

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan abad ke-21 merupakan paradigma pendidikan yang menekankan pengembangan kompetensi peserta didik agar mampu menghadapi tantangan global yang semakin kompleks akibat perkembangan ilmu pengetahuan, teknologi, dan informasi. Menurut Partnership for 21st Century Learning (P21), peserta didik pada abad ke-21 perlu menguasai keterampilan berpikir kritis (*critical thinking*), kreativitas (*creativity*), kolaborasi (*collaboration*), dan komunikasi (*communication*) yang dikenal sebagai keterampilan 4C (Partnership for 21st Century Learning, 2019). Selain keterampilan tersebut, kemandirian belajar juga menjadi kompetensi penting karena peserta didik dituntut mampu mengelola proses belajar, mencari informasi, serta mengembangkan pengetahuan secara mandiri sepanjang hayat (Zimmerman, 2002).

Di Indonesia, tuntutan pendidikan abad ke-21 diakomodasi melalui implementasi Kurikulum Merdeka yang menempatkan peserta didik sebagai pusat pembelajaran dan mendorong pengembangan kompetensi serta karakter sesuai Profil Pelajar Pancasila (Kemendikbudristek, 2022). Sejalan dengan itu, (Trilling & Fadel, 2009) menegaskan bahwa keberhasilan peserta didik di masa depan tidak hanya ditentukan oleh penguasaan materi pelajaran, tetapi juga oleh kemampuan beradaptasi, memecahkan masalah, bekerja sama, dan belajar secara mandiri. Oleh karena itu, pengembangan keterampilan abad ke-21, khususnya kemandirian belajar, perlu menjadi perhatian utama dalam setiap proses pembelajaran, termasuk pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK).

Kemandirian belajar merupakan salah satu kompetensi penting yang harus dimiliki peserta didik dalam menghadapi tuntutan pendidikan abad ke-21. Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang sangat pesat menuntut peserta didik untuk tidak hanya bergantung pada informasi yang diberikan oleh guru, tetapi juga mampu mengelola proses belajarnya secara mandiri. Menurut (Knowles, 1975), kemandirian belajar merupakan kemampuan individu untuk mengambil inisiatif dalam mendiagnosis kebutuhan belajar, menetapkan tujuan belajar,

mengidentifikasi sumber belajar, memilih strategi belajar yang tepat, serta mengevaluasi hasil belajar yang telah dicapai. Definisi tersebut menunjukkan bahwa peserta didik yang memiliki kemandirian belajar tidak hanya berperan sebagai penerima informasi, melainkan sebagai subjek yang aktif dalam mengelola dan mengembangkan proses pembelajarannya.

Zimmerman (2002) menjelaskan bahwa kemandirian belajar berkaitan erat dengan kemampuan peserta didik dalam mengatur pikiran, perasaan, dan tindakan secara sadar untuk mencapai tujuan belajar yang telah ditetapkan. Peserta didik yang memiliki tingkat kemandirian belajar yang tinggi cenderung menunjukkan motivasi yang lebih baik, memiliki rasa tanggung jawab terhadap tugas-tugas akademik, serta mampu mengatasi berbagai hambatan yang muncul selama proses pembelajaran. Sebaliknya, peserta didik yang memiliki kemandirian belajar rendah cenderung bergantung pada arahan guru, kurang memiliki inisiatif untuk belajar, dan mengalami kesulitan dalam mengelola kegiatan belajarnya.

Pentingnya kemandirian belajar juga didukung oleh berbagai hasil penelitian yang menunjukkan bahwa kemandirian belajar berpengaruh positif terhadap prestasi akademik, motivasi belajar, kemampuan berpikir kritis, serta keterampilan pemecahan masalah peserta didik. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Broadbent dan (Broadbent & Poon, 2015), peserta didik yang mampu mengatur dan mengelola proses belajarnya secara mandiri menunjukkan hasil belajar yang lebih baik dibandingkan peserta didik yang memiliki ketergantungan tinggi terhadap bantuan eksternal. Oleh karena itu, pengembangan kemandirian belajar menjadi salah satu tujuan penting dalam proses pendidikan karena dapat membantu peserta didik menjadi pembelajar sepanjang hayat (*lifelong learner*) yang mampu beradaptasi dengan perubahan dan perkembangan zaman.

