

BAB 2

TINJAUAN TEORITIS

2.1 Kajian Pustaka

2.1.1 Konsep Belajar

Belajar merupakan kegiatan yang dilakukan dengan sengaja atau tidak sengaja oleh setiap individu, sehingga terjadi perubahan dari yang tidak tahu menjadi tahu, dari yang tidak bisa apa-apa menjadi bisa apa-apa, tidak bisa membaca menjadi bisa membaca. Menurut Winkel “belajar adalah suatu aktivitas mental yang berlangsung dalam interaksi aktif dengan lingkungan, dan menghasilkan perubahan dalam pengetahuan, pemahaman, keterampilan, dan sikap, perubahan ini bersifat relative konstan dan berbekas”. Kemudian menurut Purwanto (dalam Makki & Aflahah, 2019) menjelaskan bahwa:

Belajar berhubungan dengan perubahan tingkah laku seseorang terhadap situasi tertentu yang disebabkan oleh pengalamannya yang berulang-ulang dalam situasi itu, perubahan tingkah laku tidak dapat dijelaskan atau dasar kecenderungan respons bawaan, kematangan, atau keadaan-keadaan sesaat, misalnya kelelahan, pengaruh obat dan sebagainya (p,1)

Belajar adalah suatu proses perubahan di dalam kepribadian manusia dan perubahan tersebut ditampakkan dalam bentuk peningkatan kualitas dan kuantitas tingkah laku seperti peningkatan kecakapan, pengetahuan, sikap, kebiasaan, pemahaman, keterampilan, daya pikir, dan lain-lain. (Jamilah & Widiyanto, 2021,p, 6). Belajar berhubungan dengan perubahan tingkah laku seseorang terhadap situasi yang disebabkan oleh pengalamannya yang berulang-ulang dalam situasi itu, dimana perubahan tingkah laku itu tidak dapat dijelaskan atau dasar kecenderungan respon bawaan kematangan. Belajar *dribbling* permainan sepak bola merupakan latihan untuk mengasah kemampuan mengontrol bola saat bergerak.

Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa belajar merujuk kepada suatu proses perubahan perilaku atau pribadi atau perubahan struktur seseorang berdasarkan praktik atau pengalaman tertentu hasil interaksi aktifnya dengan lingkungan dan sumber-sumber pembelajaran yang ada.

2.1.2 Prinsip-Prinsip Belajar

Agar aktivitas yang dilakukan guru dalam proses belajar terarah pada upaya peningkatan potensi peserta didik secara efektif, maka belajar harus dikembangkan sesuai dengan prinsip-prinsip yang benar. Prinsip belajar menunjuk kepada hal-hal penting yang harus dilakukan agar terjadi proses belajar siswa sehingga proses pembelajaran yang dilakukan dapat mencapai hasil yang diharapkan. Menurut Rothwall dalam (Mardicko, 2022, p, 85) prinsip-prinsip belajar adalah sebagai berikut:

a. Prinsip Perhatian dan Motivasi

Perhatian sangat penting dalam proses belajar, belajar tidak akan terjadi tanpa perhatian. Selain itu motivasi juga memiliki peran yang krusial dalam kegiatan belajar. Motivasi berfungsi sebagai penggerak dan pengarah aktivitas seseorang. Motivasi sangat berkaitan dengan minat siswa yang memiliki minat terhadap suatu bidang studi akan lebih tertarik dan termotivasi untuk memperelajarinya. Motivasi dapat berasal dari dalam diri sendiri ataupun dari guru, orang tua, maupun teman.

b. Prinsip Keaktifan

Proses belajar tidak dapat dipaksakan oleh orang lain dan tidak bisa dialihkan oleh orang lain. Belajar hanya terjadi apabila anak aktif mengalami sendiri. dalam setiap proses belajar siswa harus menampilkan keaktifan. Keaktifan itu beraneka ragam bentuknya, mulai dari kegiatan fisik misalnya membaca, menulism berlatih keterampilan, dan sebagainya.

c. Prinsip Keterlibatan Langsung/Pengalaman

Dalam proses belajar melalui pengalaman langsung, siswa tidak hanya mengamati, tetapi juga harus merasakan, terlibat secara aktif dalam kegiatan, dan bertanggung jawab atas hasil yang dicapai. Keterlibatan siswa dalam belajar tidak hanya terbatas pada aspek fisik, tetapi juga mencakup keterlibatan mental dan emosional. Ini termasuk partisipasi dalam aktivitas kognitif untuk memperoleh pengetahuan, memahami dan menginternalisasi nilai-nilai yang membentuk sikap dan karakter, serta berlatih untuk mengembangkan keterampilan.

d. Prinsip Pengulangan

Belajar adalah proses di mana hubungan terbentuk antara rangsangan dan respons. Dengan mengulangi pengalaman tersebut, peluang untuk menghasilkan respons yang tepat akan meningkat. Pengulangan dalam belajar akan melatih berbagai kemampuan manusia, seperti mengamati, merespons, mengingat, membayangkan, merasakan, dan berpikir, sehingga kemampuan-kemampuan tersebut dapat berkembang.

e. Prinsip Tantangan

Siswa yang berada dalam situasi pembelajaran berada dalam sebuah lingkungan psikologis. Dalam proses belajar, mereka memiliki tujuan yang ingin dicapai, tetapi juga dihadapkan pada tantangan yaitu materi pelajaran yang harus dipelajari. Hal ini memunculkan motivasi untuk mengatasi tantangan tersebut dengan mempelajari materi. Setelah tantangan tersebut teratasi dan tujuan belajar tercapai, siswa akan memasuki lingkungan baru dengan tujuan baru yang harus dicapai.

f. Prinsip Balikan dan Penguatan

Siswa cenderung lebih termotivasi untuk belajar jika mereka mendapatkan umpan balik, terutama jika umpan balik tersebut positif, karena hal itu bisa memberikan dorongan untuk usaha belajar mereka. Metode pembelajaran seperti tanya jawab, diskusi, eksperimen, dan penemuan adalah cara yang efektif untuk menciptakan umpan balik dan memperkuat pemahaman siswa.

g. Prinsip perbedaan individual

Setiap siswa memiliki perbedaan satu sama lainnya. Perbedaan individu ini berpengaruh pada cara dan hasil belajar karena perbedaan individu perlu diperhatikan oleh guru dalam upaya pembelajaran.

Prinsip-prinsip yang mendasari belajar yang efektif meliputi perhatian dan motivasi dari diri sendiri maupun dari orang lain, keaktifan siswa dalam mengikuti pembelajaran, pengalaman nyata, pengulangan belajar, tantangan pada saat mengikuti pembelajaran, penguatan, dan perbedaan individu. Bagi guru kemampuan menerapkan prinsip belajar dalam proses pembelajaran akan dapat

membantu tujuan pembelajaran, dan bagi siswa akan membantu tercapainya hasil belajar.

