Yuda dalam Safari, (2012) mengungkapkan bahwa “model pembelajaran kooperatif adalah salah satu strategi pembelajaran yang berfungsi untuk menggali dan membagi-bagi ide pada anak strategi pembelajaran ini mendorong anak untuk melakukan kegiatan dalam bentuk kerjasama dan sikap tanggung jawab kepada teman satu kelompoknya dan juga sikap tanggung jawab dengan dirinya” (hlm.3).

Metode-metode pembelajaran kooperatif yang sistematis dan praktis ditujukan untuk digunakan sebagai elemen utama dalam pola pengaturan di kelas, pengaruh penerapan metode-metode ini juga telah didokumentasikan. Safari (2012) Jadi “metode pembelajaran kooperatif adalah salah satu dari banyak cara mempermudah, mengefisienkan, mengatur dan membantu jalannya pembelajaran agar lebih tertata dengan baik agar menghasilkan pembelajaran yang lebih baik” (hlm.6).

### 2.1.12 Macam-Macam Model Pembelajaran Kooperatif

Tiga konsep penting bagi semua metode pembelajaran kelompok siswa (PKS) adalah penghargaan bagi tim, tanggung jawab individu, dan kesempatan sukses yang sama Mahardika, (2018)

Tiga metode pembelajaran kooperatif yang dapat diadaptasikan pada sebagian besar mata pelajaran dan tingkatan kelas, dalam hal ini mata pelajaran pendidikan jasmani yaitu:

#### 1) *Student Team-Achievement Division* (STAD)

STAD adalah untuk memotivasi siswa supaya dapat saling mendukung dan membantu satu sama lain dalam menguasai kemampuan yang diajarkan oleh guru, dalam hal ini guru penjas. Jika para siswa ingin agar timnya mendapatkan penghargaan tim, mereka harus membantu teman satu timnya untuk mempelajari materinya.

#### 2) *Team-Games-Tournament* (TGT) atau Turnamen Game Tim.

Metode TGT menggunakan pelajaran yang sama yang disampaikan guru dan tim kerja yang sama seperti dalam STAD, tetapi menggantikan tugas gerak dengan turnamen mingguan, dimana siswa memainkan game dengan anggota tim lain untuk menyumbangkan poin bagi skor timnya.

#### 3) Jigsaw II (Teka-teki II)

Metode Jigsaw kegiatannya adalah para siswa ditugaskan untuk membaca bab, buku kecil penjas, atau materi penjas lainnya, biasanya bidang studi penjas, bidang sosial, biografi, atau materi-materi yang bersifat penjelasan terperinci lainnya. Safari (2012) Tiap anggota tim ditugaskan secara acak untuk menjadi “ahli” dalam aspek tertentu dari tugas membaca tersebut” (hlm.39).

### 2.1.13 Manfaat Model Pembelajaran Kooperatif

Penerapan model pembelajaran kooperatif dapat memberikan manfaat besar jika dilaksanakan secara terstruktur dan terencana dengan baik. Menurut Suprijono (2013) bahwa “model pembelajaran adalah pola yang digunakan sebagai pedoman dalam merencanakan pembelajaran di kelas maupun tutorial” (hlm.176). Adapun manfaat dari model pembelajaran kooperatif jika diterapkan



dalam proses pembelajaran. Menurut Subroto, Juliantine dan Yudiana (2013) adalah sebagai berikut.

Manfaat model pembelajaran kooperatif.

- 1) Pembelajaran dengan model kooperatif mampu mengembangkan aspek moralitas dan interaksi sosial peserta didik, siswa memperoleh kesempatan yang lebih besar untuk berinteraksi dengan siswa yang lain.
- 2) Pembelajaran dengan model kooperatif mampu mempersiapkan siswa untuk belajar bagaimana caranya mendapatkan berbagai pengetahuan dan informasi sendiri, baik dari guru, teman, bahan-bahan pelajaran ataupun sumber-sumber belajar yang lain.
- 3) Pembelajaran dengan model kooperatif mampu meningkatkan kemampuan siswa untuk bekerjasama dengan orang lain dalam sebuah tim karena di era globalisasi, kemampuan individu bukanlah yang terpenting dalam mencapai tujuan dan keberhasilan suatu usaha. Dengan demikian, model pembelajaran kooperatif dapat membiasakan siswa untuk berkomunikasi dan bekerjasama dengan orang lain dalam berbagai situasi sosial.
- 4) Pembelajaran dengan model kooperatif dapat membentuk pribadi yang terbuka dan menerima perbedaan yang terjadi karena dalam pembelajaran kooperatif, kerjasama yang dilakukan tidak memandang perbedaan ras, agama, ataupun status social (hlm.3-65).

