

BAB 2

LANDASAN TEORETIS

2.1 Kajian Teori

2.1.1 Model Pembelajaran

Model pembelajaran merupakan kerangka konseptual yang menggambarkan prosedur sistematis dalam mengorganisasikan pengalaman belajar untuk mencapai tujuan pembelajaran tertentu dan berfungsi sebagai pedoman bagi perancang pembelajaran dan para pengajar dalam merencanakan serta melaksanakan aktivitas pembelajaran (Joyce et al., 2015). Model pembelajaran dapat didefinisikan sebagai suatu rencana atau pola yang digunakan sebagai pedoman dalam merencanakan pembelajaran di kelas atau pembelajaran dalam tutorial dan untuk menentukan perangkat-perangkat pembelajaran termasuk di dalamnya buku, film, komputer, kurikulum, dan lain-lain (Trianto, 2010). Setiap model pembelajaran mengarahkan kita ke dalam mendesain pembelajaran untuk membantu peserta didik sedemikian rupa sehingga tujuan pembelajaran tercapai (Arends, 2012).

Model pembelajaran memiliki beberapa ciri khusus yang membedakannya dengan strategi, metode, atau prosedur pembelajaran lainnya. Pertama, model pembelajaran memiliki landasan teori yang kuat yang dikembangkan oleh para ahli pembelajaran, psikologi, atau bidang lain yang relevan (Rusman, 2012). Kedua, model pembelajaran mempunyai tujuan pembelajaran yang jelas tentang apa yang harus dicapai oleh peserta didik setelah proses pembelajaran berlangsung (Suprijono, 2013). Ketiga, model pembelajaran memiliki langkah-langkah pembelajaran atau sintaks yang sistematis dan terstruktur yang harus diikuti oleh pengajar dalam implementasinya (Joyce et al., 2015). Keempat, model pembelajaran memiliki sistem sosial yang menggambarkan peran dan hubungan guru dengan siswa dalam proses pembelajaran (Arends, 2012). Kelima, model pembelajaran dilengkapi dengan sistem pendukung berupa sarana, bahan, dan alat yang diperlukan untuk mendukung pelaksanaan model pembelajaran tersebut (Trianto, 2010).

Terdapat berbagai jenis model pembelajaran yang telah dikembangkan oleh para ahli dengan karakteristik dan keunggulan masing-masing. Model pembelajaran langsung atau *direct instruction* merupakan model pembelajaran yang berpusat pada guru dan dirancang khusus untuk menunjang proses belajar siswa yang berkaitan dengan pengetahuan deklaratif dan pengetahuan prosedural yang terstruktur dengan baik (Arends, 2012). Model pembelajaran kooperatif adalah model pembelajaran yang mengutamakan kerja sama di antara siswa untuk mencapai tujuan pembelajaran dengan membentuk kelompok-kelompok kecil yang heterogen (Slavin, 2015). Model pembelajaran berbasis masalah atau *problem-based learning* merupakan model pembelajaran yang menggunakan masalah dunia nyata sebagai konteks bagi siswa untuk belajar tentang cara berpikir kritis dan keterampilan pemecahan masalah (Arends, 2012). Model pembelajaran inkuiri adalah model pembelajaran yang menekankan pada proses pencarian dan penemuan, di mana materi pelajaran tidak diberikan secara langsung tetapi siswa didorong untuk mengidentifikasi apa yang ingin diketahui dan bagaimana cara mencari jawabannya (Sanjaya, 2013). Model pembelajaran *discovery learning* merupakan model pembelajaran yang menekankan pentingnya membantu siswa memahami struktur atau ide kunci dari suatu disiplin ilmu, perlunya siswa aktif terlibat dalam proses pembelajaran, dan keyakinan bahwa pembelajaran sejati terjadi melalui penemuan pribadi (Hosnan, 2014). Model pembelajaran berbasis proyek atau *project-based learning* adalah model pembelajaran yang menggunakan proyek atau kegiatan sebagai media pembelajaran untuk mencapai kompetensi sikap, pengetahuan, dan keterampilan dengan menekankan pada pembelajaran yang berpusat pada peserta didik (Kemendikbud, 2014). Model *pembelajaran contextual teaching and learning* adalah konsep belajar yang membantu guru mengaitkan antara materi yang diajarkannya dengan situasi dunia nyata siswa dan mendorong siswa membuat hubungan antara pengetahuan yang dimilikinya dengan penerapannya dalam kehidupan mereka sehari-hari (Johnson, 2002).

Pemilihan model pembelajaran yang tepat sangat penting untuk mencapai efektivitas pembelajaran. Beberapa faktor yang perlu dipertimbangkan dalam memilih model pembelajaran antara lain adalah tujuan pembelajaran yang ingin

dicapai, karakteristik materi pembelajaran, kondisi dan karakteristik siswa, serta sarana dan prasarana yang tersedia (Rusman, 2012). Guru harus memahami bahwa tidak ada satu model pembelajaran yang paling baik untuk semua situasi pembelajaran, sehingga guru perlu memiliki kompetensi untuk memilih dan mengombinasikan berbagai model pembelajaran sesuai dengan kebutuhan (Arends, 2012). Kesesuaian antara model pembelajaran dengan karakteristik mata pelajaran akan sangat menentukan keberhasilan proses pembelajaran (Trianto, 2010).

Implementasi model pembelajaran dalam praktik pembelajaran di kelas memerlukan persiapan yang matang dari guru. Guru perlu memahami secara mendalam tentang landasan teori, sintaks, sistem sosial, dan sistem pendukung dari model pembelajaran yang akan digunakan (Joyce & Weil, 2015). Selain itu, guru juga perlu mengembangkan perangkat pembelajaran seperti rencana pelaksanaan pembelajaran, lembar kerja siswa, media pembelajaran, dan instrumen penilaian yang sesuai dengan model pembelajaran yang dipilih (Kemendikbud, 2014). Dalam pelaksanaannya, guru harus konsisten mengikuti langkah-langkah atau sintaks dari model pembelajaran yang telah dipilih agar tujuan pembelajaran dapat tercapai secara optimal (Arends, 2012).

Evaluasi terhadap efektivitas penerapan model pembelajaran perlu dilakukan secara berkelanjutan untuk mengetahui apakah model pembelajaran yang diterapkan berhasil mencapai tujuan pembelajaran atau tidak. Evaluasi dapat dilakukan melalui penilaian hasil belajar siswa, observasi proses pembelajaran, refleksi diri guru, serta umpan balik dari siswa (Suprijono, 2013). Hasil evaluasi ini dapat digunakan sebagai dasar untuk melakukan perbaikan dan penyempurnaan dalam penerapan model pembelajaran pada kesempatan berikutnya (Rusman, 2022). Dengan demikian, penguasaan berbagai model pembelajaran dan kemampuan untuk mengimplementasikannya secara efektif merupakan kompetensi penting yang harus dimiliki oleh setiap guru profesional dalam upaya meningkatkan kualitas pembelajaran (Rusman, 2022).

2.1.2 Struktur Model Pembelajaran

Menurut (Joyce et al., 2015), setiap model pembelajaran memiliki komponen-komponen yang menjadi dasar dalam pelaksanaannya sehingga proses pembelajaran dapat berlangsung secara sistematis, terarah, dan efektif. Komponen tersebut terdiri atas sintaks, sistem sosial, prinsip reaksi, dan sistem pendukung. Keempat komponen ini saling berkaitan dan menjadi ciri khas dari setiap model pembelajaran.

1) Sintaks (*Syntax*)

Sintaks merupakan urutan langkah-langkah atau tahapan pembelajaran yang harus dilaksanakan dalam suatu model pembelajaran. Sintaks berfungsi sebagai pedoman operasional bagi guru dalam mengorganisasikan kegiatan pembelajaran mulai dari tahap pendahuluan, inti, hingga penutup. Setiap model pembelajaran memiliki sintaks yang berbeda sesuai dengan tujuan dan karakteristiknya. Dengan adanya sintaks yang jelas, guru dapat melaksanakan pembelajaran secara terstruktur sehingga tujuan pembelajaran dapat dicapai secara optimal.

2) Sistem Sosial (*Social System*)

Sistem sosial merupakan pola hubungan dan interaksi antara guru dan peserta didik selama proses pembelajaran berlangsung. Komponen ini menjelaskan peran guru dan peserta didik dalam pembelajaran. Pada model pembelajaran yang berpusat pada peserta didik, guru berperan sebagai fasilitator, pembimbing, dan motivator, sedangkan peserta didik berperan aktif dalam mencari informasi, berdiskusi, bekerja sama, serta mengonstruksi pengetahuannya sendiri. Sistem sosial yang baik akan menciptakan suasana pembelajaran yang kondusif, kolaboratif, dan mendukung keterlibatan aktif peserta didik.

3) Prinsip Reaksi (*Principles of Reaction*)

Prinsip reaksi merupakan cara guru memberikan respons terhadap aktivitas, pertanyaan, pendapat, maupun perilaku peserta didik selama proses pembelajaran. Guru perlu memberikan umpan balik, penguatan, arahan, motivasi, dan klarifikasi agar peserta didik memperoleh pengalaman belajar yang bermakna. Respons yang tepat dari guru dapat meningkatkan motivasi belajar, rasa percaya diri, dan partisipasi aktif peserta didik dalam pembelajaran. Oleh karena itu, prinsip reaksi

menjadi salah satu faktor penting yang menentukan keberhasilan penerapan suatu model pembelajaran.