2.1.3 Ciri-ciri Belajar

Ciri belajar tentunya adalah jika ada perubahan dari tidak melakukan sesuatu menjadi bisa melakukan. Kemudian menurut (Festiawan, 2020, p, 9) ciri-ciri belajar diataranya sebagai berikut:

a. Perubahan tingkah laku terjadi secara sadar

Suatu perilaku dianggap sebagai aktivitas belajar ketika individu menyadari adanya perubahan atau merasakan perubahan pada dirinya sebagai hasil dari proses pembelajaran, seperti menyadari adanya peningkatan pengetahuan.

b. Perubahan bersifat kontinu dan fungsional

Sebagai hasil dari proses belajar, perubahan yang terjadi pada seseorang berlangsung secara terus-menerus dan tidak bersifat tetap. Satu perubahan akan memicu perubahan lainnya, yang akan bermanfaat baik dalam kehidupan maupun proses belajar selanjutnya. Misalnya, ketika seseorang berlatih passing dalam permainan sepak bola, ia akan mengalami peningkatan teknik dari yang kurang baik menjadi lebih baik. Jika proses belajar dilakukan dengan benar, hasilnya adalah kemampuan untuk melakukan passing dengan tepat dan terarah.

c. Perubahan bersifat positif dan aktif

Perubahan perilaku adalah hasil dari proses belajar jika perubahan tersebut bersifat positif dan aktif. Perubahan disebut positif ketika perilaku terus meningkat dan berfokus pada pencapaian hal yang lebih baik daripada sebelumnya. Semakin banyak usaha belajar yang dilakukan, semakin besar perubahan yang terjadi. Perubahan yang aktif berarti bahwa perubahan tersebut tidak terjadi secara otomatis, melainkan karena usaha individu sendiri.

d. Perubahan bersifat permanen

Perubahan yang terjadi melalui proses belajar bersifat permanen. Contohnya, kemampuan seseorang dalam bersepeda, setelah dipelajari, tidak akan hilang begitu saja, melainkan akan tetap ada dan semakin berkembang seiring dengan latihan dan pembelajaran yang terus dilakukan.

e. Perubahan dalam belajar bertujuan atau terarah

Perubahan perilaku memerlukan adanya tujuan yang ingin dicapai oleh individu yang belajar dan harus diarahkan pada perubahan perilaku yang benar-benar disadari. Misalnya, seseorang yang belajar mengetik telah menetapkan apa yang ingin dicapai dari proses tersebut. Dengan demikian, aktivitas belajar yang dilakukan selalu fokus pada perilaku yang sudah ditetapkan.

f. Perubahan mencakup seluruh aspek tingkah laku

Perubahan yang dialami seseorang setelah menjalani proses pembelajaran mencakup perubahan pada seluruh aspek perilaku. Ketika seseorang mempelajari sesuatu, hasilnya akan terlihat dalam perubahan perilaku secara keseluruhan, termasuk dalam sikap, keterampilan, pengetahuan, dan aspek lainnya.

Dari pemaparan tersebut dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri belajar meliputi perubahan perilaku yang positif, terjadi secara bertahap melalui pengalaman dan latihan, melibatkan usaha aktif individu, memiliki tujuan, bersifat konsisten dan berkelanjutan, serta dapat diukur.

2.1.4 Jenis-jenis Belajar

Dalam proses belajar mengajar dikenal dengan adanya bermacam-macam kegiatan yang berbeda-beda, baik dalam aspek materi dan metodenya maupun aspek tujuan perubahan tingkah laku yang diharapkan. Jenis-jenis belajar menurut Sutianah et al., (2022, p, 19) antara lain sebagai berikut:

a. Belajar Abstrak

Belajar abstrak adalah pembelajaran yang melibatkan pemikiran abstrak untuk memahami dan menyelesaikan masalah yang tidak bersifat konkret. Proses ini memerlukan kemampuan berpikir yang kuat serta penguasaan prinsip, konsep, dan generalisasi. Contohnya termasuk pembelajaran dalam matematika, kimia, kosmografi, astronomi, dan bidang agama seperti tauhid.

b. Belajar Keterampilan

Belajar keterampilan melibatkan gerakan motorik yang berhubungan dengan saraf dan otot (*neuromuskular*), yang bertujuan untuk menguasai keterampilan fisik tertentu. Dalam pembelajaran ini, latihan yang intensif dan teratur sangat

penting. Contoh dari pembelajaran jenis ini termasuk olahraga, musik, menari, melukis, dan memperbaiki barang elektronik.

c. Belajar Sosial

Belajar sosial pada intinya adalah belajar memahami berbagai masalah dan cara-cara untuk menyelesaikannya. Tujuannya adalah agar individu mampu menguasai pemahaman dan keterampilan dalam mengatasi masalah sosial, seperti masalah keluarga, persahabatan, kelompok, serta masalah-masalah yang berkaitan dengan masyarakat. Selain itu, belajar sosial juga bertujuan untuk mengendalikan keinginan pribadi demi kepentingan bersama.

d. Belajar Pemecahan Masalah

Pemecahan masalah pada dasarnya adalah belajar dengan menggunakan pendekatan ilmiah atau berpikir secara sistematis, logis, teratur, dan cermat. Tujuan utamanya adalah mengembangkan kemampuan kognitif dan kecakapan untuk menyelesaikan masalah secara rasional, jelas, dan menyeluruh. Hampir semua mata pelajaran dapat dijadikan bahan untuk belajar pemecahan masalah.

e. Belajar Rasional

Belajar rasional adalah proses belajar yang melibatkan kemampuan berpikir logis dan sesuai dengan akal sehat. Tujuannya adalah untuk mengembangkan berbagai keterampilan dalam menerapkan prinsip dan konsep. Melalui belajar rasional, siswa diharapkan mampu memecahkan masalah secara rasional, dengan menggunakan pertimbangan yang masuk akal, logis, serta pendekatan yang sistematis.

f. Belajar Kebiasaan

Belajar kebiasaan adalah proses menciptakan kebiasaan baru atau memperbaiki kebiasaan yang sudah ada. Tujuannya adalah agar siswa mengembangkan sikap dan kebiasaan baru yang lebih positif dan sesuai dengan tuntutan lingkungan dan situasi saat ini.

g. Belajar Apresiasi

Belajar apresiasi adalah proses mempelajari cara menilai, mempertimbangkan makna, atau nilai dari suatu objek. Tujuannya adalah agar siswa dapat mengembangkan keterampilan afektif, yakni kemampuan menghargai nilai

suatu objek dengan tepat. Mata pelajaran yang mendukung pembelajaran apresiasi ini termasuk bahasa sastra, prakarya, dan seni.

h. Belajar pengetahuan

Belajar pengetahuan berarti mempelajari suatu objek secara mendalam melalui penyelidikan. Proses ini merupakan program pembelajaran yang terstruktur untuk menguasai materi, melibatkan investigasi dan eksperimen. Tujuannya adalah agar siswa mendapatkan atau memperluas informasi dan pemahaman tentang pengetahuan tertentu.

Jenis-jenis belajar meliputi belajar abstrak, keterampilan, sosial, pemecahan masalah, rasional, kebiasaan, apresiasi, dan pengetahuan, yang masing-masing bertujuan mengembangkan kemampuan kognitif, afektif, dan keterampilan fisik siswa.