Menurut Husdarta, (2014) mengemukakan mengenai manfaat pembelajaran kooperatif, yaitu Model pembelajaran merupakan sebuah rencana yang dimanfaatkan untuk merancang pengajaran” (hlm. 39). Isi yang terkandung didalam model pembelajaran adalah berupa strategi pembelajaran yang digunakan untuk mencapai tujuan intruksional. Contoh strategi pembelajaran yang biasa guru terapkan pada saat proses belajar mengajar adalah manajemen kelas, pengelompokkan siswa, dan penggunaan alat bantu pengajaran.

Sunan dan Hans (2013) mengemukakan bahwa “model pembelajaran kooperatif (*Cooperative Learning*) merupakan suatu cara pendekatan atau serangkaian strategi yang khusus dirancang untuk memberi dorongan kepada peserta didik agar bekerja sama selama proses pembelajaran”.

Jauh lebih lanjut menurut Slavin (dalam Huda, 2012) menyarankan “agar TGT diterapkan setiap minggu, sementara STAD dijalankan pada ujian tengah semester dan ujian akhir” (hlm.117). Lagi pula, menurut Slavin, bahwa skor turnamen yang diperoleh TGT bisa dimanfaatkan guru untuk menentukan tingkat kesulitan kuis kepada setiap anggota kelompok saat mereka mereka menjalani proses STAD”.

### 2.1.14 Pengertian Model Pembelajaran *Jigsaw*

Pembelajaran *kooperatif learning tipe jigsaw* adalah model pembelajaran dengan menggunakan pengkelompokan/tim kecil yaitu yang terdiri antara empat, enam, bahkan sampai delapan orang yang mempunyai latar belakang yang Berbeda. Dan sistem penilaian dilakukan terhadap kelompok dan setiap kelompok akan memperoleh penghargaan, jika kelompok dapat menunjukkan prestasi yang persyaratan.

#### 1. Unsur Model Pembelajaran *Kooperatif learning Tipe jigsaw*

Menurut Anita Lie dalam bukunya “*Kooperatif learning*” bahwa model pembelajaran *kooperatif learning* tidak sama dengan sekedar belajar kelompok, tetapi ada unsur-unsur yang membedakannya dengan pembagian kelompok yang dilakukan dengan asal-asalan. Sedangkan menurut Roger dan David Johnson didalam bukunya Nana Sudjana, mengemukakan bahwa tidak semua kerja kelompok itu dianggap *Kooperatif learning* . Maka agar mencapai hasil yang maksimal, untuk itu harus diterapkan lima unsur model pembelajaran gotong royong, yaitu sebagai berikut Amri dan Ahmadi,(2014) (hlm.89):

##### a. Saling Ketergantungan Positif

Keberhasilan suatu karya sangat bergantung pada usaha setiap anggotanya. Untuk menciptakan kelompok kerja yang efektif, pengajar perlu menyusun tugas sedemikian rupa dengan saling ketergantungan sehingga setiap anggota kelompok harus menyelesaikan tugasnya sendiri agar yang lain dapat mencapai tujuan mereka. Beberapa cara membangun saling ketergantungan positif yaitu:

- 1) Menumbuhkan perasaan peserta didik bahwa dirinya terintegrasi dalam kelompok dan pencapaian tujuan terjadi jika semua anggota kelompok mencapai tujuan .
- 2) Mengusahakan agar semua anggota kelompok mendapatkan penghargaan yang sama jika kelompok mereka berhasil mencapai tujuan.
- 3) Mengatur sedemikian rupa sehingga setiap peserta didik dalam kelompok hanya mendapatka sebagian dari keseluruhan tugas kelompok .
- 4) Setiap peserta didik ditugasi dengan tugas atau peran yang saling mendukung, saling berhubungan, saling melengkapi, dan saling terikat dengan peserta didik lain dalam kelompok.

##### b. Tanggung Jawab Perseorangan

Jika tugas dan pola penilaian dibuat menurut prosedur model pembelajaran *kooperatif learning* , setiap siswa akan merasa bertanggung jawab

untuk melakukan yang terbaik. Pengajar yang efektif dalam model pembelajaran *kooperatif learning* membuat persiapan dan menyusun tugas sedemikian rupa sehingga masing-masing anggota kelompok harus melaksanakan tanggung jawabnya sendiri agar tugas selanjutnya dalam kelompok bisa dilaksanakan.