Dalam konteks Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), kemandirian belajar memiliki peran yang sangat penting. Mata pelajaran PJOK tidak hanya berorientasi pada penguasaan keterampilan gerak dan peningkatan kebugaran jasmani, tetapi juga bertujuan mengembangkan aspek kognitif, afektif, dan sosial peserta didik secara menyeluruh. Karakteristik pembelajaran PJOK menuntut peserta didik untuk terlibat secara aktif dalam berbagai aktivitas fisik,

memahami konsep gerak, menerapkan strategi permainan, serta menunjukkan sikap sportif, disiplin, dan tanggung jawab. Oleh karena itu, keberhasilan pembelajaran PJOK sangat dipengaruhi oleh kemampuan peserta didik dalam mengelola proses belajar secara mandiri.

Dalam pembelajaran PJOK, peserta didik dituntut untuk memiliki kesadaran dalam mempersiapkan diri sebelum pembelajaran, mengikuti instruksi dengan baik, melakukan latihan secara konsisten, serta mengevaluasi kemampuan yang telah dicapai. Kemandirian belajar memungkinkan peserta didik untuk tidak hanya berlatih ketika berada di sekolah, tetapi juga mengembangkan kebiasaan hidup aktif dan sehat di luar lingkungan sekolah. Hal ini sejalan dengan tujuan PJOK sebagaimana tertuang dalam Kurikulum Merdeka yang menekankan pembentukan peserta didik yang sehat, aktif, berkarakter, dan mampu bertanggung jawab terhadap pengembangan dirinya secara berkelanjutan (Kemendikbudristek, 2022).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa peserta didik yang memiliki kemandirian belajar tinggi dalam pembelajaran PJOK cenderung lebih aktif mengikuti kegiatan pembelajaran, lebih disiplin dalam melaksanakan tugas praktik, serta memiliki motivasi yang lebih kuat untuk meningkatkan kemampuan geraknya.

Sebaliknya, rendahnya kemandirian belajar dapat menyebabkan peserta didik kurang berpartisipasi dalam aktivitas pembelajaran, mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan, dan kurang memiliki tanggung jawab terhadap tugas maupun latihan yang diberikan. Oleh karena itu, guru PJOK perlu menerapkan strategi dan model pembelajaran yang mampu mendorong peserta didik menjadi lebih aktif, bertanggung jawab, dan mandiri dalam belajar.

Kondisi ideal kemandirian belajar peserta didik dapat dilihat melalui beberapa indikator utama yang menunjukkan kemampuan peserta didik dalam mengelola proses pembelajarannya. Salah satu indikator penting adalah inisiatif belajar. Peserta didik yang memiliki inisiatif belajar tinggi akan secara aktif mencari materi tambahan dari berbagai sumber, mempelajari materi sebelum diajarkan oleh guru, memulai tugas tanpa harus disuruh, serta berani mengajukan pertanyaan ketika mengalami kesulitan. Inisiatif belajar menunjukkan adanya kesadaran

internal bahwa belajar merupakan kebutuhan yang harus dipenuhi oleh peserta didik sendiri.

Indikator berikutnya adalah disiplin belajar. Peserta didik yang mandiri memiliki kemampuan untuk mengerjakan tugas tepat waktu, konsisten dalam melaksanakan kegiatan belajar, dan mematuhi jadwal belajar yang telah ditetapkan. Disiplin belajar mencerminkan kemampuan peserta didik dalam mengatur dan mempertahankan komitmen terhadap tujuan pembelajaran yang ingin dicapai.

Selain itu, kondisi ideal kemandirian belajar juga ditunjukkan melalui percaya diri. Peserta didik yang percaya diri memiliki keyakinan terhadap kemampuan yang dimilikinya, tidak selalu bergantung pada bantuan orang lain, dan berani mencoba menyelesaikan tugas meskipun belum sepenuhnya yakin akan keberhasilannya. Kepercayaan diri menjadi faktor penting karena dapat meningkatkan motivasi dan keberanian peserta didik dalam menghadapi berbagai tantangan belajar.