2.1.5 Konsep Pembelajaran

Pembelajaran dikondisikan agar mampu mendorong kreativitas anak secara keseluruhan, membuat peserta didik aktif dan berlangsung dalam kondisi menyenangkan. Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 tahun 2003 tentang system Pendidikan nasional bahwa “Pembelajaran adalah proses interaksi pendidik dengan peserta didik dan sumber belajar yang berlangsung dalam suatu lingkungan belajar. Pembelajaran sebagai suatu proses interaksi yang melibatkan komponen-komponen utama, yaitu peserta didik, pendidik, dan sumber belajar yang berlangsung dalam suatu lingkungan belajar”. Sedangkan menurut Napitupulu (2019) mengungkapkan bahwa:

Pembelajaran adalah serangkaian kegiatan yang melibatkan informasi dan lingkungan yang disusun secara terencana untuk memudahkan siswa belajar. Lingkungan dimaksud tidak hanya berupa tempat ketika pembelajaran itu berlangsung, tetapi juga metode atau strategi, media dan peralatan yang diperlukan untuk menyampaikan informasi. Pembelajaran merupakan upaya yang dilakukan pendidik untuk membantu peserta didik agar dapat menerima informasi sebagai pengetahuan yang di berikan dan membantu pencapaian tujuan pembelajaran. (p,75)

Proses pembelajaran adalah suatu system yang melibatkan satu kesatuan komponen yang saling berkaitan dan saling berinteraksi untuk mencapai suatu hasil yang diharapkan secara optimal sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan. Kemudian

Ibrahim berpendapat dalam (Jamilah & Widiyanto, 2021, p, 6) “Pembelajaran adalah segala sesuatu yang digunakan untuk menyalurkan bahan pembelajaran sehingga dapat merangsang perhatian, minat, pikiran, dan perasaan siswa dalam kegiatan belajar untuk mencapai tujuan pembelajaran tertentu”. Pembelajaran sepak bola melibatkan latihan teknik dasar, baik secara individual maupun dalam konteks permainan tim

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa proses pembelajaran ditandai dengan adanya interaksi edukatif yang terjadi, yaitu interaksi yang sadar akan tujuan. Interaksi ini berakar dari pihak pendidik (guru) dan kegiatan belajar secara pedagogis pada diri peserta didik, berproses secara sistematis melalui tahap rancangan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pembelajaran tidak terjadi seketika, melainkan berproses melalui tahapan-tahapan tertentu. Dalam pembelajaran, pendidik memfasilitasi peserta didik agar dapat menghasilkan proses pembelajaran yang efektif sebagaimana yang telah di harapkan.

2.1.6 Tujuan Pembelajaran

Tujuan pembelajaran pada dasarnya merupakan harapan, dimana apa yang diharapkan siswa sebagai hasil belajar. “Tujuan pembelajaran adalah satu harapan guru yang akan dicapai dalam kegiatan belajar mengajar, tujuan belajar sekaligus menjadi pedoman yang akan mengarahkan pada kegiatan belajar mengajar di kelas” (Faizah & Kamal, 2024, p. 471). kemudian H. Daryanto (2015, p, 58) berpendapat bahwa “Tujuan pembelajaran adalah tujuan yang menggambarkan pengetahuan, keterampilan, dan sikap yang harus dimiliki siswa sebagai akibat dari hasil pembelajaran yang dinyatakan dalam bentuk tingkah laku yang dapat diamati dan diukur”. Tujuan pembelajaran adalah apa yang ingin dicapai selama proses belajar mengajar, seperti peningkatan pengetahuan, keterampilan, atau sikap siswa. Tujuan ini membantu guru merencanakan dan mengarahkan kegiatan belajar agar berjalan dengan efektif dan mencapai hasil yang diinginkan.

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa tujuan pembelajaran merupakan harapan guru yang ingin dicapai dalam kegiatan belajar mengajar dan berfungsi sebagai pedoman untuk mengarahkan proses pembelajaran di kelas. Tujuan ini mencakup peningkatan, pengetahuan, keterampilan dan sikap siswa,

serta membantu guru merencanakan dan melaksanakan pembelajaran secara efektif agar mencapai hasil belajar yang diinginkan.

2.1.7 Konsep Hasil Belajar

Hasil belajar merupakan perubahan yang dialami seseorang setelah menjalani proses pembelajaran, mencakup pengetahuan, keterampilan, dan sikap. Hasil ini menunjukkan sejauh mana seseorang memahami dan menguasai materi, serta kemampuan untuk menerapkan apa yang dipelajari. Hasil belajar dapat dinilai melalui berbagai metode seperti tes, tugas, proyek, atau observasi, dan mencerminkan perkembangan dalam aspek intelektual, emosional, dan sosial. Menurut Dakhi (2020, p. 468) mengungkapkan bahwa “hasil belajar merupakan prestasi yang dicapai siswa secara akademis melalui ujian, tugas, keaktifan bertanya dan menjawab pertanyaan yang mendukung perolehan hasil belajar tersebut”. Sedangkan menurut (Jamilah & Widiyanto, 2021, p. 63) “Hasil belajar merupakan salah satu di antara tolak ukur yang menjadi acuan dalam memperbaiki kinerja seorang pendidik dalam penyelenggaraan proses pembelajaran”. Hasil belajar sepak bola mencakup berbagai aspek yang mempengaruhi belajar siswa di lapangan, baik secara individu maupun tim.

Dari pemaparan tersebut dapat disimpulkan bahwa hasil belajar adalah perubahan yang terjadi pada seseorang setelah proses pembelajaran, mencakup pengetahuan, keterampilan, dan sikap. Hasil ini menunjukkan pemahaman dan penguasaan materi serta kemampuan menerapkannya, yang dinilai melalui berbagai metode seperti tes, tugas, dan observasi. Prestasi akademis, seperti ujian dan keaktifan dalam pembelajaran, juga menjadi bagian penting dalam pencapaian hasil belajar.

2.1.8 Jenis-Jenis Hasil Belajar

Jenis-jenis hasil belajar mengacu pada berbagai pencapaian yang diperoleh siswa setelah melalui proses pembelajaran. Menurut Parwati et al., (2023, p. 24) jenis-jenis hasil belajar dapat diklasifikasikan menjadi tiga macam yaitu ada ranah kognitif, efektif, psikomotor

- a. Ranah Kognitif berkenaan dengan hasil belajar intelektual yang terdiri dari enam aspek, yaitu:

- 1) Pengetahuan mencakup kemampuan untuk mengingat hal-hal yang telah dipelajari dan tersimpan dalam ingatan.
 - 2) Pemahaman melibatkan kemampuan untuk menangkap inti dan makna dari hal-hal yang dipelajari.
 - 3) Aplikasi mencakup kemampuan menerapkan metode dan aturan untuk menghadapi masalah baru yang nyata.
 - 4) Analisis mencakup kemampuan memecah suatu keseluruhan menjadi bagian-bagian agar dapat dipahami lebih baik.
 - 5) Sintesis mencakup kemampuan untuk membentuk pola atau konsep baru.
 - 6) Evaluasi mencakup kemampuan memberikan penilaian terhadap sesuatu berdasarkan kriteria tertentu.
- b. Ranah Afektif berkenaan dengan sikap yang terdiri dari lima aspek, yaitu :
- 1) Penerimaan, meliputi kesadaran terhadap sesuatu dan kesediaan untuk memberikan perhatian padanya.
 - 2) Partisipasi, melibatkan kesiapan, kemauan untuk memperhatikan, serta ikut serta dalam sebuah kegiatan.
 - 3) Penilaian, mencakup penerimaan terhadap sebuah nilai, menghargainya, mengakui, dan menentukan sikap terhadapnya.
 - 4) Organisasi, Meliputi kemampuan menyusun sistem nilai yang menjadi pedoman dalam kehidupan.
 - 5) Pembentukan pola hidup, melibatkan kemampuan memahami nilai-nilai dan membentuknya menjadi prinsip kehidupan pribadi.
- c. Ranah Psikomotor berkenaan dengan keterampilan dan kemampuan bertindak, ada enam aspek psikomotor, yaitu :
- 1) Gerakan refleks.
 - 2) Keterampilan gerakan dasar.
 - 3) Kemampuan perseptual.
 - 4) Keharmonisan atau ketepatan.
 - 5) Gerakan keterampilan kompleks.
 - 6) Gerakan ekspresif dan interpretative.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa jenis-jenis hasil belajar mencakup kognitif berhubungan dengan pengetahuan dan kemampuan berpikir, afektif berkaitan dengan sikap dan psikomotor berkaitan dengan keterampilan fisik.