Beberapa cara menumbuhkan rasa tanggung jawab perseorangan adalah:

- 1) Kelompok belajar jangan terlalu besar
- 2) Melakukan assesmen terhadap setiap siswa
- 3) Memberi tugas kepada siswa, yang dipilih secara random untuk mempersentasikan hasil kelompoknya kepada guru maupun kepada seluruh peserta didik didepan kelas
- 4) Mengamati setiap kelompok dan mencatat frekuensi individu dalam membantu kelompok
- 5) Menugasi seorang peserta didik untuk berperan sebagai pemeriksa kelompoknya
- 6) Menugasi peserta didik mengajar temannya

c. Tatap Muka

Dalam pelajaran *kooperatif learning* setiap kelompok harus diberi kesempatan untuk bertatap muka dan berdiskusi, Kegiatan interaksi ini akan memberikan para pembelajar untuk membentuk sinergi yang menguntungkan semua anggota. Inti dari sinergi ini adalah menghargai perbedaan, memanfaatkan kelebihan, dan mengisi kekurangan.

d. Komunikasi Antar Anggota

Keberhasilan suatu kelompok juga bergantung pada kesediaan para anggotanya untuk saling mendengarkan dan kemampuan mereka untuk mengutarakan pendapat mereka, serta keterampilan berkomunikasi dalam kelompok juga merupakan proses panjang. sehingga proses ini sangat bermanfaat untuk memperkaya pengalaman belajar dan pembinaan perkembangan mental dan emosional para siswa.

e. Evaluasi ke Proses Kelompok

Seorang pengajar perlu menjadwalkan waktu khusus bagi kelompok dan hasil kerja yang sama mereka agar selanjutnya dapat bekerja sama lebih efektif Amri dan Ahmadi, (2014) (hlm.90-92).

2. Prinsip -Prinsip *Kooperatif learning Tipe jigsaw*

Menurut Stahl prinsip -prinsip dasar *Kooperatif learning*

adalah sebagai berikut:

a. Perumusan Tujuan Belajar Siswa Harus Jelas

Sebelum menggunakan strategi pembelajaran, guru hendaknya memulai dengan merumuskan tujuan pembelajaran dengan jelas dan spesifik. Perumusan tujuan harus disesuaikan dengan tujuan pembelajaran dan tujuan pembelajaran.

b. Penerimaan yang Menyeluruh Oleh Siswa Tentang Tujuan Belajar

Guru hendaknya mampu mengondisikan kelas agar siswa menerima tujuan pembelajaran dari sudut kepentingan diri dan kepentingan kelas. Agar siswa mengetahui dan menerima kenyataan bahwa setiap orang dalam kelompoknya menerima sendiri untuk bekerja sama.

c. Ketergantungan Yang Bersifat Positif

Guru harus merancang struktur kelompok serta tugas-tugas kelompok yang memungkinkan siswa untuk belajar dan mengevaluasi diri. Kondisi belajar seperti ini memungkinkan siswa untuk merasa ketergantungan secara positif pada anggota kelompok lainnya dalam mempelajari dan tugas-tugas yang diberikan oleh gurunya.

d. Interaksi yang Bersifat Terbuka

Interaksi yang terjadi dalam kelompok belajar bersifat langsung dan terbuka dalam mendiskusikan tugas-tugas yang telah diberikan oleh guru. Suasana yang seperti ini dapat membantu menumbuhkan sikap ketergantungan yang positif dan keterbukaan diantara sesama siswa.

e. Tanggung Jawab Individu

Keberhasilan belajar dalam model belajar strategi ini dipengaruhi oleh kemampuan individu siswa dalam menerima dan memberi apa yang telah dipelajarinya di antara siswa lainnya.

f. Kelompok Bersifat *Heterogen*

Dalam pembentukan kelompok belajar, keanggotaan kelompok harus heterogen sehingga interaksi kerja sama yang terjadi merupakan akumulasi dari berbagai karakteristik siswa yang berbeda.

g. Interaksi Sikap dan Perilaku Sosial yang Positif

Dalam mengerjakan tugas kelompok, siswa bekerja dalam kelompok sebagai suatu kelompok kerja sama. Dalam interaksi dengan siswa lainnya siswa tidak begitu saja menerapkan dan memaksakan sikap pendiriannya pada anggota kelompok lainnya.

h. Tindak Lanjut

Setelah kelompok masing-masing kelompok belajar menyelesaikan tugas dan pekerjaannya, selanjutnya perlu dianalisis bagaimana penampilan dan hasil kerja siswa dalam kelompok belajarnya termasuk juga bagaimana hasil kerja yang telah dihasilkan.

i. Kepuasan dalam Belajar

setiap siswa dan kelompok harus memperoleh waktu yang cukup untuk belajar dan mengembangkan pengetahuan dan keterampilannya.