Indikator lainnya adalah pengendalian diri. Peserta didik yang memiliki pengendalian diri yang baik mampu mengatur waktu belajar secara efektif, menjaga fokus selama proses pembelajaran, menghindari berbagai gangguan yang dapat menghambat pencapaian tujuan belajar, serta mampu mengontrol emosi ketika menghadapi kesulitan atau kegagalan. Kemampuan ini sangat diperlukan agar peserta didik dapat tetap konsisten dalam menjalankan aktivitas belajar meskipun menghadapi berbagai hambatan.

Kondisi ideal kemandirian belajar ditunjukkan melalui evaluasi diri. Peserta didik yang mandiri memiliki kebiasaan melakukan refleksi terhadap hasil belajar yang telah dicapai, menyadari kesalahan atau kekurangan yang dimiliki, serta melakukan perbaikan sebagai upaya meningkatkan kualitas belajarnya. Evaluasi diri menjadi bagian penting dalam proses belajar karena membantu peserta didik memahami perkembangan dirinya dan menentukan langkah perbaikan yang perlu dilakukan pada pembelajaran berikutnya.

Dengan demikian, kemandirian belajar merupakan kompetensi yang sangat penting untuk dikembangkan dalam pembelajaran PJOK. Melalui pengembangan inisiatif belajar, disiplin, percaya diri, pengendalian diri, dan evaluasi diri, peserta

didik diharapkan mampu menjadi pembelajar yang aktif, bertanggung jawab, dan mampu mengelola proses pembelajarannya secara efektif sehingga tujuan pembelajaran PJOK dapat tercapai secara optimal.

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan peneliti sebagai guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di MA Negeri 3 Kota Tasikmalaya, ditemukan bahwa tingkat kemandirian belajar peserta didik dalam pembelajaran PJOK masih belum berkembang secara optimal. Sebagai guru yang terlibat langsung dalam proses pembelajaran, peneliti mengamati bahwa berbagai indikator kemandirian belajar peserta didik belum menunjukkan capaian yang sesuai dengan tuntutan pembelajaran abad ke-21 dan implementasi Kurikulum Merdeka. Meskipun pembelajaran PJOK telah dirancang untuk mendorong keterlibatan aktif peserta didik, dalam praktiknya masih terdapat peserta didik yang cenderung pasif dan menunggu arahan guru dalam setiap kegiatan pembelajaran.

Pada aspek inisiatif belajar, berdasarkan pengalaman mengajar dan hasil pengamatan selama proses pembelajaran, peneliti menemukan bahwa sebagian peserta didik masih menunjukkan ketergantungan yang tinggi terhadap informasi yang diberikan guru. Peserta didik jarang mencari materi tambahan yang berkaitan dengan PJOK melalui buku, internet, maupun sumber belajar lainnya. Selain itu, sebagian besar peserta didik belum memiliki kebiasaan mempelajari materi sebelum pembelajaran berlangsung sehingga pemahaman mereka sangat bergantung pada penjelasan guru di kelas. Ketika diberikan tugas, masih terdapat peserta didik yang menunggu instruksi secara rinci sebelum memulai pekerjaan dan kurang aktif mengajukan pertanyaan ketika mengalami kesulitan.

Dari aspek disiplin belajar, dokumentasi hasil tugas yang dimiliki guru menunjukkan bahwa masih terdapat peserta didik yang terlambat mengumpulkan tugas yang diberikan. Kehadiran peserta didik dalam pembelajaran PJOK relatif baik, namun konsistensi dalam mengikuti seluruh rangkaian kegiatan pembelajaran masih perlu ditingkatkan. Beberapa peserta didik kurang menunjukkan kesungguhan dalam mengikuti latihan maupun aktivitas pembelajaran sehingga hasil belajar yang diperoleh belum optimal.