2.1.9 Konsep Pendidikan Jasmani

Kondisi pendidikan di Indonesia saat ini masih menghadapi berbagai tantangan, seperti kesenjangan akses dan kualitas pendidikan antara daerah perkotaan dan pedesaan, rendahnya literasi dan numerasi di kalangan siswa, serta keterbatasan infrastruktur dan fasilitas pendidikan. Dalam perundang-undangan tentang sistem Pendidikan No.20 tahun 2003, mengatakan bahwa “Pendidikan merupakan usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya dan masyarakat”. KBBI mendefinisikan bahwa “Pendidikan merupakan suatu proses yang mengubah sikap dan perilaku seseorang atau kelompok melalui pengajaran, pelatihan, proses, perubahan, dan metode pendidikan, serta mengupayakan pendewasaan manusia. Sedangkan menurut Fitria (Kuslaina et al., 2024, p. 3) “Pendidikan merupakan faktor penting dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia di Indonesia”. pendidikan merupakan proses terencana yang bertujuan untuk meningkatkan lingkungan belajar yang memungkinkan peserta didik mengembangkan potensi mereka secara aktif, mencakup aspek spiritual, kepribadian, kecerdasan, dan keterampilan serta mengubah sikap dan perilaku seseorang

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran yang di desain untuk mengembangkan keterampilan motorik dan pola gerak, meningkatkan kebugaran jasmani dan kesehatan yang dilandasi pengetahuan dan perilaku hidup aktif, serta sikap sportif melalui kegiatan jasmani. Meskipun sering kali dianggap sebagai olahraga, dari sudut pandang pembangunan manusia, pendidikan jasmani jelas merupakan komponen yang integral dalam pembangunan umat secara menyeluruh. Menurut Wil Menurut Fahrizi dalam (Saputra & Aguss, 2021, p 18) “Pendidikan jasmani juga berarti adanya pelajaran yang melibatkan aktivitas fisik langsung yang

berfungsi menjaga kesehatan peserta didik. Fokus utama pendidikan jasmani adalah pada kegiatan fisik untuk meningkatkan kesehatan tubuh secara menyeluruh. Sebagai bagian dari kurikulum, pendidikan jasmani memberikan kesempatan kepada siswa untuk berpartisipasi dalam aktivitas olahraga langsung, sehingga mereka dapat menguasai keterampilan, menjaga kesehatan tubuh, serta meningkatkan aspek mental, moral, psikologis, dan emosional mereka”.

Dari pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang menggunakan aktivitas fisik, permainan, atau olahraga untuk mencapai tujuan pendidikan, dan merupakan komponen penting dalam pembangunan manusia secara menyeluruh. Pendidikan jasmani berfokus pada kegiatan fisik yang meningkatkan kesehatan tubuh dan memberikan kesempatan kepada siswa untuk menguasai keterampilan, menjaga kesehatan, serta memperbaiki aspek mental, moral, psikologis, dan emosional mereka.

2.1.10 Tujuan Pendidikan Jasmani

Tujuan pendidikan adalah untuk mengembangkan potensi individu secara maksimal, baik dalam aspek intelektual, emosional, moral, dan sosial. Pendidikan bertujuan untuk membentuk individu yang cerdas, mandiri, kreatif, memiliki etika, dan siap berperan aktif serta berkontribusi dalam masyarakat. Tujuan pendidikan diatur dalam Undang-Undang No 20 tahun 2003 berbunyi:

Mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan yang maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Dalam Undang-Undang Nomor 3 tentang sistem keolahragaan nasional, pendidikan jasmani didefinisikan “Pendidikan jasmani bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mental, dan sosial peserta didik serta mempersiapkan generasi muda yang sehat dan produktif”. Kemudian menurut Adang Suherman dalam (Yusup et al., 2024, p, 66) secara umum tujuan pendidikan jasmani dapat di klasifikasikan ke dalam empat kategori, yaitu:

a. Perkembangan Fisik

Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan aktivitas yang melibatkan kekuatan fisik dari berbagai organ tubuh seseorang.

b. Perkembangan Gerak

Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan gerak secara efektif, efisien, halus, indah, dan sempurna.

c. Perkembangan Mental

Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan berfikir dan menginterpretasikan keseluruhan pengetahuan tentang pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan kedalam lingkungannya, sehingga memungkinkan tumbuh dan berkembangnya pengetahuan, sikap, dan tanggung jawab siswa.

d. Perkembangan Sosial

Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan siswa dalam menyesuaikan diri pada suatu kelompok atau masyarakat.

Dari pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa tujuan pendidikan dan tujuan pendidikan jasmani saling berkesinambungan untuk bertujuan membentuk individu yang cerdas, mandiri, kreatif, etis, serta mampu berkontribusi dalam masyarakat dan meningkatkan kebugaran fisik, keterampilan motorik, Kerjasama, sportivitas, dan pemahaman akan pentingnya gaya hidup aktif, serta mengembangkan disiplin dan tanggung jawab.

2.1.11 Konsep Permainan Sepak Bola

Di Indonesia sepak bola dimulai sejak 1914 ketika pemerintah Hindia Belanda masih menjajah Indonesia. Pada masa itu, terdapat kompetisi antarkota di Jawa, kompetisi tersebut hanya dijuarai oleh dua tim atau didominasi dua tim itu saja, yaitu Batavia City dan Soerabaij City. Pembentukan PSSI (Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia) menjadi sejarah awal sepakbola Indonesia. PSSI dibentuk pada tanggal 19 April 1930, diadakan di Yogyakarta dengan Soeratin Sostosoegondo sebagai ketua. (Agustina, 2020, p. 4). Menurut Agustina (2020) menyatakan bahwa “Sepakbola merupakan permainan yang dimainkan oleh dua tim yang masing-masing tim terdiri atas 11 orang pemain, yang lazim disebut kesebelasan. Masing-masing tim berusaha memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan

berusaha mempertahankan gawangnya sendiri” (p, 1). Sepak bola sangat digemari oleh semua kalangan, baik anak-anak sampai dewasa, bahkan di dalam pembelajaran olahraga ini menjadi salah satu materi pada mata pelajaran Pendidikan jasmani. Sepak bola dikenal dengan permainan tim, walaupun terkadang pada situasi tertentu para pemain mempunyai keterampilan tersendiri saat menguasai bola, tetapi pemain harus bekerja sama kepada sesama rekan timnya agar menghasilkan permainan yang baik. Menurut (Bahtra, 2022, p, 53) “sepak bola adalah kegiatan fisik yang kaya struktur pergerakan yang dimana dilihat dari taksonomi gerak umum, sepak bola bisa secara lengkap baik gerakan-gerakan dasar yang membangun pola gerak yang lengkap, dari mulai pola gerak lokomotor”.

Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa Sepak bola adalah permainan tim yang dimainkan oleh dua tim beranggotakan 11 pemain. Tujuannya adalah memasukkan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri. Olahraga ini digemari oleh berbagai kalangan dan menjadi bagian dari pelajaran Pendidikan Jasmani. Meskipun pemain memiliki keterampilan individu, kerja sama tim tetap penting untuk mencapai permainan yang baik. Sepak bola melibatkan gerakan fisik yang kompleks dan beragam, mencakup gerakan dasar hingga pola gerak lengkap.