3. Teknik-Teknik Pembelajaran *Kooperatif learning*

Guru sebagai seseorang yang professional harus mempunyai pengetahuan dan persediaan strategi-strategi pembelajaran. Tidak semua strategi yang diketahuinya bias diterapkan didalam kenyataan sehari-hari di ruang kelas. Meski demikian, seorang guru yang baik tidak akan terpaku pada satu strategi saja. Guru apabila ingin maju dan berkembang perlu mempunyai persediaan strategi dan teknik-teknik pembelajaran yang pasti akan selalu bermanfaat dalam setiap kegiatan belajar mengajar sehari-hari. “Guru juga bisa memilih dan memodifikasi sendiri teknik-teknik *kooperatif learning*” Lie, (2015) (hlm.55-62).

4. Langkah-Langkah dalam Implementasi Model *Kooperatif learning Tipe jigsaw*

Slavin dan Stahl mengemukakan langkah-langkah dalam implementasi model *kooperatif learning* secara umum, yaitu:

- a. Merancang Rencana Pembelajaran Guru membagi suatu kelas menjadi beberapa kelompok yang setiap kelompoknya terdiri dari 4-6 orang siswa dengan kemampuan yang berbeda dan kelompok ini disebut kelompok asal. Dalam mencapai sebuah tujuan pembelajaran setiap siswa diberi tugas untuk mempelajari salah satu bagian materi pembelajaran untuk

belajar bersama dengan kelompok lain itu disebut kelompok ahli.

- b. Setelah siswa berdiskusi dalam kelompok ahli atau kelompok asal, guru menyuruh siswa untuk melakukan persentasi masing-masing kelompok agar guru dapat menyamakan persepsi pada materi pembelajaran yang telah didiskusikan.
- c. Guru memberikan kuis untuk siswa secara individual agar dapat menambah semangat belajar siswa dan ini gunakan sebagai acuan untuk memancing minat belajar siswa.
- d. Guru memberikan penghargaan kepada kelompok melalui skor penghargaan berdasarkan perolehan nilai peningkatan hasil belajar individual dari skor yang dasar ke skor kuis berikutnya.
- e. Materi sebaiknya secara alami dan dapat dibagi menjadi beberapa bagian materi pembelajaran. Sehingga tidak membuat siswa merasa kebingungan dalam menjalankan tugas yang telah diberikan.
- f. Amri dan Ahmadi (2015) “Guru perlu memperhatikan bahwa dalam menggunakan Jigsaw untuk mempelajari materi baru maka perlu dipersiapkan suatu tuntutan dan isi materi yang runtut serta cukup untuk mencapai tujuan pembelajaran yang efektif” (hlm.96-97).

##### 5. Peranan Guru dalam *Kooperatif learning Tipe jigsaw*

Dalam pelaksanaan model pembelajaran *kooperatif learning* dibutuhkan kemauan dan kemampuan serta kreativitas guru dalam mengelola lingkungan kelas. Sehingga dengan menggunakan model *kooperatif learning* guru bukannya bertambah pasif, tetapi harus menjadi lebih aktif terutama menyusun rencana pembelajaran secara matang, pengaturan kelas saat pelaksanaan, dan membuat tugas untuk dikerjakan siswa bersama dengan kelompoknya. Peran guru dalam pelaksanaan *kooperatif learning tipe jigsaw* adalah sebagai berikut:

###### a. Fasilitator

Sebagai fasilitator seorang guru harus memiliki sikap-sikap, yaitu:

- 1) Mampu menciptakan suasana kelas yang nyaman dan menyenangkan
- 2) Membantu kegiatan -kegiatan dan menyediakan sumber atau peralatan serta membantu kelancaran belajar siswa

- 3) Membantu serta mendorong siswa untuk mengungkapkan dan menjelaskan keinginan dan pembicaraan baik secara individual maupun kelompok
  - 4) Menjelaskan tujuan kegiatan pada kelompok dan mengatur penyebaran dalam bertukar pendapat .
- b. Mediator Guru berperan dibahas melalui *kooperatif learning* dengan permasalahan yang nyata ditemukan di lapangan.
  - c. Director–Motivator  
Guru berperan dalam membimbing serta mengarahkan jalannya diskusi, dengan membantu kelancaran diskusi tapi tidak memberikan jawaban. Di samping itu, sebagai motivator guru berperan sebagai pemberi semangat agar siswa aktif dan ikut berpartisipasi dalam diskusi.
  - d. Evaluator  
Sanjaya (2015)“Guru berperan dalam menilai kegiatan belajar mengajar yang sedang berlangsung. Penilaian tidak hanya pada hasil, tapi lebih ditekankan pada proses pembelajaran” (hlm.21-33).