Selain observasi yang dilakukan peneliti, hasil wawancara awal dengan guru PJOK lainnya di MA Negeri 3 Kota Tasikmalaya juga menunjukkan bahwa sebagian peserta didik masih kurang percaya diri dalam menampilkan kemampuan yang dimiliki. Ketika diminta untuk mendemonstrasikan keterampilan gerak atau menyampaikan pendapat dalam diskusi kelompok, hanya beberapa peserta didik yang berani tampil secara aktif. Sebagian lainnya cenderung mengikuti teman yang dianggap lebih mampu dan kurang yakin terhadap kemampuan dirinya sendiri. Kondisi ini menunjukkan bahwa aspek percaya diri sebagai bagian dari kemandirian belajar masih perlu mendapat perhatian.

Pada aspek pengendalian diri, hasil pengamatan peneliti selama pembelajaran menunjukkan bahwa beberapa peserta didik masih mudah terdistraksi oleh lingkungan sekitar saat pembelajaran berlangsung. Konsentrasi belajar sering kali menurun ketika peserta didik menghadapi tugas yang dianggap sulit atau membutuhkan usaha lebih. Selain itu, kemampuan mengelola waktu untuk belajar dan berlatih secara mandiri di luar jam pelajaran juga masih relatif rendah. Hal ini terlihat dari kurangnya kesiapan peserta didik dalam mengikuti pembelajaran serta minimnya latihan mandiri yang dilakukan di luar sekolah.

Sementara itu, pada aspek evaluasi diri, peserta didik umumnya belum terbiasa melakukan refleksi terhadap hasil belajar yang telah dicapai. Berdasarkan pengamatan peneliti selama proses pembelajaran dan evaluasi, sebagian besar peserta didik belum mampu mengidentifikasi kelebihan dan kekurangan dirinya sebagai dasar untuk melakukan perbaikan pada kegiatan belajar berikutnya. Setelah menyelesaikan tugas maupun praktik pembelajaran, peserta didik cenderung hanya berfokus pada hasil akhir tanpa melakukan refleksi terhadap proses yang telah dilalui. Kondisi ini menunjukkan bahwa kemampuan peserta didik dalam mengevaluasi dan mengembangkan dirinya secara mandiri masih perlu ditingkatkan.

Temuan-temuan tersebut diperoleh melalui pengalaman peneliti sebagai guru PJOK yang berinteraksi langsung dengan peserta didik dalam proses pembelajaran sehari-hari, didukung oleh hasil observasi, dokumentasi pembelajaran, serta wawancara awal dengan guru PJOK di MA Negeri 3 Kota

Tasikmalaya. Oleh karena itu, diperlukan upaya perbaikan melalui penerapan model pembelajaran yang mampu mendorong peserta didik menjadi lebih aktif, bertanggung jawab, dan mandiri dalam proses pembelajaran PJOK.

Berdasarkan temuan tersebut, dapat diidentifikasi beberapa permasalahan utama dalam pembelajaran PJOK di MA Negeri 3 Kota Tasikmalaya, yaitu tingginya ketergantungan peserta didik terhadap guru, rendahnya inisiatif dalam mencari dan mengembangkan pengetahuan secara mandiri, kurangnya rasa percaya diri dalam mengikuti kegiatan pembelajaran, serta rendahnya tanggung jawab terhadap proses dan hasil belajar. Permasalahan-permasalahan tersebut menunjukkan bahwa diperlukan penerapan model pembelajaran yang mampu mendorong keterlibatan aktif peserta didik, mengembangkan kemampuan memecahkan masalah, serta meningkatkan tanggung jawab dan kemandirian belajar peserta didik dalam pembelajaran PJOK. Oleh karena itu, diperlukan upaya inovatif melalui penerapan model pembelajaran yang berpusat pada peserta didik, seperti *Problem Based Learning* dan *Project Based Learning*, untuk mengatasi permasalahan tersebut.

Salah satu faktor yang berpengaruh terhadap keberhasilan pembelajaran dan perkembangan kemandirian belajar peserta didik adalah model pembelajaran yang digunakan oleh guru. Model pembelajaran merupakan kerangka konseptual yang digunakan sebagai pedoman dalam merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi proses pembelajaran guna mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Menurut Joyce, Weil, dan Calhoun (2015), model pembelajaran tidak hanya berfungsi sebagai prosedur mengajar, tetapi juga sebagai sarana untuk membentuk kemampuan berpikir, sikap, dan keterampilan peserta didik. Pemilihan model pembelajaran yang tepat dapat menciptakan lingkungan belajar yang aktif, partisipatif, dan berpusat pada peserta didik sehingga mampu mendorong berkembangnya kemandirian belajar.