4) Sistem Pendukung (*Support System*)

Sistem pendukung adalah berbagai sarana, prasarana, media, sumber belajar, dan fasilitas yang diperlukan untuk mendukung terlaksananya model pembelajaran secara optimal. Sistem pendukung dapat berupa buku ajar, modul, lembar kerja peserta didik, media pembelajaran, alat peraga, teknologi pembelajaran, maupun lingkungan belajar yang sesuai. Ketersediaan sistem pendukung yang memadai akan membantu guru dan peserta didik dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran secara efektif sesuai dengan karakteristik model yang digunakan.

Berdasarkan uraian tersebut, sintaks, sistem sosial, prinsip reaksi, dan sistem pendukung merupakan empat komponen utama yang harus diperhatikan dalam penerapan suatu model pembelajaran. Keempat komponen tersebut menjadi landasan bagi guru dalam merancang dan melaksanakan pembelajaran yang efektif, termasuk dalam penerapan model *Problem Based Learning* dan *Project Based Learning* pada pembelajaran PJOK.

2.1.3 **Model Problem Based Learning (PBL)**

a. Pengertian *Problem Based Learning*

Problem Based Learning (PBL) merupakan salah satu model pembelajaran yang berpusat pada peserta didik (*student centered learning*) dengan menggunakan masalah nyata sebagai titik awal pembelajaran. Melalui model ini, peserta didik didorong untuk mengembangkan kemampuan berpikir kritis, pemecahan masalah, kerja sama, serta kemampuan belajar mandiri dalam menemukan solusi terhadap permasalahan yang diberikan.

(Barrows, 1986) Barrows (1986) mendefinisikan *Problem Based Learning* sebagai pendekatan pembelajaran yang menggunakan masalah sebagai stimulus utama bagi peserta didik untuk memperoleh dan mengintegrasikan pengetahuan baru. Sementara itu, (Arends, 2012) menjelaskan bahwa PBL merupakan model pembelajaran yang dirancang untuk membantu peserta didik mengembangkan

keterampilan berpikir tingkat tinggi melalui penyelidikan terhadap masalah autentik yang berkaitan dengan kehidupan nyata.

Dalam penerapannya, peserta didik tidak hanya menerima informasi dari guru, tetapi secara aktif mencari, menganalisis, dan mengolah informasi untuk memecahkan masalah yang dihadapi. Oleh karena itu, PBL dianggap mampu meningkatkan kemandirian belajar, tanggung jawab, dan kemampuan berpikir kritis peserta didik.

b. Karakteristik *Problem Based Learning*

Menurut (Arends, 2012), *Problem Based Learning* memiliki beberapa karakteristik utama, yaitu:

- 1) Pembelajaran diawali dengan penyajian masalah nyata yang relevan dengan kehidupan peserta didik.
- 2) Pembelajaran berpusat pada peserta didik (*student centered learning*).
- 3) Guru berperan sebagai fasilitator dan pembimbing dalam proses pembelajaran.
- 4) Peserta didik melakukan penyelidikan untuk memperoleh informasi yang diperlukan.
- 5) Pembelajaran dilaksanakan secara kolaboratif melalui diskusi kelompok.
- 6) Hasil pembelajaran diwujudkan dalam bentuk solusi atau pemecahan masalah.
- 7) Adanya refleksi dan evaluasi terhadap proses maupun hasil pembelajaran.

Karakteristik tersebut menjadikan PBL sebagai model pembelajaran yang mampu mengembangkan kemampuan berpikir kritis, kreativitas, komunikasi, kolaborasi, dan kemandirian belajar peserta didik.

c. *Sintaks Problem Based Learning*

Menurut (Arends, 2012), langkah-langkah *Problem Based Learning* terdiri atas lima tahapan sebagai berikut:

- 1) Orientasi pada Masalah; Guru menyajikan masalah yang autentik dan relevan dengan kehidupan peserta didik untuk menarik perhatian dan memotivasi mereka dalam belajar.
- 2) Mengorganisasikan Peserta Didik; Guru membantu peserta didik memahami masalah, membentuk kelompok, serta merencanakan kegiatan yang akan dilakukan untuk menyelesaikan masalah tersebut.

- 3) Membimbing Penyelidikan; Peserta didik melakukan pencarian informasi, pengumpulan data, observasi, maupun eksperimen yang diperlukan untuk menemukan solusi terhadap masalah yang dihadapi.
- 4) Mengembangkan dan Menyajikan Hasil; Peserta didik menyusun hasil penyelidikan dalam bentuk laporan, presentasi, atau produk lainnya kemudian mempresentasikannya kepada kelompok lain.
- 5) Analisis dan Evaluasi Pemecahan Masalah; Guru dan peserta didik bersama-sama melakukan refleksi terhadap proses pembelajaran dan mengevaluasi solusi yang telah dihasilkan.

d. *Kelebihan Problem Based Learning*

Menurut Rusman (2022) dan (Arends, 2012), kelebihan *Problem Based Learning* antara lain:

- 1) Meningkatkan kemampuan berpikir kritis dan pemecahan masalah.
- 2) Mengembangkan kemandirian belajar peserta didik.
- 3) Meningkatkan motivasi dan keterlibatan peserta didik dalam pembelajaran.
- 4) Membantu peserta didik menghubungkan teori dengan situasi nyata.
- 5) Mengembangkan kemampuan komunikasi dan kerja sama.
- 6) Meningkatkan kemampuan mengambil keputusan secara rasional.
- 7) Membentuk peserta didik menjadi pembelajar sepanjang hayat (lifelong learner).

e. *Kelemahan Problem Based Learning*

Di samping memiliki berbagai kelebihan, PBL juga memiliki beberapa kelemahan, yaitu:

- 1) Membutuhkan waktu pembelajaran yang relatif lebih lama.
- 2) Memerlukan kesiapan peserta didik untuk belajar secara mandiri.
- 3) Membutuhkan kemampuan guru dalam merancang masalah yang berkualitas.
- 4) Tidak semua materi pembelajaran cocok diterapkan dengan PBL.
- 5) Memerlukan sumber belajar yang cukup beragam.
- 6) Peserta didik yang kurang aktif dapat mengalami kesulitan dalam mengikuti proses pembelajaran.

Meskipun demikian, kelemahan tersebut dapat diminimalkan melalui perencanaan pembelajaran yang baik dan dukungan fasilitas yang memadai.

f. *Problem Based Learning* dalam Pembelajaran PJOK

Penerapan *Problem Based Learning* dalam pembelajaran PJOK sangat relevan karena karakteristik PJOK menuntut peserta didik untuk aktif berpikir, mengambil keputusan, serta memecahkan berbagai masalah yang berkaitan dengan aktivitas fisik, olahraga, dan kesehatan. Dalam pembelajaran PJOK, masalah yang diberikan dapat berupa kasus kebugaran jasmani, pola hidup sehat, strategi permainan, pencegahan cedera olahraga, maupun permasalahan kesehatan yang sering dijumpai dalam kehidupan sehari-hari.

Melalui *Problem Based Learning*, peserta didik tidak hanya mempelajari teori, tetapi juga dilatih untuk menganalisis situasi, mencari informasi yang relevan, berdiskusi dengan teman, dan menyusun solusi yang tepat terhadap permasalahan yang dihadapi. Proses tersebut dapat mengembangkan berbagai aspek kemandirian belajar, seperti inisiatif dalam mencari informasi, disiplin dalam menyelesaikan tugas, percaya diri dalam mengemukakan pendapat, kemampuan mengendalikan diri selama proses pembelajaran, serta kemampuan melakukan evaluasi terhadap hasil belajar yang diperoleh.

Selain itu, penerapan PBL dalam PJOK juga mendukung pengembangan keterampilan abad ke-21, yaitu berpikir kritis, kreativitas, komunikasi, dan kolaborasi. Oleh karena itu, *Problem Based Learning* menjadi salah satu model pembelajaran yang potensial untuk meningkatkan kemandirian belajar peserta didik pada pembelajaran PJOK di MA Negeri 3 Kota Tasikmalaya.

2.1.4 Model Project Based Learning (PjBL)

a. *Pengertian Problem Based Learning*

Project Based Learning (PjBL) merupakan model pembelajaran yang berpusat pada peserta didik (*student centered learning*) dan menggunakan proyek sebagai inti dari proses pembelajaran. Dalam model ini, peserta didik memperoleh pengetahuan dan keterampilan melalui serangkaian kegiatan investigasi, perencanaan, pelaksanaan, hingga penyelesaian suatu proyek yang berkaitan dengan permasalahan nyata. Melalui proses tersebut, peserta didik tidak hanya

memahami konsep pembelajaran secara teoritis, tetapi juga mampu menerapkan pengetahuan yang dimiliki dalam menghasilkan suatu produk atau karya yang bermakna.

Thomas (2000) mendefinisikan *Project Based Learning* sebagai model pembelajaran yang memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mempelajari konsep dan prinsip melalui keterlibatan aktif dalam proyek yang kompleks dan autentik. Sementara itu, (Bell, 2010) menyatakan bahwa PjBL merupakan pendekatan pembelajaran yang mendorong peserta didik untuk bekerja secara mandiri maupun kolaboratif dalam menyelesaikan proyek sehingga mampu mengembangkan keterampilan berpikir kritis, kreativitas, komunikasi, dan kolaborasi.