2.1.12 Teknik Dasar Sepak Bola

Setiap atlet atau pemain sepak bola harus bisa menguasai teknik dasar, hal itu wajib dikuasai bagi seorang pemain untuk memiliki teknik dasar sepak bola. Menurut (Bahtra, 2022, p. 99) “Teknik dasar adalah cara khusus yang dapat direalisasikan untuk memecahkan suatu gerakan olahraga dalam praktek berdasarkan kondisi manusia secara utuh, teknik harus mampu memecahkan suatu gerakan dimana kondisi merupakan dasar utama”, Teknik dasar adalah elemen atau komponen gerakan yang menjadi fondasi untuk menjalankan aktivitas olahraga, yang disesuaikan dengan kondisi fisik manusia dan bertujuan untuk menyelesaikan tugas gerakan guna mencapai hasil yang diinginkan dalam suatu pertandingan. Adapun teknik dasar menurut Herwin dalam dijelaskan sebagai berikut:

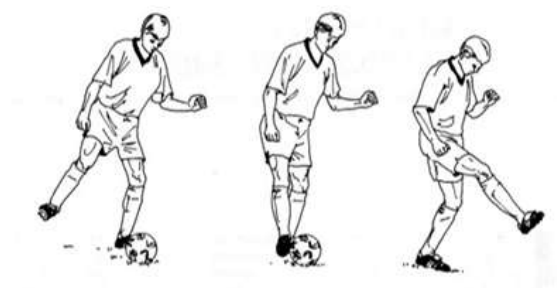
a. Gerak atau teknik tanpa bola

Selama dalam sebuah permainan sepakbola seorang pemain harus mampu berlari dengan langkah pendek maupun panjang, karena harus merubah kecepatan lari. Gerakan lainnya seperti: berjalan, berjingjat, melompat, berguling, berputar, berbelok, dan berhenti tiba-tiba.

b. Gerak atau teknik dengan bola

Teknik dengan bola meliputi: mengoper bola (*passing*), menendang bola ke gawang (*shooting*), menggiring bola (*dribbling*), menyundul bola (*heading*).

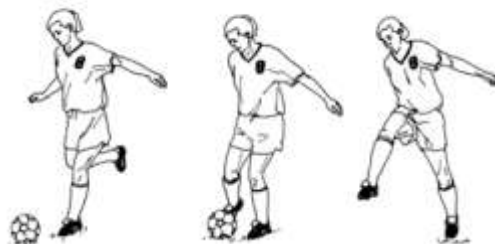
a. Teknik Dasar Mengoper (*passing*)



Gambar 2.1 *Passing* Sepak Bola
Sumber: Bahtra (2022, p, 108)

Passing merupakan salah satu teknik dasar yang wajib dikuasai oleh setiap pemain. *Passing* adalah seni memindahkan bola dari satu pemain ke pemain lain. *Passing* yang baik dilakukan dengan menggunakan kaki, tetapi tubuh lain juga bisa digunakan (Priambodo & Faruk, 2018, p, 4). Menendang bola (*passing*) merupakan operan diatas permukaan lapangan, yang mencakup menendang bola dengan kaki bagian dalam (*inside of the foot*), menendang bola dengan kura-kura kaki penuh (*instep*), dan menendang bola dengan punggung kaki bagian luar (*outside of the foot*).

b. Teknik Dasar Tendangan Ke Gawang (*shooting*)



Gambar 2.2 *Shooting* Sepak Bola
Sumber: Bahtra (2022, p, 129)

Shooting dalam sepak bola adalah teknik menendang bola dengan tujuan mencetak gol ke gawang lawan. Dalam penerapannya, shooting memerlukan kombinasi antara kekuatan, akurasi, dan pengambilan keputusan yang tepat. *Shooting* merupakan titik akhir dari permainan menyerang, kemampuan untuk melakukan *shooting* dengan kuat dan akurat dalam menggunakan kedua kaki adalah suatu keharusan bagi pemain. Karenan dalam situasi permainan bola akan berbeda-beda posisinya, jika bola berada di kaki bagian kanan maka harus melakukan shooting dengan kaki kanan begitupun sebaliknya (Bahtra, 2022, p, 126)

c. Teknik Menyundul (*heading*)



Gambar 2.3 *Heading* Sepak Bola
Sumber: Bahtra (2022,p, 132)

Heading merupakan salah satu teknik dasar dalam sepak bola yang memanfaatkan kepala untuk mengarahkan atau mengontrol bola. Teknik ini biasanya digunakan untuk menerima umpan, menghalau serangan lawan, atau mencetak gol. Pemain harus menjaga postur tubuh yang tepat, dengan mata fokus pada bola dan leher yang kencang, agar arah dan kekuatan heading bisa dikendalikan dengan baik. Heading juga memerlukan koordinasi yang baik antara timing dan posisi tubuh agar kontak dengan bola dilakukan secara efektif dan aman. Menurut (Bahtra, 2022 p, 129) menjelaskan bahwa *heading* adalah mengarahkan bola dengan kepala dengan tujuan menjauhkan dari gawang, *passing*, atau mencetak gol. Sepak bola adalah satu-satunya permainan dimana pemain menggunakan kepala untuk memainkan bola.

d. Teknik Dasar Menggiring Bola (*dribbling*)

Dribbling dalam permainan sepak bola merupakan suatu upaya mendorong bola secara terputus-putus bola tidak jauh dari kaki, diharuskan bergerak dengan lincah dan eksplosif guna mendukung strategi sebuah tim dalam melakukan serangan ataupun bertahan. *Dribbling* atau menggiring bola adalah ketampilan dasar dalam sepak bola karena semua pemain harus menguasai bola saat sedang bergerak, berdiri, atau bersiap melakukan operan atau tembakan. Menurut (Aji & Tuasikal, 2020, p, 20) teknik *dribbling* (menggiring bola) terdiri atas 2 teknik yaitu: (a) teknik *dribbling* dengan kaki bagian dalam, (b) teknik *dribbling* dengan kaki bagian luar.

1) Teknik Menggiring Bola dengan Kaki Bagian Dalam



Gambar 2.4 *Dribbling* Menggunakan Kaki Bagian Dalam
Sumber: <https://images.app.goo.gl/iP8Tdi8MYB11hWdS8>

Dribbling menggunakan kaki bagian dalam yaitu teknik gerakan menggiring bola dengan memanfaatkan sisi kaki bagian dalam dan sebagian besar permukaan kakinya, kontrol bola semakin baik sehingga memungkinkan seorang pemain melewati lawan dengan mudah. Cara melakukan *dribbling* menggunakan kaki bagian dalam yaitu:

- a) Diawali sikap berdiri menghadap arah gerakan
 - b) Sikap kedua tangan di samping badan agak terlentang
 - c) Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi menendang bola.
 - d) Kaki yang digunakan untuk menggiring bola tidak tertarik kebelakang hanya diayunkan ke depan.
 - e) Diupayakan setiap melangkah, secara teratur bola disentuh/didorong bergulir ke depan.
 - f) Bola bergulir harus selalu dekat dengan kaki dengan demikian bola tetap dikuasai.
 - g) Pada waktu menggiring bola, kedua lutut sedikit ditekuk untuk mempermudah penguasaan bola, kedua lutut sedikit ditekuk untuk mempermudah penguasaan bola.
 - h) Pada saaat kaki menyentuh bola, pandangan kearah bola dan selanjutnya melihat situasi lapangan.
- 2) Teknik Menggiring Bola dengan Sisi Kaki Bagian Luar



Gambar 2.5 *Dribbling* Menggunakan Kaki Bagian Luar
 Sumber: <https://images.app.goo.gl/RUYqvWvGN9fBgvQy5>

Teknik Menggiring bola dengan sisi kaki bagian luar ini paling banyak digunakan karena bagian kaki yang bersentuhan dengan bola cukup luas, kemudian pemain dengan mudah dapat bergerak ke depan atau membelok, berputar, mengubah arah, setelah itu pemain dapat mengontrol atau menguasai bola dengan baik, dan pemain dengan cepat mudah memberikan bola kepada teman. Cara melakukan *dribbling* menggunakan kaki bagian luar yaitu :