Dalam konteks pembelajaran PJOK, penggunaan model pembelajaran yang berpusat pada peserta didik menjadi sangat penting karena karakteristik mata pelajaran ini menuntut keterlibatan aktif peserta didik baik secara fisik maupun mental. Model pembelajaran yang masih berorientasi pada guru (*teacher centered*)

cenderung membuat peserta didik pasif dan bergantung pada instruksi guru. Sebaliknya, model pembelajaran yang memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengeksplorasi pengetahuan, memecahkan masalah, dan mengambil keputusan secara mandiri diyakini mampu meningkatkan inisiatif, tanggung jawab, disiplin, serta kemampuan evaluasi diri peserta didik. Oleh karena itu, diperlukan model pembelajaran yang dapat mengembangkan berbagai indikator kemandirian belajar tersebut.

Salah satu model pembelajaran yang dianggap mampu meningkatkan kemandirian belajar adalah *Problem Based Learning* (PBL). Menurut Barrows (1986), *Problem Based Learning* merupakan model pembelajaran yang menggunakan masalah nyata sebagai konteks utama untuk mengembangkan kemampuan berpikir kritis, pemecahan masalah, dan keterampilan belajar mandiri. Dalam model ini, peserta didik dihadapkan pada suatu permasalahan yang harus dianalisis dan diselesaikan melalui proses pencarian informasi, diskusi, investigasi, serta refleksi terhadap solusi yang dihasilkan.

Karakteristik utama PBL adalah penggunaan masalah autentik sebagai pemicu pembelajaran, pembelajaran yang berpusat pada peserta didik, pembelajaran kolaboratif, serta peran guru sebagai fasilitator. Melalui tahapan identifikasi masalah, pengumpulan data, analisis informasi, hingga penyusunan solusi, peserta didik didorong untuk mengembangkan inisiatif dalam mencari sumber belajar, meningkatkan kemampuan berpikir kritis, serta bertanggung jawab terhadap proses pembelajaran yang dijalani. Menurut (Arends, 2012), PBL mampu membantu peserta didik menjadi pembelajar yang mandiri karena mereka dituntut untuk menemukan dan mengonstruksi pengetahuan sendiri melalui proses pemecahan masalah.

Dalam pembelajaran PJOK, PBL memiliki potensi besar untuk meningkatkan kemandirian belajar karena berbagai materi PJOK dapat dikaitkan dengan permasalahan nyata yang sering dijumpai peserta didik, seperti masalah kebugaran jasmani, pola hidup sehat, strategi permainan, maupun pencegahan cedera olahraga. Ketika peserta didik berusaha mencari solusi terhadap masalah tersebut, mereka akan terdorong untuk lebih aktif mencari informasi, berdiskusi,

serta mengevaluasi hasil pembelajaran secara mandiri. Dengan demikian, indikator kemandirian belajar seperti inisiatif, percaya diri, pengendalian diri, dan evaluasi diri dapat berkembang secara optimal.

Selain PBL, model pembelajaran lain yang dinilai efektif dalam mengembangkan kemandirian belajar adalah *Project Based Learning* (PjBL). Thomas (2000) mendefinisikan *Project Based Learning* sebagai model pembelajaran yang berpusat pada peserta didik melalui kegiatan proyek yang dirancang untuk menghasilkan produk atau karya tertentu sebagai bentuk penyelesaian masalah. Dalam model ini, peserta didik terlibat secara aktif mulai dari tahap perencanaan, pelaksanaan, monitoring, hingga evaluasi proyek yang dikerjakan.