### **2.1.15 Konsep Bola Basket**

Permainan bola basket merupakan permainan yang sangat menarik, selain mengandung aspek rekreatif, didalamnya juga terdapat unsur kerjasama dan kekompakan. Permainan ini dapat dimainkan oleh siapa saja putra maupun putri dan tidak adanya batasan golongan, baik itu dari golongan kaya ataupun miskin. Menurut Sucipto (2015), permainan bola basket adalah “permainan yang dimainkan dengan tangan, dalam arti bola selalu dimainkan dari tangan ke tangan pemain dalam satu regu.” Bola basket memiliki gerakan yang lengkap (komplek), seperti gerakan kaki pada saat berlari dan gerakan tangan pada saat menggiring bola, mengumpan bola, menangkap dan menembak ke keranjang lawan.

Berdasarkan beberapa pendapat ahli diatas, dapat diasumsikan bahwa permainan bola basket itu cukup kompleks baik dari cara bermain, gerakan, dan peraturannya. Oleh karena itu, bila dikaitkan dengan pembelajaran bola basket dan karakteristik para siswa yang berbeda-beda, misalnya mengenai kebugaran jasmani, kemampuan motorik, dan sebagainya merupakan hal-hal yang sering

ditemui dilapangan dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani. Dengan demikian, sudah tentunya guru atau pengajar harus mampu mensiasati masalah tersebut, salah satunya dengan pemilihan model pembelajaran yang tepat sehingga tujuan pembelajaran yang diharapkan dapat tercapai secara optimal.

Permainan bola basket adalah suatu permainan yang dimainkan oleh dua regu. Setiap regu terdiri atas lima orang pemain. Adapun permainan ini bertujuan untuk mencetak angka sebanyak-banyaknya dengan cara memasukkan bola ke basket lawan dan mencegah lawan untuk mendapatkan nilai Sunarsih, dkk, (2017). Permainan bola basket dimainkan di lapangan berbentuk persegi panjang yang dilengkapi dengan ring pada kedua sisi lebar lapangan (hlm.5).

Ukuran lapangan permainan bola basket yang standard adalah 28 m X 15m, memiliki daerah lemparan hukuman yang berjarak 5,80 m dari sisi lebar lapangan, dan diameter lingkaran tengah, serta lingkaran tembakan hukuman 3,60m. Tinggi papan pantul 2,90 m, sedangkan ring 3,05 m (0,15 m dari tinggi papan pantul). Diameter ring basket adalah 45 cm, Sunarsih, dkk (2015) (hlm.6).

Permainan bola basket memiliki teknik dasar permainan, yakni: (1) *passing* and *catching* (melempar bola dan menangkap bola), (2) *Dribbling* (menggiring bola), (3) *Shooting* (menembakkan bola ke dalam keranjang), (4) *Pivot* (bertumpu pada satu kaki).

Permainan bola basket merupakan salah satu permainan bola besar yang dibelajarkan pada siswa sekolah dasar kelas atas (IV, V, dan VI). Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan mengandung karakteristik khusus yang berhubungan dengan gerak manusia. Gerak manusia dalam aplikasinya dimanipulasi untuk menghasilkan keterampilan gerak.

Pangrazi (2017) menyebutkan bahwa keterampilan dasar adalah keterampilan yang bermanfaat yang dibutuhkan anak-anak sebagai bekal hidup dan bersikap (hlm.317). Kelompok keterampilan ini disebut juga keterampilan fungsional, artinya keterampilan ini menjadi pondasi bagi aktivitas anak-anak di lingkungan dan membentuk dasar gerakan yang kompeten. Modifikasi terhadap permainan bola basket hendaknya disesuaikan dengan tahap pertumbuhan dan perkembangan siswa.