- a) Diawali sikap berdiri menghadap arah gerakan
- b) Sikap kedua tangan di samping badan agak terlentang
- c) Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi menendang dengan kaki bagian luar.
- d) Kaki yang digunakan untuk menggiring bola tidak ditarik kebelakang hanya diayunkan ke depan.
- e) Diupayakan setiap melangkah, secara teratur bola disentuh/didorong bergulir ke depan.
- f) Bola bergulir harus selalu dekat dengan kaki dengan demikian bola tetap dikuasai.
- g) Pada waktu menggiring bola, kedua lutut sedikit ditekuk untuk mempermudah penguasaan bola.
- h) Pada saat kaki menyentuh bola, pandangan ke arah bola dan selanjutnya melihat situasi lapangan.

c. Tujuan *Dribbling*

Tujuan *dribbling* sepak bola yaitu untuk mempertahankan penguasaan bola sambil bergerak atau sambil berlari. Menurut Luxbacher dalam (Aji & Tuasikal, 2020, p, 21) menyatakan secara umum teknik *dribbling* memiliki 3 tujuan yaitu sebagai berikut:

1) *Dribbling* untuk mengecoh lawan

Teknik yang berkembang dengan cara melakukan gerakan mengecoh lawan, kemudian melewati lawannya secara bagus untuk di *passing* pada rekan se tim atau diselesaikan ke gawang lawan. Bola dikontrol dengan rapat dan akurat dengan pandangan arah kedepan dengan kecepatan tinggi untuk mengecoh lawan, melakukan *dribbling* dengan mengubah arah.

2) *Dribbling* untuk penguasaan

Menggiring dengan berusaha melindungi bola agar tidak direbut oleh lawan, dengan cara posisikan lutut ditekan sehingga bola tetap terkontrol dekat, gerakan dimulai ketika mendapat tekanan dari lawan, kemudian jaga keseimbangan dengan sentuhan akhir dimulai dengan mengontrol bola sedekat mungkin, kemudian mengubah arah gerakan menjauh dari tekanan lawan

3) *Dribbling* untuk akselerasi kecepatan

Dilakukan pada saat melewati musuh dengan menggiring bola dengan cepat dilakukan dengan mempercepat lari dan bola didorong kedepan sehingga dapat melewati musuh yang menghadap dengan gerakan lari dengan kecepatan tinggi.

d. Kesalahan-Kesalahan Saat Melakukan *Dribbling*

Pada saat melakukan *dribbling* sepak bola, kesalahan umum yang sering dilakukan oleh pemain atau siswa, terutama pada tahap belajar. Adapun kesalahan kesalahan yang sering terjadi pada saat melakukan *dribbling* yaitu:

- 1) Irama langkah kaki dengan sentuhan bola tidak teratur
- 2) Sentuhan bola tidak teratur
- 3) Lepas control
- 4) Mata hanya tertuju pada bola
- 5) Kurangnya perlindungan terhadap bola

2.1.13 Konsep *Information and Communication Technologies* (ICT)

Pendidik yang sesuai di era globalisasi serta era ICT ini adalah yang dapat memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk dapat mengembangkan kebebasan berpikir, berinovasi, dan berkreasi, menentukan mana pilihan yang terbaik, serta mengambil keputusan secara bertanggungjawab. Media pembelajaran diatur dalam Peraturan Pemerintah Republik Indonesia No 19 tahun 2025 tentang Standar Nasional Pendidikan Bab VII standar sarana dan prasarana pasal 42 ayat 1 menjelaskan "...setiap satuan pendidikan wajib memiliki sarana yang meliputi perabot, peralatan pendidikan, media pendidikan, buku, dan sumber belajar lainnya, serta perlengkapan lain yang diperlukan untuk menunjang proses pembelajaran". Sedangkan menurut Oemar Hamalik dalam (Hasan et al., 2021) menjelaskan "Media pembelajaran adalah alat, metode, dan teknik yang digunakan dalam rangka

lebih mengefektifkan komunikasi dan interaksi antara guru dan siswa dalam proses Pendidikan dan pengajaran di sekolah”. Kemudian menurut Wulandari & Mudinillah, 2022, p, 105) menjelaskan bahwa:

Media pembelajaran merupakan wadah dalam penyampian dan penyaluran informasi kepada penerima, sehingga dapat menghasilkan aktivitas belajar mengajar yang terencana secara efektif dan efisien dalam rangka menciptakan lingkungan belajar yang kondusif, yang memudahkan peserta didik memahami materi pelajaran dan meningkatkan minat peserta didik untuk belajar lebih lanjut.

Penggunaan media pembelajaran dalam proses pembelajaran dapat membangkitkan kenginginan dan minat yang baru, membangkitkan motivasi dan rangsangan kegiatan belajar, dan bahkan membawa pengaruh-pengaruh positif. Media pembelajaran ini sangat mempengaruhi siswa dalam proses pembelajaran menjadi menyenangkan. Guru sangat penting untuk memilih media yang tepat ketika memberi pengetahuan kepada siswa. Media pembelajaran adalah perantara dalam menyampaikan materi ajar sehingga membuat siswa belajar lebih efektif, inovatif, dan menyenangkan. Manfaat media pembelajaran adalah sebagai berikut:

- a. Penyampaian materi pelajaran dapat diseragamkan
- b. Proses pembelajaran menjadi lebih jelas dan menarik
- c. Proses pembelajaran menjadi lebih aktif
- d. Tidak menguras waktu dan tenaga
- e. Meningkatkan kualitas hasil belajar siswa
- f. Proses belajar dapat dilakukan dimana saja dan bisa di ulang-ulang
- g. Menumbuhkan sikap positif siswa mengenai materi dalam proses belajar
- h. Peran guru lebih positif dan produktif

Pada era digital saat ini pendidikan juga harus memerlukan inovasi dan kreatifitas guru untuk mengembangkan media pembelajaran berbasis *Information and Communication Technologies* (ICT). Menurut Rahma dalam (Irsan et al., 2023) ”*Information and Communication Technologies* (ICT) adalah sarana dan prasarana pembelajaran yang dapat dimanfaatkan oleh pendidik, tenaga pendidik dan peserta didik dalam berinteraksi agar dapat meningkatkan efektivitas, efesiensi, kualitas dan produktivitas pendidikan dalam mengakses pembelajaran”.

Information and Communication Technologies (ICT) merupakan alat yang dimanfaatkan untuk memproses dan mentransfer informasi atau data dari satu perangkat ke perangkat lain. Dalam dunia pendidikan, melalui *Information and Communication Technologies* (ICT) dapat terjadi pergerakan informasi dengan mudah dan tak terbatas, sehingga menyebabkan perubahan yang mendasar dari berbagai penyesuaian yang dilakukan oleh guru dalam menjelaskan materi yang disampaikan. Guru dituntut untuk bisa memanfaatkan teknologi agar dapat mengembangkan materi berbasis ICT. Tujuannya adalah untuk memberikan kemudahan dan kesempatan lebih kepada pembelajaran dalam belajar. Media pembelajaran *Information and Communication Technologies* (ICT) seperti media yang didengar (audio), media yang dilihat (visual), media yang dilihat dan didengar (audio visual). ICT ini juga memiliki manfaat dalam proses pembelajaran antara lain: (1) meningkatkan kualitas pembelajaran; (2) memperluas akses terhadap pendidikan dan pembelajaran; (3) membantu memvisualisasikan materi pembelajaran; (4) mempermudah materi yang sedang dipelajari; (5) menampilkan materi pembelajaran menjadi lebih menarik; (6) memungkinkan terjadinya interaksi.