Karakteristik utama PjBL meliputi adanya pertanyaan mendasar (*driving question*), kegiatan investigasi, penyusunan produk, kolaborasi, serta presentasi hasil proyek. Melalui kegiatan tersebut, peserta didik dituntut untuk memiliki kemampuan mengelola waktu, mengatur strategi kerja, bekerja sama dengan kelompok, serta bertanggung jawab terhadap hasil proyek yang dihasilkan. Menurut Bell (2010), *Project Based Learning* mampu mengembangkan keterampilan belajar mandiri karena peserta didik diberi kebebasan untuk merencanakan dan mengontrol proses pembelajarannya sendiri.

Dalam pembelajaran PJOK, penerapan PjBL dapat dilakukan melalui berbagai proyek yang berkaitan dengan aktivitas fisik dan kesehatan, seperti penyusunan program latihan kebugaran, pembuatan video gerak olahraga, kampanye hidup sehat, maupun penyelenggaraan kegiatan olahraga sederhana. Kegiatan proyek tersebut memungkinkan peserta didik untuk mengembangkan disiplin, tanggung jawab, pengendalian diri, dan kemampuan evaluasi diri secara lebih mendalam karena mereka harus menyelesaikan tugas dalam jangka waktu tertentu dan menghasilkan produk yang dapat dipertanggungjawabkan.

Berbagai penelitian terdahulu menunjukkan bahwa baik *Problem Based Learning* maupun *Project Based Learning* memiliki pengaruh positif terhadap peningkatan kualitas pembelajaran. Penelitian yang dilakukan oleh Yew dan Goh (2016) menunjukkan bahwa PBL mampu meningkatkan kemampuan berpikir kritis,

keterampilan pemecahan masalah, motivasi belajar, dan kemandirian belajar peserta didik. Penelitian lain oleh Loyens, Magda, dan Rikers (2008) menemukan bahwa peserta didik yang belajar menggunakan pendekatan PBL menunjukkan *kemampuan self-directed learning* yang lebih tinggi dibandingkan pembelajaran konvensional.

Sementara itu, penelitian mengenai *Project Based Learning* menunjukkan hasil yang tidak kalah positif. Bell (2010) menyatakan bahwa PjBL efektif dalam meningkatkan keterlibatan peserta didik, kreativitas, tanggung jawab, dan kemampuan belajar mandiri. Hasil penelitian Kokotsaki, Menzies, dan Wiggins (2016) juga menunjukkan bahwa *Project Based Learning* mampu meningkatkan motivasi belajar, keterampilan kolaborasi, serta kemampuan mengelola pembelajaran secara mandiri. Di Indonesia, beberapa penelitian pada mata pelajaran PJOK juga menunjukkan bahwa penerapan PBL maupun PjBL dapat meningkatkan partisipasi aktif, hasil belajar, dan keterampilan sosial peserta didik.

Meskipun demikian, berdasarkan kajian terhadap berbagai penelitian terdahulu, sebagian besar penelitian masih berfokus pada pengaruh PBL atau PjBL secara terpisah terhadap hasil belajar, keterampilan berpikir kritis, motivasi belajar, atau keterampilan sosial peserta didik. Penelitian yang secara khusus membandingkan efektivitas kedua model tersebut terhadap kemandirian belajar peserta didik masih relatif terbatas, khususnya dalam konteks pembelajaran PJOK pada jenjang Madrasah Aliyah. Selain itu, belum banyak penelitian yang mengkaji kemandirian belajar secara komprehensif berdasarkan indikator inisiatif, disiplin, percaya diri, pengendalian diri, dan evaluasi diri dalam pembelajaran PJOK. Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan penelitian (*research gap*) yang perlu mendapat perhatian lebih lanjut.

Adanya *research gap* tersebut menjadi dasar penting bagi pelaksanaan penelitian ini. Secara teoretis, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian mengenai efektivitas model pembelajaran inovatif dalam meningkatkan kemandirian belajar peserta didik. Secara praktis, hasil penelitian ini dapat memberikan informasi kepada guru PJOK mengenai model pembelajaran yang lebih efektif dalam mengembangkan kemandirian belajar peserta didik. Informasi

tersebut sangat penting mengingat kemandirian belajar merupakan salah satu kompetensi yang dibutuhkan peserta didik untuk menghadapi tantangan pendidikan abad ke-21 dan mendukung keberhasilan implementasi Kurikulum Merdeka.