Permainan bola basket untuk orang dewasa tidak boleh digunakan untuk siswa. Dalam hal ini Siedentop (2016) menegaskan bahwa dalam usaha pengembangan model permainan, perlu diperhatikan rambu-rambu berikut ini: (1) memodifikasi aktivitas untuk meratakan kompetisi, (2) mengurangi jarak, (3) memberikan kesempatan lebih untuk mencetak skor, (4) menganalisa posisi sesuai dengan kemampuan siswa yang cacat, (5) memberikan peralatan yang disesuaikan untuk membuat penampilan lebih mudah (hlm.69). Terdapat beberapa kunci atau strategi untuk memodifikasi sebuah permainan yang menyenangkan dan berpetualang serta membuat anak menjadi sukses dalam mengikuti permainan, Siedentop (2017) mengemukakannya sebagai berikut: (1) membuat cara untuk mencetak skor atau angka dengan mudah, (2) memperlambat pergerakan bola atau obyek, (3) meningkatkan kesempatan untuk latihan teknik dan taktik, (4) dimungkinkan melakukan permainan secara teratur untuk memunculkan terjadinya mempelajari taktik, (5) Merubah peraturan-peraturan dalam penskoran (hlm.60-64).

#### **2.1.16 Hakikat Teknik *Dribble***

##### **a. Pengertian *Dribble***

Menurut Nuril Ahmadi (2017), “Menggiring bola adalah membawa lari bola ke segala arah sesuai dengan peraturan yang ada. Pemain diperbolehkan membawa bola lebih dari satu langkah asal bola dipantulkan ke lantai. Menggiring bola harus dengan satu tangan”(hlm.17).

Menurut Dedy Sumiyarsono (2012), Pelaksanaan *dribbling* sebagai berikut:

- 1) Sikap kaki kuda-kuda dengan posisi lutut sedikit ditekuk.
- 2) Badan condong ke depan, titik berat badan berada diantara kedua kaki.
- 3) Gerakan tangan ke atas dan ke bawah dengan sumbu gerak di siku, saat gerak bola ke atas maka telapak tangan mengikuti bola ke atas seolah-olah bola melekat pada telapak tangan.
- 4) Pandangan tidak melihat bola, akan tetapi melihat situasi sekitar.

- 5) Apabila akan melakukan gerakan mundur atau membalik, usahakan posisi kaki benar-benar berhenti terlebih dahulu dengan cara seluruh telapak kaki menyentuh lantai posisi lutut ditekuk dalam-dalam.
- 6) Usahakan bola selalu dalam lindungan, dengan cara menutup badan atau menggiring dengan tangan yang jauh dengan lawan dengan posisi kaki kanan menutupi atau sebaliknya.

b. Teknik Dasar *Dribble*

Menggiring (*dribbling*) merupakan bagian integral dari permainan bola basket dan sangat penting untuk bermain individu maupun tim. Seperti yang diungkapkan oleh (Tennyson, 2013) (hlm.8) sebagai berikut: “*This fundamental basketball skill is very important because it is primary way of moving the ball around, particularly when passing isn’t a better option and there’s no lane available for clean shoot*”. Uraian tersebut menerangkan bahwa menggiring (*dribble*) sangat penting karena merupakan cara utama dalam menggerakkan bola, terutama ketika mengoper (*passing*) bukanlah pilihan yang lebih baik dan tidak ruang terbuka untuk melakukan tembakan.

*Dribbling* merupakan teknik dasar yang paling sering di salah gunakan dalam permainan bola basket, karena terlalu banyak melakukan *dribbling* tanpa tujuan atau sia-sia akan dapat menghancurkan kerja sama tim dan semangat tim. Hal senada juga di ungkapkan oleh (Gandolfi & Giorgio, 2014) (hlm,27) sebagai berikut: “*Chocolate is delicious, but if you eat too much, it is bad for your health. The same is true about dribbling, because if everdone by the players, it could be bad not only for them, but also the “health” of the coach*”. Berdasarkan uraian tersebut maka di ketahui bahwa menggiring (*dribble*) diibaratkan sebagai coklat, apabila di makan terlalu banyak maka tidak baik bagi kesehatan. Hal serupa terjadi apabila pemain terlalu banyak menggiring (*dribble*) maka akan merusak kekompakan tim dan akan membuat pelatih marah.

Tiga teknik dasar *dribble* sebagai berikut:

1. *Low Dribble*

*Low dribble (control dribble)* adalah cara menggiring yang paling mudah untuk dikuasai oleh pemain. Cara melakukan *dribble* ini adalah dengan sikap lutut ditekuk, tubuh condong menyerong ke kanan atau ke kiri, bola berada pada sisi kaki bagian belakang. Tangan yang tidak menguasai bola, sedikit ditekuk dan diangkat guna bertugas melindungi bola dari penjagaan.