Dalam penerapannya, guru berperan sebagai fasilitator yang membimbing peserta didik selama proses pengerjaan proyek. Peserta didik diberikan kebebasan untuk merencanakan, mengelola, dan mengevaluasi proyek yang dikerjakan sehingga mampu mengembangkan kemandirian belajar dan tanggung jawab terhadap proses pembelajaran.

b. Karakteristik Problem Based Learning

Menurut (Thomas, 2000) Thomas (2000) dan (Bell, 2010), *Project Based Learning* memiliki beberapa karakteristik utama, yaitu:

- 1) Pembelajaran berpusat pada peserta didik (*student centered learning*).
- 2) Berorientasi pada penyelesaian proyek atau produk nyata.
- 3) Dimulai dengan pertanyaan atau permasalahan yang menantang.
- 4) Melibatkan proses investigasi dan eksplorasi yang mendalam.
- 5) Menuntut peserta didik bekerja secara mandiri maupun kolaboratif.
- 6) Mengintegrasikan berbagai keterampilan berpikir tingkat tinggi.
- 7) Menghasilkan produk atau karya yang dapat dipresentasikan.
- 8) Melibatkan proses refleksi terhadap pengalaman belajar yang diperoleh.

Karakteristik tersebut menjadikan PjBL sebagai model pembelajaran yang mampu mengembangkan kemampuan berpikir kritis, kreativitas, kolaborasi, komunikasi, dan kemandirian belajar peserta didik.

c. *Sintaks Problem Based Learning*

Menurut Kemendikbud (2017) dan *The George Lucas Educational Foundation*, langkah-langkah *Project Based Learning* terdiri atas enam tahapan berikut.

- 1) Menentukan Pertanyaan Mendasar (*Start with the Essential Question*); Pembelajaran diawali dengan penyajian pertanyaan atau masalah yang bersifat mendasar, menantang, dan relevan dengan kehidupan peserta didik sehingga mendorong mereka untuk melakukan investigasi lebih lanjut.
- 2) Mendesain Perencanaan Proyek (*Design a Plan for the Project*); Guru dan peserta didik bersama-sama merancang proyek yang akan dikerjakan, menentukan tujuan, langkah kerja, sumber belajar, serta produk yang akan dihasilkan.
- 3) Menyusun Jadwal (*Create a Schedule*); Peserta didik menyusun jadwal pelaksanaan proyek yang mencakup waktu pengerjaan, pembagian tugas, serta target penyelesaian setiap tahap proyek.
- 4) Memonitor Pelaksanaan Proyek (*Monitor the Students and the Progress of the Project*); Guru melakukan pemantauan terhadap aktivitas peserta didik selama proses pengerjaan proyek dan memberikan bimbingan apabila diperlukan.
- 5) Menguji Hasil Proyek (*Assess the Outcome*); Produk atau hasil proyek yang telah diselesaikan kemudian diuji, dinilai, atau dipresentasikan untuk mengetahui tingkat keberhasilan peserta didik dalam mencapai tujuan pembelajaran.
- 6) Mengevaluasi Pengalaman Belajar (*Evaluate the Experience*); Guru dan peserta didik melakukan refleksi terhadap proses maupun hasil proyek yang telah dilaksanakan untuk mengetahui kelebihan, kekurangan, dan perbaikan yang perlu dilakukan.

d. *Kelebihan Problem Based Learning*

Menurut Bell (2010), Thomas (2000), dan (Kemendikbud, 2014) (2017), kelebihan *Project Based Learning* antara lain:

- 1) Meningkatkan kemandirian belajar peserta didik.
- 2) Mengembangkan kemampuan berpikir kritis dan kreatif.

- 3) Meningkatkan motivasi dan keterlibatan peserta didik dalam pembelajaran.
- 4) Melatih kemampuan memecahkan masalah secara nyata.
- 5) Mengembangkan keterampilan komunikasi dan kolaborasi.
- 6) Meningkatkan kemampuan manajemen waktu dan tanggung jawab.
- 7) Menghubungkan pembelajaran dengan kehidupan nyata.
- 8) Menghasilkan produk atau karya yang bermakna bagi peserta didik.

e. Kelemahan *Problem Based Learning*

Meskipun memiliki banyak kelebihan, *Project Based Learning* juga memiliki beberapa kelemahan, yaitu:

- 1) Membutuhkan waktu yang relatif lebih lama dibandingkan pembelajaran konvensional.
- 2) Membutuhkan perencanaan yang matang dari guru dan peserta didik.
- 3) Memerlukan fasilitas dan sumber belajar yang memadai.
- 4) Membutuhkan kemampuan manajemen kelompok yang baik.
- 5) Penilaian hasil proyek sering kali lebih kompleks.
- 6) Tidak semua materi pembelajaran cocok diterapkan menggunakan proyek.

Namun demikian, kelemahan tersebut dapat diminimalkan melalui perencanaan yang baik, pengelolaan waktu yang efektif, dan dukungan fasilitas yang memadai.

f. *Problem Based Learning* dalam Pembelajaran PJOK

Project Based Learning memiliki relevansi yang tinggi dengan karakteristik pembelajaran PJOK karena memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk belajar melalui pengalaman nyata dan menghasilkan produk yang berkaitan dengan aktivitas fisik, olahraga, dan kesehatan. Dalam pembelajaran PJOK, proyek dapat berupa penyusunan program latihan kebugaran, pembuatan video keterampilan olahraga, kampanye hidup sehat, penyelenggaraan kegiatan olahraga, maupun penyusunan laporan aktivitas fisik peserta didik.

Melalui kegiatan proyek tersebut, peserta didik dituntut untuk merencanakan kegiatan, mengelola waktu, mencari informasi, bekerja sama, menyelesaikan tugas, serta bertanggungjawabkan hasil yang diperoleh. Proses

ini sangat mendukung pengembangan kemandirian belajar yang meliputi inisiatif belajar, disiplin, percaya diri, pengendalian diri, dan evaluasi diri.

Selain itu, penerapan PjBL dalam PJOK juga mendukung pengembangan keterampilan abad ke-21, seperti berpikir kritis, kreativitas, komunikasi, dan kolaborasi. Peserta didik tidak hanya belajar memahami konsep PJOK, tetapi juga memperoleh pengalaman langsung dalam menerapkan pengetahuan tersebut untuk menghasilkan karya atau solusi yang bermanfaat. Oleh karena itu, *Project Based Learning* menjadi salah satu model pembelajaran yang potensial untuk meningkatkan kemandirian belajar peserta didik dalam pembelajaran PJOK di MA Negeri 3 Kota Tasikmalaya.

2.1.5 Perbandingan *Problem Based Learning* dan *Project Based Learning*

a. Persamaan *Problem Based Learning* dan *Project Based Learning*

Tabel 2.1 Persamaan *Problem Based Learning* dan *Project Based Learning*

No	Aspek	<i>Problem Based Learning (PBL)</i>	<i>Project Based Learning (PjBL)</i>
1	Pendekatan Pembelajaran	<i>Student Centered Learning</i>	<i>Student Centered Learning</i>
2	Landasan Teori	Konstruktivisme	Konstruktivisme
3	Aktivitas Belajar	<i>Active Learning</i>	<i>Active Learning</i>
4	Pola Interaksi	Collaborative Learning	Collaborative Learning
5	Peran Guru	Fasilitator dan Pembimbing	Fasilitator dan Pembimbing
6	Peran Peserta Didik	Aktif mencari solusi masalah	Aktif merancang dan menyelesaikan proyek
7	Keterampilan yang Dikembangkan	Berpikir kritis, komunikasi, kolaborasi, kemandirian belajar	Kreativitas, komunikasi, kolaborasi, kemandirian belajar
8	Orientasi Pembelajaran	Berpusat pada peserta didik	Berpusat pada peserta didik

Sumber: Diadaptasi dari (Arends, 2012), (Thomas, 2000), dan (Bell, 2010).

Berdasarkan Tabel 2.1, *Problem Based Learning* dan *Project Based Learning* memiliki sejumlah persamaan mendasar. Kedua model sama-sama berorientasi pada pembelajaran yang berpusat pada peserta didik (*student centered learning*) serta berlandaskan teori konstruktivisme yang menekankan bahwa pengetahuan dibangun melalui pengalaman dan interaksi peserta didik dengan lingkungannya. Selain itu, kedua model menerapkan prinsip active learning dan collaborative learning sehingga peserta didik terlibat secara aktif dalam proses pembelajaran melalui diskusi, investigasi, dan kerja sama kelompok. Persamaan

tersebut menjadikan kedua model pembelajaran berpotensi mengembangkan keterampilan abad ke-21, termasuk kemampuan berpikir kritis, komunikasi, kolaborasi, kreativitas, dan kemandirian belajar.

b. Perbedaan *Problem Based Learning* dan *Project Based Learning*

Tabel 2.2 Perbedaan *Problem Based Learning* dan *Project Based Learning*

Aspek	<i>Problem Based Learning</i> (PBL)	<i>Project Based Learning</i> (PjBL)
Fokus Utama	Pemecahan masalah	Pembuatan proyek
Tujuan Pembelajaran	Menemukan solusi terhadap masalah	Menghasilkan produk atau karya
Produk Akhir	Solusi, rekomendasi, atau hasil analisis masalah	Produk nyata, karya, laporan, video, atau proyek
Proses Pembelajaran	Investigasi dan analisis masalah	Perencanaan, pelaksanaan, dan penyelesaian proyek
Orientasi	Analisis dan pemecahan masalah	Produksi dan penciptaan karya
Aktivitas Utama Peserta Didik	Mengidentifikasi, menganalisis, dan menyelesaikan masalah	Merancang, mengelola, dan menghasilkan proyek
Peran Masalah	Menjadi fokus utama pembelajaran	Menjadi pemicu pelaksanaan proyek
Penilaian	Berfokus pada kualitas solusi dan proses pemecahan masalah	Berfokus pada proses dan kualitas produk yang dihasilkan
Hasil yang Diharapkan	Kemampuan berpikir kritis dan pemecahan masalah	Kreativitas, produktivitas, dan keterampilan manajemen proyek
Durasi Pembelajaran	Relatif lebih singkat	Relatif lebih panjang karena menghasilkan produk

Sumber: (Arends, 2012), (Thomas, 2000), Bell (2010), dan (Kemendikbud, 2017).