Berdasarkan uraian tersebut, diperlukan penelitian yang mampu memberikan bukti empiris mengenai efektivitas *Problem Based Learning* dan *Project Based Learning* terhadap kemandirian belajar peserta didik. Oleh karena itu, penelitian ini difokuskan untuk membandingkan pengaruh kedua model pembelajaran tersebut terhadap kemandirian belajar peserta didik yang mencakup aspek inisiatif, disiplin, percaya diri, pengendalian diri, dan evaluasi diri pada pembelajaran PJOK di MA Negeri 3 Kota Tasikmalaya. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan teori pembelajaran serta menjadi dasar pertimbangan bagi guru dalam memilih model pembelajaran yang paling sesuai untuk meningkatkan kemandirian belajar peserta didik.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah penelitian sebagai berikut:

- 1.2.1 Apakah terdapat pengaruh model pembelajaran *problem based learning* terhadap kemandirian belajar peserta didik pada pembelajaran PJOK MA Negeri 3 Kota Tasikmlaya?
- 1.2.2 Apakah terdapat pengaruh model pembelajaran *project based learning* terhadap kemandirian belajar peserta didik pada pembelajaran PJOK MA Negeri 3 Kota Tasikmlaya?
- 1.2.3 Apakah terdapat perbedaan pengaruh antara model pembelajaran *problem based learning* dengan *project based learning* terhadap kemandirian belajar peserta didik pada pembelajaran PJOK MA Negeri 3 Kota Tasikmlaya? Jika terdapat perbedaan manakah yang lebih baik?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah penelitian yang telah diuraikan, maka tujuan dalam penelitian ini yaitu:

- 1.3.1 Untuk mengetahui pengaruh model pembelajaran *problem based learning* terhadap kemandirian belajar peserta didik pada pembelajaran PJOK MA Negeri 3 Kota Tasikmlaya.
- 1.3.2 Untuk mengetahui pengaruh model pembelajaran *project based learning* terhadap kemandirian belajar peserta didik pada pembelajaran PJOK MA Negeri 3 Kota Tasikmlaya.
- 1.3.3 Untuk mengetahui perbedaan pengaruh antara model pembelajaran *problem based learning* dengan *project based learning* terhadap kemandirian belajar peserta didik pada pembelajaran PJOK MA Negeri 3 Kota Tasikmlaya serta untuk mengetahui perbedaan manakah yang lebih baik.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

- a. Pengembangan Teori Pembelajaran Pendidikan Jasmani; Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan teori pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), khususnya terkait penerapan *model Problem Based Learning* (PBL) dan *Project Based Learning* (PjBL) dalam meningkatkan kemandirian belajar peserta didik. Hasil penelitian ini dapat memperkaya kajian ilmiah mengenai efektivitas kedua model pembelajaran dalam konteks pendidikan jasmani di tingkat Madrasah Aliyah.
- b. Pengembangan Kajian Kemandirian Belajar; Penelitian ini diharapkan dapat memperluas pemahaman teoretis mengenai konsep kemandirian belajar yang meliputi aspek inisiatif belajar, disiplin, percaya diri, pengendalian diri, dan evaluasi diri. Temuan penelitian dapat menjadi referensi bagi pengembangan teori yang berkaitan dengan pembentukan kemandirian belajar melalui pembelajaran yang berpusat pada peserta didik.

- c. Kontribusi terhadap Teori Pembelajaran Konstruktivistik; Model *Problem Based Learning* dan *Project Based Learning* berlandaskan teori konstruktivistik yang menempatkan peserta didik sebagai subjek aktif dalam membangun pengetahuannya. Oleh karena itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkuat landasan teoretis mengenai penerapan pendekatan konstruktivistik dalam meningkatkan kemandirian belajar pada pembelajaran PJOK.
- d. Pengayaan Literatur Pendidikan PJOK; Penelitian ini diharapkan dapat menambah literatur akademik mengenai penerapan model pembelajaran inovatif dalam pendidikan jasmani, khususnya yang berkaitan dengan peningkatan kemandirian belajar peserta didik pada jenjang pendidikan menengah.