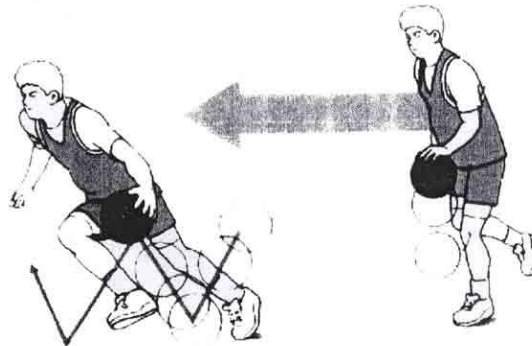


Gambar 2 *Low Dribble*

Sumber: <https://journal.ikipgriptk.ac.id/index.php/olahraga/article/view/83>

2. *Speed dribble*

Menggiring bola dengan cepat. Cara yang dilakukan adalah dengan mendorong bola dan mengejarnya. Untuk dapat mencapai kecepatan maksimum, usahakan bola kurang lebih setinggi pinggang

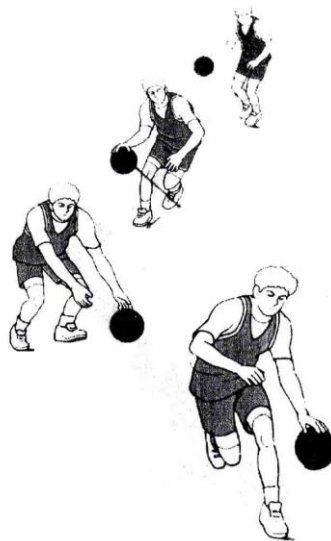


Gambar 3 *Speed Dribble*

Sumber: <http://diecoach.blogspot.com/2013/09/teknik-dasar-dribble-dalam-permainan.html>

### 3. *Crossover Dribble*

*Crossover dribble* adalah sebuah keterampilan *dribble* di mana penguasaan bola pada sisi tangan satu berpindah ke sisi tangan yang lainnya. *Crossover dribble* akan digunakan pada saat pemain bertahan membatasi jalur gerak seorang pemain yang sedang menguasai bola atau untuk berpindah arah dengan cepat dan efisien saat pemain melakukan penyerangan.



Gambar 4 *Crossover Dribble*

Sumber: <https://samsurijal.com/post/sebutkan-macam-macam-teknik-dasar-dalam-permainan-bola-basket.html>

c. Manfaat *Dribbling* Bola

Menurut Nuril Ahmadi (2017), “Manfaat menggiring bola adalah untuk mencari peluang serangan, memperlambat tempo permainan, menerobos pertahanan lawan” (hlm.17). Dedy Sumiyarsono (2012), “Mengungkapkan kegunaan menggiring bola adalah usaha cepat menuju ke pertahanan lawan, usaha menyusup pertahanan lawan, usaha mengacaukan pertahanan lawan, usaha membekukan permainan (hlm.45). Berdasarkan pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa manfaat menggiring bola adalah usaha yang dilakukan untuk membawa bola menuju ke daerah lawan atau menerobos daerah pertahanan lawan.

## 2.2 Hasil Penelitian yang Relevan

Terdapat beberapa penelitian yang relevan dengan yang dilaksanakan oleh peneliti diantaranya: Penelitian yang relevan kesatu, penelitian ini adalah penelitian yang dilaksanakan oleh Khairul Fahmi Al-Kadri, Eka Supriatna, Mimi Haetami mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Olahraga dan Kesehatan UNTAN “Pengaruh Model *kooperatif Learning Tipe Jigsaw* Terhadap Kemampuan *Dribble* Bola Basket Pada Peserta Didik Mts Negeri 1 Pontianak”. Permasalahan yang diteliti oleh Khairul Fahmi Al-Kadri, Eka Supriatna, Mimi Haetami yaitu mengenai Penerapan Model Pembelajaran *Kooperatif learning tipe jigsaw* Untuk Meningkatkan Kemampuan Belajar *dribble* bola basket. Berdasarkan hasil penelitian sebelum diberikan perlakuan, skor yang diperoleh peserta didik yaitu skor terendah 28,57 dan skor tertinggi 85,71 dengan rata-rata 59,52. Setelah itu peserta didik diberikan treatment dari skor yang diperoleh peserta didik meningkat menjadi skor terendah 57,14 dan skor tertinggi 100 dengan rata-rata 81,43. Kesimpulan yang diperoleh dari analisis data yaitu terdapat peningkatan sebelum diberi perlakuan dengan setelah diberi perlakuan. Dari hasil pengujian data tersebut diperoleh bahwa terhitung 8,331 sedangkan tabel 1,699 pada taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$  dengan dk  $(n-1) (30-1) = 29$ . Kriteria pengujian adalah jika terhitung  $8,331 > \text{tabel } 9 \text{ } 1,699$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Berdasarkan hasil analisis tersebut maka dapat ditarik kesimpulan yang