Berdasarkan Tabel 2.2, perbedaan mendasar antara *Problem Based Learning* dan *Project Based Learning* terletak pada fokus dan hasil akhir pembelajaran. *Problem Based Learning* berorientasi pada proses analisis dan pemecahan masalah sehingga peserta didik diarahkan untuk menemukan solusi terhadap suatu permasalahan yang diberikan. Sementara itu, *Project Based Learning* berorientasi pada penyelesaian proyek yang menghasilkan produk atau karya nyata sebagai bentuk implementasi pengetahuan yang dipelajari. Dengan karakteristik tersebut, PBL cenderung lebih kuat dalam mengembangkan kemampuan berpikir kritis dan pemecahan masalah, sedangkan PjBL lebih menonjol dalam mengembangkan kreativitas, tanggung jawab, kemampuan mengelola proyek, dan keterampilan menghasilkan produk. Meskipun demikian, kedua model sama-sama berpotensi

meningkatkan kemandirian belajar peserta didik karena memberikan kesempatan yang luas bagi peserta didik untuk mengelola proses belajarnya secara aktif dan mandiri.

2.1.6 Kemandirian Belajar

a. Pengertian Kemandirian Belajar

Kemandirian belajar merupakan salah satu kompetensi penting yang harus dimiliki peserta didik dalam menghadapi tuntutan pendidikan abad ke-21. Kemandirian belajar mengacu pada kemampuan peserta didik untuk mengelola, mengarahkan, dan bertanggung jawab terhadap proses pembelajarannya sendiri tanpa bergantung secara berlebihan kepada orang lain. Peserta didik yang memiliki kemandirian belajar akan mampu menentukan kebutuhan belajar, mencari sumber belajar yang relevan, mengatur strategi belajar, serta mengevaluasi hasil belajar yang telah dicapai.

Menurut (Knowles, 1975), kemandirian belajar (*self-directed learning*) adalah suatu proses di mana individu mengambil inisiatif, dengan atau tanpa bantuan orang lain, untuk mendiagnosis kebutuhan belajar, merumuskan tujuan belajar, mengidentifikasi sumber belajar, memilih strategi belajar yang sesuai, serta mengevaluasi hasil belajar yang diperoleh. Definisi tersebut menunjukkan bahwa peserta didik memiliki peran aktif dalam mengelola seluruh proses pembelajaran.

Sementara itu (Zimmerman, 2002) menjelaskan bahwa kemandirian belajar berkaitan dengan kemampuan individu dalam mengatur pikiran, perasaan, dan perilaku secara sadar untuk mencapai tujuan belajar yang telah ditetapkan. Peserta didik yang mandiri tidak hanya mampu belajar secara aktif, tetapi juga mampu mengontrol dirinya selama proses pembelajaran berlangsung.

1) Konsep *Self Directed Learning*

Konsep *Self Directed Learning* (SDL) menekankan kemampuan peserta didik untuk mengambil inisiatif dan tanggung jawab terhadap pembelajarannya sendiri. Menurut (Knowles, 1975), peserta didik yang menerapkan SDL mampu menentukan apa yang perlu dipelajari, bagaimana cara mempelajarinya, serta bagaimana mengukur keberhasilan belajarnya. Dalam konsep ini, guru berperan

sebagai fasilitator yang membantu peserta didik mengembangkan kemampuan belajar secara mandiri.

2) Konsep *Self Regulated Learning*

Selain SDL, kemandirian belajar juga berkaitan dengan *konsep Self Regulated Learning* (SRL). (Zimmerman, 2002) menyatakan bahwa SRL merupakan kemampuan peserta didik dalam mengatur proses belajar melalui perencanaan, pemantauan, pengendalian, dan evaluasi terhadap aktivitas belajar yang dilakukan. Peserta didik yang memiliki kemampuan regulasi diri yang baik akan lebih mudah mencapai tujuan belajar karena mampu mengelola waktu, menjaga motivasi, dan mengatasi hambatan belajar secara efektif.

b. Karakteristik Kemandirian Belajar

Kemandirian belajar memiliki beberapa karakteristik yang menunjukkan bahwa peserta didik mampu mengelola pembelajaran secara mandiri. Menurut (Hiemstra, 1994) dan (Knowles, 1975), karakteristik tersebut meliputi kemampuan belajar atas kemauan sendiri, bertanggung jawab terhadap pembelajaran, dan mampu mengelola proses belajar.

1) Belajar atas Kemauan Sendiri

Peserta didik yang mandiri memiliki dorongan internal untuk belajar tanpa harus selalu diperintah atau diawasi oleh guru maupun orang tua. Mereka menyadari bahwa belajar merupakan kebutuhan yang penting untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

2) Bertanggung Jawab terhadap Pembelajaran

Karakteristik berikutnya adalah adanya tanggung jawab terhadap proses dan hasil belajar. Peserta didik yang mandiri berusaha menyelesaikan tugas dengan baik, mematuhi aturan pembelajaran, serta berkomitmen mencapai tujuan belajar yang telah ditetapkan.

3) Mampu Mengelola Proses Belajar

Peserta didik yang mandiri mampu mengatur waktu belajar, memilih strategi yang tepat, memanfaatkan sumber belajar yang tersedia, serta melakukan evaluasi terhadap hasil belajar yang dicapai. Kemampuan ini memungkinkan peserta didik menjadi pembelajar sepanjang hayat (*lifelong learner*).

c. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kemandirian Belajar

Kemandirian belajar tidak muncul secara otomatis, tetapi dipengaruhi oleh berbagai faktor yang berasal dari dalam diri peserta didik maupun dari lingkungan sekitarnya.

1) Faktor Internal

a) Motivasi

Motivasi merupakan dorongan yang menyebabkan seseorang melakukan aktivitas belajar. Menurut (Uno, 2021), semakin tinggi motivasi belajar yang dimiliki peserta didik, semakin besar pula kemampuannya untuk belajar secara mandiri dan bertanggung jawab terhadap proses pembelajaran.

b) Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri berpengaruh terhadap keberanian peserta didik dalam mengambil keputusan, mencoba hal baru, serta menyelesaikan tugas tanpa terlalu bergantung pada bantuan orang lain. Peserta didik yang memiliki kepercayaan diri tinggi cenderung lebih mandiri dalam belajar.

c) Kesadaran Diri

Kesadaran diri (*self-awareness*) merupakan kemampuan individu untuk mengenali kelebihan, kekurangan, kebutuhan, dan tujuan yang ingin dicapai. Kesadaran diri membantu peserta didik memahami pentingnya belajar serta mendorong mereka untuk mengembangkan kemampuan secara mandiri.

2) Faktor Eksternal

a) Guru

Guru memiliki peran penting dalam membentuk kemandirian belajar melalui pemberian motivasi, bimbingan, dan kesempatan kepada peserta didik untuk belajar secara mandiri.

b) Lingkungan Sekolah

Lingkungan sekolah yang kondusif dapat mendorong berkembangnya kemandirian belajar. Ketersediaan fasilitas belajar, budaya akademik yang positif, dan dukungan dari warga sekolah menjadi faktor penting dalam pembentukan kemandirian belajar.

c) Model Pembelajaran

Model pembelajaran yang berpusat pada peserta didik, seperti *Problem Based Learning* dan *Project Based Learning*, dapat memberikan kesempatan yang lebih luas bagi peserta didik untuk mengembangkan kemandirian belajar melalui kegiatan investigasi, pemecahan masalah, dan penyelesaian proyek.

d. Indikator Kemandirian Belajar

Dalam penelitian ini, kemandirian belajar diukur melalui lima indikator utama, yaitu inisiatif belajar, disiplin belajar, percaya diri, pengendalian diri, dan evaluasi diri.