Dari pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa media pembelajaran merupakan alat dan sarana yang digunakan untuk mendukung proses pendidikan agar lebih efektif dan efisien. Media pembelajaran mencakup peralatan, metode, dan teknik untuk meningkatkan interaksi antara guru dan peserta didik. Di era digital sekarang penggunaan media berbasis *Information and Communication Technologies* (ICT) menjadi penting untuk memproses dan memberikan informasi yang memudahkan akses pembelajaran. ICT memungkinkan perubahan mendasar dalam penyampaian materi melalui media audio, visual, dan audiovisual.

2.1.14 Jenis-jenis *Information and Communication Technologies* (ICT)

Media ICT dalam pendidikan menawarkan berbagai alat dan teknologi yang dapat meningkatkan pengalaman belajar, baik di dalam kelas maupun di luar kelas. Penggunaan ICT memungkinkan pembelajaran menjadi lebih interaktif, kolaboratif, fleksibel dan dapat diakses kapan saja serta dimana saja. Adapun jenis jenis media ICT adalah sebagai berikut:

a. Media Audio

Media audio adalah media yang hanya dapat didengarkan saja atau media yang memiliki unsur suara, dan penerima hanya menggunakan indra pendengaran. Kemudian menurut Sudirman dalam (Ichsan et al., 2021, p, 184) menjelaskan bahwa “media audio merupakan media yang disampaikan pesannya hanya diterima melalui indra pendengaran”. Beberapa jenis media audio ini diantaranya radio, pita perekam dan CD.

b. Media Visual

Media visual yaitu suatu media yang dapat langsung dipandang atau dilihat baik menggunakan proyektor atau secara langsung. Menurut daryanto dalam (Ichsan et al., 2021, p, 185) “media visual merupakan alat yang digunakan dalam proses belajar yang bisa di lihat oleh mata atau indra penglihatan”. Beberapa media visual yang bisa digunakan dalam pembelajaran yaitu: papan tulis, papan panel, poster, lukisan, foto, diagram, grafik, sketsa, slide, dan lain-lain yang bersifat penerimaannya hanya dilihat tanpa ada suara.

c. Media Audio Visual

Media audio visual dapat dimaknai sebagai alat yang bisa menampilkan gambar dan memunculkan suara, beberapa contoh yang termasuk media ini adalah film bersuara, televisi, dan video. Media audio visual bisa diartikan juga sebagai jenis suatu media yang memuat unsur gambar dan juga memuat unsur suara yang bisa di dengar, misalnya slide suara, film, rekaman video, dan lainnya. Menurut (Ichsan et al., 2021 p, 186) menjelaskan bahwa “media audiovisual adalah media yang dapat dilihat gambar bergerak, warna, dan disertai dengan berupa tulisan atau suara.”. Kemudian menjelaskan ciri-ciri media audiovisual adalah sebagai berikut: (1) bersifat linear; (2) menyajikan visualisasi; (3) digunakan dengan cara telah ditetapkan sebelumnya oleh perancang atau pembuatnya (4) representasi fisik dari gagasan rill. Maka media audio visual ini bisa dipergunakan untuk membantu guru sebagai pentransfer sekaligus sebagai saran (fasilitator) yang dapat mempermudah penyampaian materi. Media ini tidak hanya dikembangkan melalui bentuk film saja, tetapi dapat dikembangkan dengan berbagai inovasi seperti video, tutorial, hal ini harus dikemas sekreatif mungkin dan semenarik mungkin agar memiliki daya

tarik yang membuat siswa temotivasi belajar hingga mempermudah dalam memahami beberapa materi yang sulit dipahami.

Berdasarkan pemaparan tersebut dapat disimpulkan bahwa jenis-jenis media *Information and Communication Technologies* (ICT) dalam pendidikan yaitu ada media audio, visual, dan audiovisual. Media audio hanya menggunakan suara, media visual memanfaatkan penglihatan, sedangkan media audiovisual menggunakan pendengaran dan penglihatan. Dengan menggunakan media audiovisual memberikan pengalaman belajar yang lebih interaktif dan menarik.

2.1.15 Problem Based Learning

Terdapat beberapa pendapat menurut para ahli yang menjelaskan tentang konsep *problem based learning* yaitu, menurut arends (dalam Hotimah, 2020, hlm 6) menjelaskan bahwa model pembelajaran *problem based learning* merupakan suatu pendekatan pembelajran di mana peserta didik dihadapkan pada masalah autentik (nyata) sehingga diharapkan mereka dapat menyusun pengetahuannya sendiri, menumbuh kembangkan keterampilan tingkat tinggi dan inkuiri, memandirikan peserta didik dan meningkatkan kepercayaan dirinya. Adapun pendapat lain yaitu menurut Glazer (dalam Hotimah, 2020, hlm 6) mengungkapkan bahwa model pembelajaran *problem based learning* merupakan suatu strategi pengajaran dimana peserta didik secara aktif dihadapkan pada masalah kompleks dalam situasi yang nyata.

Berdasarkan ketiga pendapat di atas model *problem based learning* ini pada dasarnya adalah model berbasis masalah. Maka dapat di simpulkan bahwa model *problem based learning* merupakan model berbasis masalah dalam pelaksanaannya dapat menghadapkan sisiwa agar dapat menyelesaikan suatu permasalahan secara ilmiah berdasarkan pengetahuan dan pengalaman mereka sebelumnya.

2.1.16 Sintak Model Pembelajarn *Problem Based Learning*

Dalam pelaksanaan model pembelajaran *problem based learning* tidak terlepas dari langkah-langkah ataupun sintak yang telah ditentukan, agar proses pembelajaran yang dilakukan lebih efektif fan efesien serta tujuan pembelajaran

dapat tercapai, terdapat beberapa pendapat para ahli terkait langkah-langkah model pembelajaran *problem based learning* diantaranya, sebagai berikut :

Tabel 2 1 Sintak Model Pembelajaran *Poblem based learning*

Tahap Pembelajaran	Prilaku Guru
Tahap 1 : Orientasi peserta didik kepada masalah	Guru menjelaskan tujuan pembelajaran, menjelaskan logistic yang diperlukan, mengajukan fenomena atau demonstrasi atau cerita untuk memunculkan masalah, memotivasi peserta didik untuk terlibat dalam aktivitas pemecahan masalah.
Tahap 2 : Menorganisasikan peserta didik	Guru membagi peserta didik ke dalam kelompok, membantu peserta didik mendefinisikan dan mengorganisasikan tugas belajar yang berhubungan dengan masalah.
Tahap 3 : Membimbing penyelidikan individual dan kelompok	Guru mendorong peserta didik mengumpulkan informasi yang dibutuhkan, melaksanakan eksperimen dan penyelidikan untuk mendapatkan penjelasan dan pemecahan masalah.
Tahap 4 : Mengembangkan dan menyajikan hasil	Guru membantu peserta didik dalam merencanakan dan menyiapkan laporan, dokumentasi, atau model, dan membantu mereka berbagi tugas dengan sesama temannya.
Tahap 5 : Menganalisis dan mengevaluasi proses dan hasil pemecahan masalah	Guru membantu peserta didik untuk melakukan refleksi atau evaluasi terhadap proses dan hasil penyelidikan yang mereka lakukan.

Sumber : (Hotimah, 2020, hlm 7)

Berdasarkan penjelasan langkah-langkah atau sintak di atas model pembelajaran *problem based learning* dapat menggambarkan bahwa penyajian sebuah masalah dapat membantu dalam proses pengembangan belajar peserta didik menjadi lebih baik dan membantu meningkatkan kemampuan peserta didik dalam menyelesaikan suatu permasalahan.