1.4.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi Guru PJOK
 - 1) Memberikan informasi empiris mengenai efektivitas model *Problem Based Learning* dan *Project Based Learning* dalam meningkatkan kemandirian belajar peserta didik.
 - 2) Menjadi referensi bagi guru dalam memilih dan menerapkan model pembelajaran yang sesuai untuk mengembangkan inisiatif, disiplin, percaya diri, pengendalian diri, dan evaluasi diri peserta didik.
 - 3) Membantu guru dalam menciptakan pembelajaran PJOK yang lebih aktif, berpusat pada peserta didik, dan mendukung implementasi Kurikulum Merdeka
- b. Bagi Peserta Didik
 - 1) Memberikan pengalaman belajar yang lebih bermakna melalui keterlibatan aktif dalam pemecahan masalah maupun penyelesaian proyek pembelajaran.
 - 2) Meningkatkan kemandirian belajar yang meliputi kemampuan mengambil inisiatif, mengelola waktu belajar, bertanggung jawab terhadap tugas, serta melakukan evaluasi diri.

- 3) Mengembangkan kemampuan berpikir kritis, kreativitas, kerja sama, dan kemampuan memecahkan masalah yang dibutuhkan dalam kehidupan sehari-hari.
- c. Bagi Sekolah
- 1) Memberikan informasi dan rekomendasi mengenai model pembelajaran yang efektif untuk meningkatkan kualitas pembelajaran PJOK.
 - 2) Menjadi bahan pertimbangan dalam penyusunan program peningkatan mutu pembelajaran yang berorientasi pada pengembangan kompetensi dan karakter peserta didik.
 - 3) Mendukung upaya sekolah dalam mewujudkan peserta didik yang mandiri, aktif, dan bertanggung jawab sesuai dengan Profil Pelajar Pancasila.
- d. Bagi Peneliti Lain
- 1) Menjadi sumber referensi bagi penelitian lanjutan yang mengkaji model pembelajaran inovatif dan kemandirian belajar pada berbagai jenjang pendidikan maupun mata pelajaran lainnya.
 - 2) Menyediakan data empiris yang dapat digunakan sebagai bahan perbandingan atau pengembangan penelitian selanjutnya.
 - 3) Memberikan gambaran metodologis dalam melakukan penelitian eksperimen yang membandingkan efektivitas dua model pembelajaran.

1.5 Batasan Masalah

Agar penelitian ini lebih terfokus, terarah, dan mendalam, serta menghindari perluasan masalah yang tidak relevan dengan tujuan penelitian, maka batasan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1.5.1 Model Pembelajaran; Penelitian ini hanya membatasi model pembelajaran yang dibandingkan pada dua model pembelajaran, yaitu *Problem Based Learning* (PBL) dan *Project Based Learning* (PjBL) dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK).
- 1.5.2 Kemandirian Belajar Peserta Didik; Penelitian ini hanya mengkaji kemandirian belajar peserta didik sebagai variabel terikat yang meliputi

indikator inisiatif belajar, disiplin belajar, percaya diri, pengendalian diri, dan evaluasi diri.

- 1.5.3 Subjek Penelitian; Subjek penelitian dibatasi pada peserta didik MA Negeri 3 Kota Tasikmalaya yang mengikuti pembelajaran PJOK pada kelas yang ditetapkan sebagai sampel penelitian.
- 1.5.4 Materi Pembelajaran; Materi pembelajaran yang digunakan dalam penelitian ini dibatasi pada materi PJOK yang sesuai dengan capaian pembelajaran dan tujuan pembelajaran yang berlaku di MA Negeri 3 Kota Tasikmalaya serta memungkinkan penerapan model *Problem Based Learning* dan *Project Based Learning* secara optimal.
- 1.5.5 Lokasi dan Waktu Penelitian; Penelitian ini dilaksanakan di MA Negeri 3 Kota Tasikmalaya pada semester dan tahun pelajaran yang sedang berlangsung sesuai dengan jadwal pembelajaran PJOK yang telah ditetapkan oleh sekolah.