Tabel 2.3 Indikator Kemandirian Belajar

Indikator	Sub-Indikator
Inisiatif Belajar	Mencari materi tambahan dari berbagai sumber
	Belajar sebelum materi diajarkan
	Memulai tugas tanpa harus disuruh
	Mengajukan pertanyaan secara mandiri
Disiplin Belajar	Mengerjakan tugas tepat waktu
	Konsisten dalam kegiatan belajar
	Mematuhi jadwal belajar
Percaya Diri	Yakin terhadap kemampuan sendiri
	Tidak bergantung pada orang lain
	Berani mencoba meskipun belum yakin benar
Pengendalian Diri	Mampu mengatur waktu belajar
	Mampu menjaga fokus saat belajar
	Menghindari gangguan saat belajar
	Mengontrol emosi saat menghadapi kesulitan
Evaluasi Diri	Melakukan refleksi terhadap hasil belajar
	Menyadari kesalahan dalam belajar
	Melakukan perbaikan setelah evaluasi

Sumber: Diadaptasi dari (Zimmerman, 2002), (Knowles, 1975), dan teori kemandirian belajar.

Kelima indikator tersebut menggambarkan kemampuan peserta didik dalam mengelola proses pembelajaran secara mandiri, mulai dari tahap perencanaan, pelaksanaan, hingga evaluasi pembelajaran.

e. Pentingnya Kemandirian Belajar dalam Pembelajaran PJOK

Kemandirian belajar memiliki peran yang sangat penting dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Karakteristik pembelajaran PJOK yang menuntut keterlibatan aktif peserta didik dalam aktivitas fisik, penguasaan keterampilan gerak, pemecahan masalah, serta penerapan pola hidup sehat memerlukan kemampuan belajar yang tidak hanya bergantung pada arahan guru. Peserta didik perlu memiliki kesadaran untuk berlatih, mencari informasi, memperbaiki kesalahan, dan mengevaluasi kemampuan dirinya secara mandiri.

Peserta didik yang memiliki kemandirian belajar tinggi cenderung lebih aktif dalam mengikuti pembelajaran, memiliki disiplin dalam melaksanakan tugas, berani mencoba keterampilan baru, serta mampu mengelola proses latihan secara efektif. Selain itu, kemandirian belajar juga mendukung pengembangan Profil Pelajar Pancasila, khususnya pada dimensi mandiri yang menekankan kemampuan peserta didik untuk bertanggung jawab terhadap proses dan hasil belajarnya.

Dalam konteks penelitian ini, kemandirian belajar menjadi aspek penting yang perlu dikembangkan melalui penerapan model pembelajaran yang berpusat pada peserta didik, seperti *Problem Based Learning* dan *Project Based Learning*. Kedua model tersebut memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengambil inisiatif, mengelola proses belajar, serta bertanggung jawab terhadap hasil pembelajaran yang dicapai.

2.1.7 Hubungan Model Pembelajaran dengan Kemandirian Belajar

Kemandirian belajar merupakan kemampuan peserta didik dalam mengelola proses pembelajaran secara sadar dan bertanggung jawab untuk mencapai tujuan belajar yang telah ditetapkan. Kemandirian belajar tidak berkembang secara otomatis, tetapi dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah model pembelajaran yang diterapkan oleh guru. Model pembelajaran yang berpusat pada peserta didik (*student centered learning*) memberikan kesempatan yang lebih luas bagi peserta didik untuk berpartisipasi aktif, mengambil keputusan, memecahkan masalah, serta mengelola proses pembelajarannya sendiri. Oleh karena itu, model

Problem Based Learning (PBL) dan *Project Based Learning* (PjBL) dipandang memiliki potensi dalam mengembangkan kemandirian belajar peserta didik.

a. Hubungan *Problem Based Learning* (PBL) dengan Kemandirian Belajar

Problem Based Learning merupakan model pembelajaran yang menggunakan masalah nyata sebagai titik awal pembelajaran. Dalam model ini, peserta didik dituntut untuk mengidentifikasi masalah, mencari informasi, menganalisis data, dan menemukan solusi secara mandiri maupun kelompok. Proses tersebut memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengembangkan berbagai aspek kemandirian belajar.

1) Hubungan PBL dengan Inisiatif Belajar

PBL mendorong peserta didik untuk aktif mencari informasi yang dibutuhkan dalam menyelesaikan suatu permasalahan. Peserta didik tidak hanya mengandalkan informasi dari guru, tetapi juga dituntut mencari sumber belajar lain seperti buku, jurnal, internet, maupun hasil observasi lapangan. Kondisi ini dapat meningkatkan inisiatif belajar karena peserta didik terbiasa mengambil langkah pertama dalam memperoleh pengetahuan dan menyelesaikan tugas pembelajaran.

2) Hubungan PBL dengan Disiplin Belajar

Pelaksanaan PBL mengharuskan peserta didik mengikuti tahapan pemecahan masalah secara sistematis. Peserta didik harus mampu mengatur waktu, menyelesaikan tugas sesuai jadwal, dan berpartisipasi aktif dalam kegiatan kelompok. Tuntutan tersebut secara tidak langsung membentuk disiplin belajar karena peserta didik dituntut bertanggung jawab terhadap proses dan hasil pembelajaran yang dilakukan.

3) Hubungan PBL dengan Percaya Diri

Melalui kegiatan diskusi, presentasi, dan penyampaian solusi terhadap suatu masalah, peserta didik memperoleh kesempatan untuk mengemukakan ide dan pendapatnya. Pengalaman tersebut dapat meningkatkan rasa percaya diri karena peserta didik belajar untuk yakin terhadap kemampuan berpikir dan keputusan yang diambil dalam proses pemecahan masalah.

4) Hubungan PBL dengan Pengendalian Diri

Dalam proses penyelidikan masalah, peserta didik dituntut mampu mengelola waktu, menjaga fokus, dan mengontrol emosi ketika menghadapi kesulitan atau perbedaan pendapat dalam kelompok. Oleh karena itu, PBL dapat membantu peserta didik mengembangkan kemampuan pengendalian diri yang diperlukan dalam proses belajar mandiri.

5) Hubungan PBL dengan Evaluasi Diri

Tahap akhir dalam PBL adalah analisis dan evaluasi terhadap proses maupun hasil pemecahan masalah. Melalui kegiatan refleksi tersebut, peserta didik belajar menilai kekuatan dan kelemahan yang dimiliki, serta merencanakan perbaikan pada pembelajaran berikutnya. Dengan demikian, kemampuan evaluasi diri dapat berkembang secara lebih optimal.

Secara keseluruhan, *Problem Based Learning* memiliki hubungan yang erat dengan kemandirian belajar karena setiap tahapan pembelajarannya menuntut peserta didik untuk aktif, bertanggung jawab, dan mampu mengelola proses belajarnya sendiri.

b. Hubungan *Project Based Learning* (PjBL) dengan Kemandirian Belajar

Project Based Learning merupakan model pembelajaran yang menekankan penyelesaian proyek sebagai sarana memperoleh pengetahuan dan keterampilan. Dalam model ini, peserta didik bertanggung jawab merencanakan, melaksanakan, memantau, dan mengevaluasi proyek yang dikerjakan. Karakteristik tersebut menjadikan PjBL sangat relevan untuk mengembangkan kemandirian belajar.

1) Hubungan PjBL dengan Inisiatif Belajar

PjBL memberikan kebebasan kepada peserta didik untuk merancang dan mengembangkan proyek sesuai dengan tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan. Dalam proses tersebut, peserta didik harus mencari berbagai informasi, menentukan strategi kerja, dan menemukan solusi terhadap berbagai kendala yang muncul. Aktivitas tersebut dapat meningkatkan inisiatif belajar karena peserta didik menjadi lebih aktif dalam mengembangkan pengetahuan dan keterampilannya.

2) Hubungan PjBL dengan Disiplin Belajar

Penyelesaian proyek membutuhkan perencanaan yang matang dan pengelolaan waktu yang baik. Peserta didik harus mematuhi jadwal yang telah disusun, menyelesaikan tugas sesuai target, dan bertanggung jawab terhadap hasil proyek yang dikerjakan. Oleh karena itu, PjBL berkontribusi dalam membentuk disiplin belajar yang lebih baik.

3) Hubungan PjBL dengan Percaya Diri

Kegiatan menghasilkan produk atau karya memberikan pengalaman nyata bagi peserta didik untuk menunjukkan kemampuan yang dimiliki. Ketika proyek berhasil diselesaikan dan dipresentasikan kepada orang lain, peserta didik memperoleh pengalaman keberhasilan (*mastery experience*) yang dapat meningkatkan rasa percaya diri terhadap kemampuan dirinya.

4) Hubungan PjBL dengan Pengendalian Diri

PjBL menuntut peserta didik untuk mengelola berbagai aktivitas selama pengerjaan proyek, mulai dari perencanaan hingga penyelesaian. Peserta didik harus mampu mengatur waktu, menjaga konsentrasi, mengatasi hambatan, serta mengontrol emosi ketika menghadapi kesulitan dalam pelaksanaan proyek. Dengan demikian, kemampuan pengendalian diri peserta didik dapat berkembang secara optimal.

5) Hubungan PjBL dengan Evaluasi Diri

Pada tahap akhir PjBL, peserta didik melakukan refleksi terhadap proses dan hasil proyek yang telah diselesaikan. Melalui kegiatan tersebut, peserta didik belajar mengidentifikasi keberhasilan maupun kekurangan yang dimiliki serta menentukan langkah perbaikan untuk kegiatan berikutnya. Oleh karena itu, PjBL dapat meningkatkan kemampuan evaluasi diri sebagai salah satu indikator utama kemandirian belajar.