2.2 Penelitian yang Relevan

- a. Penelitian yang dipandang relevan pada penelitian ini, yaitu di dalam jurnal penelitian yang dilakukan oleh (Putra et al., 2023) yang berjudul “Model Problem Based Learning Berbasis ICT Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Pada Materi Teknik Dasar Chest Pass dan Bounce Pass Bola Basket”. Persamaan penelitian tersebut dengan Penelitian penulis adalah terletak pada model pembelajaran *Problem Based Learning* Berbasis ICT yang digunakan. Dan perbedaannya terletak pada materi pembelajarannya yaitu *chest pass* dan *bounce pass* bola basket sedangkan penulis mengenai *dribbling* sepak bola. Berdasarkan hasil peneltian tersebut bahwa pembelajaran menggunakan model pembelajaran Problem Based Learning Berbasis ICT dapat meningkatkan hasil belajar dalam pembelajaran *ches pass* dan *bounce pass* bola basket.
- b. Peneltian yang dilakukan oleh (Arsani et al., n.d.) dengan judul “Penerapan Model Pembelajaran PBL Beribasis ICT untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Kelas VII.”. Persamaan penelitian tersebut dengan Penelitian penulis adalah terletak pada media pembelajaran audiovisual yang digunakan. Dan perbedaannya terletak pada materi Berdasarkan hasil peneltian tersebut bahwa pembelajaran menggunakan model pembelajaran PBL berbasis ICT dapat meningkatkan hasil belajar dalam pembelajaran.
- c. Penelitian yang dipandang relevan pada penelitian ini, yaitu di dalam jurnal penelitian yang dilakukan oleh (Saragih., 2024) yang berjudul “Implementasi Model Pembelajaran Based Learning (PBL) Berbasis ICT untuk Meningkatkan Hasil Belajarr PJOK Passing Bola Voli”. Persamaan penelitian tersebut dengan Penelitian penulis adalah terletak pada model pembelajaran *Problem Based Learning* Berbasis ICT yang digunakan. Dan perbedaannya terletak pada materi pembelajarannya yaitu *Pasiing* bola voli sedangkan penulis mengenai

dribbling sepak bola. Berdasarkan hasil peneltian tersebut bahwa pembelajaran menggunakan model pembelajaran Problem Based Learning Berbasis ICT dapat meningkatkan hasil belajar dalam pembelajaran *ches pass* dan *bounce pass* bola basket.

- d. Penelitian yang dipandang relevan pada penelitian ini, yaitu di dalam jurnal penelitian yang dilakukan oleh Loukika (2023) yang berjudul “Pengaruh Model Pembelajaran Problem Based Learning Berbantuan media pembelajaran Senam Lantai berorientasi ICT TPACK Terhadap Hasil Belajar Senam”. Persamaan penelitian tersebut dengan Penelitian penulis adalah terletak pada model pembelajaran *Problem Based Learning* Berbasis ICT yang digunakan. Dan perbedaannya terletak pada materi pembelajarannya yaitu senam lantai sedangkan penulis mengenai *dribbling* sepak bola. Berdasarkan hasil peneltian tersebut bahwa pembelajaran menggunakan model pembelajaran Problem Based Learning Berbasis ICT dapat meningkatkan hasil belajar dalam pembelajaran *ches pass* dan *bounce pass* bola basket.

Dari keempat penelitian diatas penelitian yang penulis lakukan mengungkap kebenaran mengenai hasil belajar *dribbling* pada permainan sepak bola menggunakan media audiovisual. Dengan demikian jelas bahwa penelian penulis relevan dengan kelima penelitian tersebut tetapi materi pembelajarannya tidak sama, penulis menggunakan materi *dribbling* sepak bola dan juga subjek/objek penelitian nya juga berbeda.

2.3 Kerangka Konseptual

Proses belajar mengajar suatu proses yang mengandung serangkaian proses timbal balik antara guru dan peserta didik yang berlangsung secara edukatif untuk mencapai tujuan tertentu. Guru berperan sebagai pendidik dan pembimbing dalam pembelajaran, seorang guru harus bisa melaksanakan tugasnya dengan baik bila menguasai dan mampu mengajar di depan kelas dengan metode yang sesuai dengan mata pembelajaran.

Peneliti memberikan sebuah bahwa harus segera ada perbaikan dalam proses pembelajaran. Maka peneliti memberikan sebuah solusi kepada guru

pendidikan jasmani dengan menerapkan model pembelajaran *problem based learning* berbasis ICT yang mana model pembelajaran ini memiliki kelebihan diantaranya; 1) meningkatkan pemecahan masalah, 2) mendorong pembelajaran aktif, 3) mengembangkan kemampuan berpikir kritis, 4) melatih kerja sama tim, 5) meningkatkan kemampuan berkomunikasi, 6) mendorong kemandirian belajar, 7) mengaitkan pembelajaran dengan dunia nyata, 8) meningkatkan motivasi belajar, 9) mengintegrasikan berbagai disiplin ilmu, 10) meningkatkan daya ingat dan mentransfer pengetahuan. Hal ini juga dikuatkan oleh penelitian Suzianto (2019) mengungkapkan bahwa “dengan menggunakan model pembelajaran *problem based learning* dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik”. Penggunaan model pembelajaran *problem based learning* ini diharapkan dapat memudahkan peserta didik dalam memahami permainan bola basket khususnya teknik dasar *dribbling* permainan sepak bola. Diharapkan juga dengan diadakannya perubahan dalam model pembelajaran bisa membantu peserta didik dalam meningkatkan hasil belajar *dribbling* permainan sepak bola. Ditambah lagi dengan memanfaatkan pembelajaran berbasis sangat membantu karena dapat membantu kita memahami sesuatu dengan lebih baik, terutama jika kita belajar secara perlahan, juga dapat membantu kita belajar lebih banyak jika kita belajar dengan cepat. Untuk itu peneliti mengupayakan memecahkan permasalahan ini menggunakan model pembelajaran *problem based learning* berbasis ICT untuk bisa melakukan gerakan *dribbling* permainan sepak bola dengan baik. Pembelajaran *dribbling* dengan menggunakan model pembelajaran *problem based learning* berbasis ICT diharapkan dapat memberikan materi dengan jelas dan membuat peserta didik lebih memperhatikan dan lebih cepat menguasai keterampilan *dribbling* pada permainan sepak bola.

2.4 Hipotesis Tindakan

Hipotesis adalah suatu pernyataan penting dalam penelitian. Menurut (Mustiningtyas 2022, p, 431) “Hipotesis adalah suatu jawaban yang dianggap besar kemungkinannya untuk menjadi benar”. Hipotesis tindakan mencerminkan dugaan sementara tindakan perubahan apa yang akan terjadi pada objek penelitian jika suatu tindakan dilakukan. Hipotesis tindakan pada PTK pada umumnya dalam

bentuk kecenderungan atau keyakinan pada hasil belajar yang akan muncul setelah suatu tindakan dilakukan. Hipotesis adalah suatu hal yang utama dalam sebuah penelitian karena merupakan jawaban sementara terhadap suatu permasalahan dan kebenarannya harus diuji secara empiris sehingga menyatakan apa yang dicari. Hipotesis tindakan penelitian ini yaitu: “Terdapat peningkatan hasil belajar *dribbling* permainan sepak bola melalui model pembelajaran *problem based learning* berbasis ICT pada siswa kelas VIII H SMP Negeri 5 Tasikmalaya”.