menjawab hipotesis penelitian yaitu hipotesis diterima, berarti terdapat pengaruh secara signifikan model *kooperatif learning tipe jigsaw* terhadap kemampuan gerak dasar *dribble* bola basket. Adapun persentase peningkatan sebesar 36,79%. Ada pula penelitian lainnya yang relevan kedua yaitu penelitian yang dilaksanakan oleh Hermansyah Zahrudin yang berjudul “Meningkatkan Keterampilan *Dribble* Bola Pada Permainan Bola Basket Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Telaga” Permasalahan yang diteliti oleh Hermansyah Zahrudin yaitu apakah penggunaan strategi pembelajaran *kooperatif tipe jigsaw* dapat meningkatkan keterampilan *dribble* bola pada permainan bola basket pada siswa VIII SMP Negeri 2 Telaga Kabupaten Gorontalo. Berdasarkan hasil observasi awal, ternyata kemampuan siswa SMP Negeri 2 Telaga mengenai *dribble* bola basket baru mencapai 57,83% sehingga dilaksanakan siklus I. Setelah diberikan tindakan maka mengalami peningkatan yakni mencapai 71,28% akan tetapi pada siklus I belum juga mencapai target yang diharapkan yakni 75%-89% sehingga dilanjutkan ke siklus II. Dengan diberikan tindakan dan memperbaiki serta menyempurnakan kembali proses pembelajaran maka target yang diharapkan telah tercapai yakni meningkat hingga 86,75% sehingga penelitian dinyatakan tuntas. Perbedaan yang terjadi pada permasalahan penulis dengan permasalahan yang sudah diteliti oleh Abdul Azis adalah dari segi subjeknya. Subjek yang digunakan oleh penulis adalah *dribble* dalam permainan Bola Basket dengan menggunakan metode *kooperatif tipe jigsaw* dan objek yang diteliti.

## 2.2 Kerangka Konseptual

Penulis mengadakan penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keaktifan belajar siswa dengan menggunakan pendekatan model pembelajaran *kooperatif learning tipe jigsaw*. Adapun kerangka berpikir pada penelitian ini yaitu ditemukannya hasil pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan pada *dribble* pada permainan bola basket yang belum dikuasai oleh siswa. Dalam proses pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, guru kurang menarik perhatian siswa yang ditandai dengan aktifitas siswa dalam menyelesaikan masalah. Oleh karena itu, peneliti merasa perlu melakukan tindakan yang berupa penggunaan model pembelajaran *kooperatif learning tipe jigsaw*.

Pembelajaran *dribble* dengan pendekatan langsung lebih memungkinkan siswa untuk menguasai keterampilan teknik dengan lebih cepat, karena sejak awal gerakannya dilakukan dengan teknik yang sebenarnya. Model pengajaran langsung memberikan kesempatan siswa belajar dengan mengamati secara selektif, mengingat dan menirukan apa yang dimodelkan gurunya. Pembelajaran *dribble* merupakan materi pembelajaran yang tidak terfokus pada tingkat pengetahuan yang kompleks yang sesuai jika menerapkan model pengajaran. Di samping itu, model pengajaran langsung mengutamakan pendekatan deklaratif dengan titik berat pada proses belajar konsep dan keterampilan motorik, sehingga menciptakan suasana pembelajaran yang lebih terstruktur. Guru melakukan kontrol yang efektif akan mengurangi kesalahan-kesalahan gerak pada siswa, serta memperbaiki kekeliruan gerakan sehingga siswa memiliki keterampilan *dribble* bola basket.

## 2.4 Hipotesis Tindakan

Hipotesis tindakan merupakan kendali bagi peneliti agar arah penelitian yang dilakukan tidak kemana-mana, selain dari tujuan penelitian. Dengan kata lain, hipotesis adalah suatu kesimpulan, tetapi kesimpulan ini belum final, masih harus di buktikan kebenarannya. Menurut Marwan Sunanto (2019) “hipotesis merupakan jawaban tentative terhadap masalah. Hipotesis semacam bakal teori yang ketat akan diuji kebenarannya dengan data. Karena hipotesis semacam bakal

teori maka dalam hipotesis yang diutrakan dalam bentuk kalimat deklaratif, diungkapkan dengan relasi antara dua variable atau lebih”(hlm.19). Berdasarkan kerangka berpikir di atas, hipotesis tindakan penelitian ini adalah “model pembelajaran *kooperatif learning tipe jigsaw* dapat meningkatkan hasil belajar *dribbling* bola basket siswa kelas XII SMA Negeri 2 Ciamis”.