Secara umum, *Project Based Learning* memiliki hubungan yang kuat dengan kemandirian belajar karena memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengelola pembelajaran secara mandiri melalui kegiatan perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi proyek. Proses tersebut memungkinkan berkembangnya

inisiatif belajar, disiplin, percaya diri, pengendalian diri, dan evaluasi diri secara terpadu.

2.2 Penelitian yang Relevan

- a. Penelitian yang dilakukan oleh Nurhamidah dan Nurachadijat (2023) berjudul "*Project Based Learning* dalam Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa". Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas model *Project Based Learning* dalam meningkatkan kemandirian belajar peserta didik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan *Project Based Learning* mampu meningkatkan kemandirian belajar karena peserta didik diberikan kesempatan untuk merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi proyek secara mandiri. Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada variabel kemandirian belajar. Perbedaannya terletak pada model pembelajaran yang diteliti, karena penelitian ini tidak hanya mengkaji *Project Based Learning* tetapi juga membandingkannya dengan *Problem Based Learning* dalam pembelajaran PJOK.
- b. Penelitian yang dilakukan oleh Aulia (2019) berjudul "Upaya Peningkatan Kemandirian Belajar Siswa dengan Model *Problem Based Learning* Berbantuan *Edmodo*". Penelitian ini menggunakan metode eksperimen untuk mengetahui pengaruh *Problem Based Learning* terhadap kemandirian belajar peserta didik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *penerapan Problem Based Learning* mampu meningkatkan kemandirian belajar peserta didik yang ditunjukkan melalui peningkatan kemampuan merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan belajar. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah penggunaan model *Problem Based Learning* dan variabel kemandirian belajar. Perbedaannya terletak pada konteks pembelajaran, media yang digunakan, dan penelitian ini akan membandingkan *Problem Based Learning* dengan *Project Based Learning* dalam pembelajaran PJOK.
- c. Penelitian yang dilakukan oleh Hastuti, Waluyo, dan Sumadi (2024) berjudul "Penerapan *Problem Based Learning* dalam Meningkatkan Kemandirian Belajar Peserta Didik". Penelitian ini menggunakan metode Penelitian

Tindakan Kelas (PTK) untuk meningkatkan kemandirian belajar peserta didik melalui penerapan *Problem Based Learning*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemandirian belajar peserta didik mengalami peningkatan pada setiap siklus pembelajaran setelah diterapkannya model *Problem Based Learning*. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada penggunaan *model Problem Based Learning* dan fokus pada kemandirian belajar. Perbedaannya adalah penelitian tersebut hanya mengkaji satu model pembelajaran, sedangkan penelitian ini membandingkan dua model pembelajaran, yaitu *Problem Based Learning* dan *Project Based Learning*.

- d. Penelitian yang dilakukan oleh Zakiya, Risnawati, dan Murhayati (2025) berjudul "Pengaruh Model Pembelajaran *Project Based Learning* terhadap Kemandirian dan Hasil Belajar Siswa". Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *Project Based Learning* terhadap kemandirian belajar dan hasil belajar peserta didik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara penerapan *Project Based Learning* dengan peningkatan kemandirian belajar peserta didik. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah penggunaan *model Project Based Learning* dan variabel kemandirian belajar. Perbedaannya terletak pada fokus penelitian, karena penelitian ini secara khusus membandingkan efektivitas *Project Based Learning* dan *Problem Based Learning* terhadap kemandirian belajar dalam pembelajaran PJOK.
- e. Penelitian yang dilakukan oleh Kokotsaki, Menzies, dan Wiggins (2016) berjudul "*Project-Based Learning: A Review of the Literature*". Penelitian ini merupakan kajian literatur yang mengkaji berbagai hasil penelitian tentang penerapan *Project Based Learning*. Hasil kajian menunjukkan bahwa *Project Based Learning* mampu meningkatkan motivasi belajar, keterlibatan peserta didik, kemampuan kolaborasi, keterampilan pemecahan masalah, dan kemandirian belajar. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah sama-sama mengkaji dampak *Project Based Learning* terhadap perkembangan peserta didik, khususnya kemandirian belajar. Perbedaannya terletak pada jenis penelitian dan konteks penelitian, karena

penelitian ini merupakan penelitian eksperimen pada pembelajaran PJOK yang membandingkan dua model pembelajaran secara langsung.

Berdasarkan berbagai penelitian yang telah dipaparkan, dapat disimpulkan bahwa baik *Problem Based Learning* (PBL) maupun *Project Based Learning* (PjBL) terbukti mampu meningkatkan kemandirian belajar peserta didik. Namun demikian, sebagian besar penelitian terdahulu hanya menguji efektivitas salah satu model pembelajaran secara terpisah. Penelitian yang secara khusus membandingkan efektivitas *Problem Based Learning* dan *Project Based Learning* terhadap kemandirian belajar peserta didik, khususnya pada pembelajaran PJOK di tingkat Madrasah Aliyah, masih sangat terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki nilai kebaruan (*novelty*) karena berupaya membandingkan secara langsung pengaruh kedua model pembelajaran tersebut terhadap kemandirian belajar peserta didik pada pembelajaran PJOK di MA Negeri 3 Kota Tasikmalaya.

2.3 Kerangka Berpikir

2.3.1 Model pembelajaran *problem based learning* terhadap kemandirian belajar peserta didik

Kemandirian belajar merupakan salah satu kompetensi penting yang harus dimiliki peserta didik dalam menghadapi tuntutan pembelajaran abad ke-21. Kemandirian belajar tidak hanya berkaitan dengan kemampuan peserta didik untuk belajar sendiri, tetapi juga mencakup kemampuan mengambil inisiatif, mengatur proses belajar, bertanggung jawab terhadap tugas, mengendalikan diri, serta melakukan evaluasi terhadap hasil belajar yang diperoleh. Peserta didik yang memiliki kemandirian belajar yang baik akan lebih mampu menyesuaikan diri terhadap berbagai perubahan dan tantangan pembelajaran serta memiliki motivasi yang tinggi untuk mencapai tujuan belajar yang telah ditetapkan.

Dalam pembelajaran PJOK, kemandirian belajar menjadi aspek yang sangat penting karena karakteristik mata pelajaran ini menuntut peserta didik untuk aktif terlibat dalam berbagai aktivitas pembelajaran. Peserta didik tidak hanya dituntut memahami konsep-konsep yang berkaitan dengan aktivitas fisik, olahraga, dan kesehatan, tetapi juga mampu menerapkan pengetahuan tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, diperlukan model pembelajaran yang mampu

memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk berperan aktif dalam proses pembelajaran sehingga kemandirian belajar dapat berkembang secara optimal.

Salah satu model pembelajaran yang dipandang mampu mengembangkan kemandirian belajar peserta didik adalah *Problem Based Learning* (PBL). Problem Based Learning merupakan model pembelajaran yang menggunakan masalah nyata sebagai titik awal pembelajaran. Melalui model ini, peserta didik diberikan kesempatan untuk mengidentifikasi masalah, mencari informasi yang relevan, menganalisis berbagai alternatif solusi, dan menentukan pemecahan masalah yang tepat. Dalam proses tersebut, peserta didik tidak hanya memperoleh pengetahuan baru, tetapi juga mengembangkan berbagai keterampilan yang dibutuhkan untuk belajar secara mandiri.

Secara teoretis, *Problem Based Learning* berlandaskan teori konstruktivisme yang menyatakan bahwa pengetahuan dibangun secara aktif oleh peserta didik melalui pengalaman dan interaksi dengan lingkungannya. Menurut Piaget (1972), pembelajaran akan lebih bermakna ketika peserta didik terlibat langsung dalam proses menemukan dan mengonstruksi pengetahuan. Dalam konteks *Problem Based Learning*, peserta didik tidak lagi berperan sebagai penerima informasi secara pasif, tetapi menjadi individu yang aktif mencari dan membangun pemahaman melalui proses pemecahan masalah. Kondisi ini memberikan peluang besar bagi berkembangnya kemandirian belajar.

Hubungan antara *Problem Based Learning* dengan kemandirian belajar dapat dijelaskan melalui setiap tahapan sintaks yang terdapat dalam model tersebut. Pada tahap orientasi masalah, guru menyajikan suatu permasalahan yang berkaitan dengan materi pembelajaran. Permasalahan tersebut berfungsi sebagai stimulus yang mendorong peserta didik untuk mencari tahu dan memahami situasi yang dihadapi. Pada tahap ini, peserta didik mulai menunjukkan inisiatif belajar dengan berusaha mengidentifikasi informasi yang diperlukan untuk memahami masalah.

Selanjutnya, pada tahap mengorganisasikan peserta didik, guru membantu peserta didik menentukan langkah-langkah yang perlu dilakukan untuk menyelesaikan masalah. Kegiatan ini melatih peserta didik untuk merencanakan aktivitas belajar secara mandiri dan bertanggung jawab terhadap tugas yang

diberikan. Kemampuan tersebut berkaitan erat dengan indikator disiplin belajar, karena peserta didik dituntut untuk mengikuti tahapan pembelajaran secara sistematis dan menyelesaikan tugas sesuai dengan waktu yang telah ditentukan.

Pada tahap membimbing penyelidikan, peserta didik melakukan pencarian informasi dari berbagai sumber, mengumpulkan data, melakukan pengamatan, serta menganalisis berbagai alternatif solusi. Kegiatan ini menuntut peserta didik untuk aktif mencari sumber belajar tanpa bergantung sepenuhnya pada guru. Semakin sering peserta didik terlibat dalam kegiatan penyelidikan, semakin berkembang pula kemampuan mereka dalam mengambil inisiatif dan mengelola proses belajar secara mandiri. Selain itu, proses penyelidikan juga melatih peserta didik untuk mengendalikan diri dalam menghadapi berbagai kesulitan yang muncul selama proses pembelajaran.

Tahap berikutnya adalah mengembangkan dan menyajikan hasil karya. Pada tahap ini peserta didik menyusun hasil penyelidikan dan mempresentasikan solusi yang diperoleh di hadapan teman maupun guru. Aktivitas tersebut memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengemukakan pendapat, mempertahankan argumen, dan menjelaskan hasil pemikirannya. Pengalaman tersebut dapat meningkatkan percaya diri karena peserta didik belajar untuk yakin terhadap kemampuan yang dimilikinya serta berani menyampaikan ide dan gagasan secara terbuka.

Tahap terakhir dalam *Problem Based Learning* adalah analisis dan evaluasi proses pemecahan masalah. Pada tahap ini peserta didik melakukan refleksi terhadap proses dan hasil pembelajaran yang telah dilaksanakan. Mereka menilai keberhasilan strategi yang digunakan, mengidentifikasi kesalahan yang terjadi, serta menentukan langkah perbaikan yang perlu dilakukan pada kegiatan berikutnya. Proses refleksi tersebut sangat berkaitan dengan indikator evaluasi diri, yaitu kemampuan peserta didik untuk menilai dan memperbaiki kualitas belajarnya secara mandiri.

Selain itu, *Problem Based Learning* juga memiliki karakteristik yang memungkinkan berkembangnya pengendalian diri peserta didik. Selama proses pemecahan masalah, peserta didik harus mampu mengatur waktu, menjaga fokus

terhadap tujuan pembelajaran, mengendalikan emosi ketika menghadapi kesulitan, serta bekerja sama dengan anggota kelompok secara efektif. Kemampuan tersebut merupakan bagian penting dari kemandirian belajar yang dibutuhkan peserta didik untuk mencapai keberhasilan akademik.

Dalam konteks pembelajaran PJOK, penerapan *Problem Based Learning* memungkinkan peserta didik menghadapi berbagai masalah yang berkaitan dengan aktivitas fisik, olahraga, dan kesehatan. Misalnya, peserta didik diminta menganalisis penyebab rendahnya tingkat kebugaran jasmani, merancang strategi permainan yang efektif, atau mencari solusi terhadap masalah kesehatan yang sering terjadi di lingkungan sekolah. Melalui kegiatan tersebut, peserta didik didorong untuk berpikir kritis, aktif mencari informasi, dan mengambil keputusan secara mandiri. Kondisi ini sejalan dengan tujuan pembelajaran PJOK yang tidak hanya mengembangkan keterampilan gerak, tetapi juga membentuk peserta didik yang mandiri, bertanggung jawab, dan mampu memecahkan masalah dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa *Problem Based Learning* memiliki hubungan yang kuat dengan pengembangan kemandirian belajar peserta didik. Karakteristik pembelajaran yang berpusat pada peserta didik, penggunaan masalah sebagai stimulus belajar, serta keterlibatan aktif peserta didik dalam setiap tahapan pembelajaran memungkinkan berkembangnya indikator-indikator kemandirian belajar yang meliputi inisiatif belajar, disiplin belajar, percaya diri, pengendalian diri, dan evaluasi diri. Dengan demikian, semakin efektif penerapan model *Problem Based Learning* dalam pembelajaran PJOK, maka semakin besar pula peluang meningkatnya kemandirian belajar peserta didik.

2.3.2 Model pembelajaran *project based learning* terhadap kemandirian belajar peserta didik

Kemandirian belajar merupakan kemampuan peserta didik untuk mengelola proses pembelajarannya secara sadar dan bertanggung jawab dalam mencapai

tujuan belajar yang telah ditetapkan. Kemandirian belajar tidak hanya ditunjukkan melalui kemampuan belajar tanpa bantuan orang lain, tetapi juga melalui kemampuan mengambil inisiatif, mengatur kegiatan belajar, mengelola waktu, mengontrol diri, serta melakukan evaluasi terhadap hasil belajar yang diperoleh. Dalam konteks pendidikan abad ke-21, kemandirian belajar menjadi salah satu kompetensi yang sangat penting karena peserta didik dituntut mampu beradaptasi dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang terus berubah.

Pada pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), kemandirian belajar memiliki peran yang sangat penting. Pembelajaran PJOK tidak hanya bertujuan mengembangkan keterampilan gerak dan kebugaran jasmani, tetapi juga membentuk peserta didik yang mampu bertanggung jawab terhadap proses belajarnya sendiri. Oleh karena itu, diperlukan model pembelajaran yang dapat memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk berpartisipasi secara aktif, mengembangkan kreativitas, serta mengelola pembelajarannya secara mandiri. Salah satu model pembelajaran yang dipandang mampu mewujudkan tujuan tersebut adalah *Project Based Learning* (PjBL).

Project Based Learning merupakan model pembelajaran yang menempatkan proyek sebagai inti kegiatan belajar. Melalui model ini, peserta didik memperoleh pengetahuan dan keterampilan dengan cara merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi suatu proyek yang berkaitan dengan materi pembelajaran. (Thomas, 2000) menjelaskan bahwa *Project Based Learning* merupakan model pembelajaran yang memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk melakukan investigasi mendalam terhadap suatu topik melalui kegiatan proyek yang menghasilkan produk atau karya nyata. Dengan demikian, peserta didik tidak hanya memahami konsep secara teoritis, tetapi juga mampu mengaplikasikan pengetahuan tersebut dalam situasi nyata.

Secara teoretis, *Project Based Learning* berlandaskan teori konstruktivisme yang menyatakan bahwa pengetahuan dibangun oleh peserta didik melalui pengalaman belajar yang aktif. Menurut Piaget (1972), proses belajar akan lebih bermakna apabila peserta didik terlibat langsung dalam aktivitas yang memungkinkan mereka membangun pengetahuan berdasarkan pengalaman yang

diperoleh. Dalam *Project Based Learning*, peserta didik memperoleh pengalaman belajar secara langsung melalui kegiatan perencanaan, pelaksanaan, dan penyelesaian proyek sehingga memungkinkan mereka membangun pemahaman secara mandiri.

Selain itu, *Project Based Learning* juga didukung oleh teori *Experiential Learning* yang dikemukakan oleh Kolb (1984). Teori ini menjelaskan bahwa belajar merupakan proses yang terjadi melalui pengalaman langsung yang kemudian direfleksikan untuk menghasilkan pemahaman baru. Dalam kegiatan proyek, peserta didik mengalami secara langsung proses belajar melalui aktivitas nyata yang menuntut keterlibatan fisik maupun mental. Pengalaman tersebut menjadi sarana bagi peserta didik untuk mengembangkan berbagai kemampuan yang mendukung kemandirian belajar.

Hubungan antara *Project Based Learning* dan kemandirian belajar dapat dijelaskan melalui tahapan-tahapan yang terdapat dalam sintaks model tersebut. Tahap pertama adalah menentukan pertanyaan mendasar (*start with the essential question*). Pada tahap ini, guru memberikan pertanyaan atau permasalahan yang akan menjadi dasar pelaksanaan proyek. Pertanyaan tersebut mendorong peserta didik untuk mencari informasi dan memahami masalah yang akan diselesaikan. Kondisi ini dapat mengembangkan inisiatif belajar, karena peserta didik terdorong untuk mencari sumber belajar tambahan dan mengembangkan rasa ingin tahu terhadap topik yang dipelajari.

Tahap berikutnya adalah mendesain perencanaan proyek. Pada tahap ini peserta didik bersama kelompoknya merancang langkah-langkah yang akan dilakukan untuk menyelesaikan proyek. Kegiatan perencanaan menuntut peserta didik untuk menentukan tujuan, strategi, sumber belajar, serta pembagian tugas yang diperlukan. Aktivitas tersebut membantu peserta didik mengembangkan kemampuan mengambil keputusan dan bertanggung jawab terhadap proses pembelajaran yang dilakukan.

Selanjutnya, peserta didik memasuki tahap menyusun jadwal pelaksanaan proyek. Pada tahap ini peserta didik harus mengatur waktu pengerjaan proyek secara efektif agar proyek dapat diselesaikan sesuai target yang telah ditentukan.

Kemampuan mengatur waktu dan menyelesaikan tugas sesuai jadwal merupakan bagian dari indikator disiplin belajar. Melalui pengalaman mengelola proyek, peserta didik belajar untuk lebih disiplin dan bertanggung jawab terhadap tugas yang diberikan.

Tahap berikutnya adalah memonitor pelaksanaan proyek. Selama proyek berlangsung, peserta didik dituntut untuk menjaga konsistensi kerja, mengatasi berbagai kendala, serta memastikan bahwa setiap kegiatan berjalan sesuai rencana. Dalam kondisi tersebut, peserta didik harus mampu mengendalikan diri, menjaga fokus terhadap tujuan proyek, serta mengontrol emosi ketika menghadapi kesulitan. Oleh karena itu, *Project Based Learning* memiliki potensi besar dalam mengembangkan indikator pengendalian diri yang merupakan bagian penting dari kemandirian belajar.

Selain itu, kegiatan proyek juga memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk menunjukkan kemampuan yang dimiliki melalui produk atau karya yang dihasilkan. Ketika peserta didik berhasil menyelesaikan proyek dan mempresentasikan hasilnya kepada guru maupun teman-teman, mereka memperoleh pengalaman keberhasilan yang dapat meningkatkan percaya diri. Peserta didik menjadi lebih yakin terhadap kemampuannya, berani mengemukakan pendapat, serta tidak mudah bergantung kepada bantuan orang lain dalam menyelesaikan tugas.

Tahap selanjutnya adalah menguji hasil proyek. Pada tahap ini peserta didik melakukan penilaian terhadap produk yang telah dihasilkan untuk mengetahui tingkat keberhasilan proyek yang dikerjakan. Kegiatan ini membantu peserta didik memahami kualitas hasil kerjanya serta mengenali berbagai aspek yang perlu diperbaiki. Kemampuan tersebut merupakan bagian dari proses pengembangan kemandirian belajar karena peserta didik belajar menilai hasil usahanya secara objektif.

Tahap terakhir dalam *Project Based Learning* adalah mengevaluasi pengalaman belajar. Pada tahap ini peserta didik melakukan refleksi terhadap seluruh proses pembelajaran yang telah dilalui, mulai dari perencanaan hingga penyelesaian proyek. Peserta didik menilai keberhasilan yang telah dicapai,

mengidentifikasi kesalahan yang dilakukan, serta menentukan langkah perbaikan untuk kegiatan berikutnya. Proses refleksi tersebut berkaitan langsung dengan indikator evaluasi diri, yaitu kemampuan peserta didik untuk memahami kelebihan dan kekurangan dirinya sebagai dasar untuk meningkatkan kualitas belajar.

Dalam pembelajaran PJOK, *Project Based Learning* dapat diterapkan melalui berbagai kegiatan proyek yang berkaitan dengan aktivitas fisik, olahraga, dan kesehatan. Misalnya, peserta didik diminta menyusun program latihan kebugaran, membuat video teknik dasar olahraga, menyusun kampanye hidup sehat, atau merancang kegiatan olahraga di lingkungan sekolah. Kegiatan-kegiatan tersebut memungkinkan peserta didik belajar melalui pengalaman nyata sehingga tidak hanya memahami konsep pembelajaran, tetapi juga mengembangkan keterampilan hidup yang bermanfaat dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa *Project Based Learning* memiliki hubungan yang erat dengan pengembangan kemandirian belajar peserta didik. Karakteristik pembelajaran yang berpusat pada peserta didik, keterlibatan aktif dalam penyelesaian proyek, serta tanggung jawab terhadap hasil pembelajaran memungkinkan berkembangnya berbagai indikator kemandirian belajar, yaitu inisiatif belajar, disiplin belajar, percaya diri, pengendalian diri, dan evaluasi diri. Dengan demikian, semakin baik penerapan model *Project Based Learning* dalam pembelajaran PJOK, maka semakin besar pula peluang meningkatnya kemandirian belajar peserta didik.

2.3.3 Perbedaan antara model pembelajaran *problem based learning* dengan *project based learning* terhadap kemandirian belajar peserta didik

Kemandirian belajar merupakan kemampuan peserta didik untuk mengelola proses pembelajaran secara mandiri melalui kemampuan mengambil inisiatif, menunjukkan disiplin belajar, memiliki rasa percaya diri, mengendalikan diri, serta melakukan evaluasi terhadap hasil belajar yang dicapai. Pengembangan kemandirian belajar menjadi salah satu tujuan penting dalam pendidikan abad ke-21 karena peserta didik dituntut mampu belajar secara berkelanjutan dan tidak bergantung sepenuhnya pada guru sebagai sumber belajar utama. Oleh karena itu,

diperlukan model pembelajaran yang mampu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran.

Problem Based Learning (PBL) dan *Project Based Learning* (PjBL) merupakan dua model pembelajaran yang berorientasi pada peserta didik (*student centered learning*) dan memiliki potensi untuk meningkatkan kemandirian belajar. Kedua model tersebut sama-sama berlandaskan teori konstruktivisme yang menempatkan peserta didik sebagai individu yang aktif membangun pengetahuannya melalui pengalaman belajar. Selain itu, kedua model juga menuntut peserta didik untuk terlibat dalam proses berpikir kritis, bekerja sama, mencari informasi secara mandiri, dan bertanggung jawab terhadap proses pembelajaran yang dijalani. Meskipun demikian, terdapat perbedaan karakteristik yang memungkinkan kedua model memberikan pengaruh yang berbeda terhadap kemandirian belajar peserta didik.

Pada model *Problem Based Learning*, proses pembelajaran berpusat pada penyelesaian suatu masalah yang diberikan oleh guru. Peserta didik dituntut untuk mengidentifikasi masalah, mencari informasi yang relevan, melakukan analisis, dan menentukan solusi yang tepat. Fokus utama model ini adalah proses berpikir kritis dan pemecahan masalah. Oleh karena itu, PBL cenderung lebih menekankan pengembangan kemampuan analitis, pengambilan keputusan, dan kemampuan mencari informasi secara mandiri. Dalam konteks kemandirian belajar, PBL sangat berpotensi meningkatkan inisiatif belajar, karena peserta didik harus aktif mencari berbagai sumber informasi untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi. Selain itu, kegiatan diskusi dan presentasi hasil pemecahan masalah juga dapat meningkatkan percaya diri peserta didik.

Sementara itu, pada *model Project Based Learning*, proses pembelajaran berpusat pada kegiatan menghasilkan suatu proyek atau produk tertentu. Peserta didik tidak hanya dituntut memahami masalah, tetapi juga harus merencanakan, melaksanakan, mengelola, dan menyelesaikan proyek dalam jangka waktu tertentu. Oleh karena itu, PjBL menuntut keterlibatan peserta didik yang lebih panjang dan lebih kompleks dibandingkan PBL. Dalam konteks kemandirian belajar, PjBL tidak hanya mengembangkan inisiatif dan percaya diri, tetapi juga sangat berpotensi

meningkatkan disiplin belajar, pengendalian diri, dan evaluasi diri karena peserta didik harus mengatur waktu, mengelola tahapan proyek, mengatasi hambatan, serta melakukan refleksi terhadap hasil yang dicapai.

Jika ditinjau berdasarkan indikator kemandirian belajar yang digunakan dalam penelitian ini, maka hubungan kedua model pembelajaran tersebut dapat digambarkan sebagai berikut.

Secara teoritis, apabila kemandirian belajar dipahami sebagai kemampuan peserta didik untuk mengatur seluruh proses pembelajaran mulai dari perencanaan, pelaksanaan, hingga evaluasi, maka *Project Based Learning* diperkirakan memiliki pengaruh yang lebih besar terhadap kemandirian belajar dibandingkan *Problem Based Learning*. Hal ini karena dalam *Project Based Learning* peserta didik diberikan tanggung jawab yang lebih luas untuk mengelola pembelajaran secara mandiri dalam jangka waktu yang lebih panjang. Peserta didik harus menentukan strategi kerja, membagi tugas, mengatur jadwal, memantau perkembangan proyek, menyelesaikan masalah yang muncul, serta melakukan refleksi terhadap hasil yang dicapai.

Namun demikian, pernyataan tersebut masih bersifat teoritis. Dalam praktiknya, efektivitas kedua model pembelajaran dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti karakteristik peserta didik, materi pembelajaran, kemampuan guru dalam menerapkan model pembelajaran, serta lingkungan belajar yang tersedia. Oleh karena itu, belum dapat dipastikan secara empiris model mana yang lebih efektif dalam meningkatkan kemandirian belajar peserta didik pada pembelajaran PJOK di MA Negeri 3 Kota Tasikmalaya.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat diduga bahwa terdapat perbedaan pengaruh antara model *Problem Based Learning* dan *Project Based Learning* terhadap kemandirian belajar peserta didik. Secara konseptual, *Problem Based Learning* diperkirakan memberikan pengaruh yang lebih besar karena memberikan kesempatan yang lebih luas kepada peserta didik untuk mengembangkan aspek inisiatif belajar, disiplin belajar, percaya diri, pengendalian diri, dan evaluasi diri secara terpadu. Namun, untuk membuktikan dugaan tersebut diperlukan penelitian empiris melalui proses pengumpulan dan analisis data sehingga dapat diketahui

model pembelajaran yang lebih efektif dalam meningkatkan kemandirian belajar peserta didik pada pembelajaran PJOK.

2.4 Hipotesis

Berdasarkan uraian yang dikemukakan diatas, maka hipotesis yang dikemukakan dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

- 2.4.1 Terdapat pengaruh model pembelajaran *problem based learning* terhadap kemandirian belajar peserta didik pada pembelajaran PJOK MA Negeri 3 Kota Tasikmlaya.
- 2.4.2 Terdapat pengaruh model pembelajaran *project based learning* terhadap kemandirian belajar peserta didik pada pembelajaran PJOK MA Negeri 3 Kota Tasikmlaya.
- 2.4.3 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. *Model problem based learning* lebih berpengaruh terhadap kemandirian belajar peserta didik.