

**KEMANDIRIAN BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN
KESEHATAN (PJOK) PESERTA DIDIK KELAS VIII
DI SMP NEGERI 1 BANTUL**

TUGAS AKHIR SKRIPSI



Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan guna memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

OLEH:
AHMAD KHOERUDDIN
NIM 20601244065

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2024**

**KEMANDIRIAN BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN
KESEHATAN (PJOK) PESERTA DIDIK KELAS VIII
DI SMP NEGERI 1 BANTUL**

Ahmad Khoeruddin
NIM 20601244065

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa tinggi kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan yaitu survei. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul yang berjumlah 178 peserta didik. Teknik *sampling* menggunakan *total sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan survei. Instrumen menggunakan angket. Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 0,00% (0 peserta didik), “kurang” sebesar 56,74% (101 peserta didik), “cukup” sebesar 35,96% (64 peserta didik), “baik” sebesar 7,30% (13 peserta didik), dan “sangat baik” sebesar 0,00% (0 peserta didik). Kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul berdasarkan faktor yaitu faktor memiliki tanggung jawab ada kategori “cukup” 60,67% (108 peserta didik), faktor mengambil inisiatif kategori “kurang” 41,57% (74 peserta didik), faktor memiliki rasa percaya diri kategori “cukup” 49,44% (88 peserta didik), faktor mampu mengatasi masalah kategori “kurang” 43,82% (78 peserta didik).

Kata kunci: kemandirian belajar, PJOK, peserta didik kelas VIII

**LEARNING INDEPENDENCE OF PHYSICAL EDUCATION SPORTS AND
HEALTH (PJOK) OF CLASS VIII STUDENTS
AT SMP NEGERI 1 BANTUL**

Ahmad Khoeruddin
NIM 20601244065

ABSTRAK

This study aims to determine how high the learning independence of PJOK class VIII students at SMP Negeri 1 Bantul.

This research is quantitative descriptive research. The method used is survey. The population in this study were grade VIII students at SMP Negeri 1 Bantul, totaling 178 students. The sampling technique used total sampling. Data collection techniques using surveys. The instrument used a questionnaire. The data analysis technique used is descriptive statistics expressed in percentage form.

The results showed that the learning independence of PJOK class VIII students at SMP Negeri 1 Bantul was in the "very less" category of 0.00% (0 students), "less" by 56.74% (101 students), "sufficient" by 35.96% (64 students), "good" by 7.30% (13 students), and "very good" by 0.00% (0 students). The independence of learning PJOK for class VIII students at SMP Negeri 1 Bantul based on factors, namely the factor of having responsibility in the "sufficient" category 60.67% (108 students), the factor of taking the initiative category "less" 41.57% (74 students), the factor of having self-confidence category "sufficient" 49.44% (88 students), the factor of being able to overcome the problem category "less" 43.82% (78 students).

Keywords: learning independence, physical education, class VIII students

LEMBAR PERSETUJUAN

KEMANDIRIAN BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN (PJOK) PESERTA DIDIK KELAS VIII DI SMP NEGERI 1 BANTUL

TUGAS AKHIR SKRIPSI

AHMAD KHOERUDDIN
NIM 20601244065

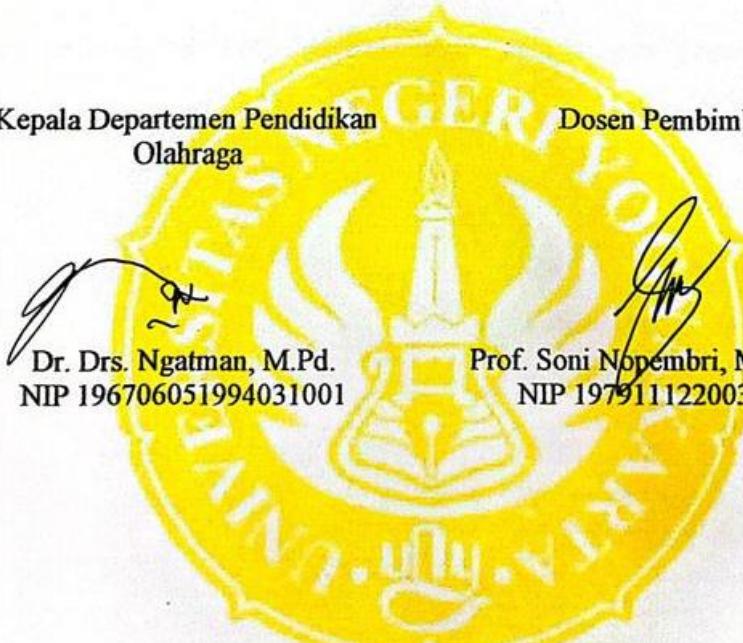
Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta
Tanggal:....19.Jun.2024.....

Kepala Departemen Pendidikan
Olahraga

Dosen Pembimbing,

Dr. Drs. Ngatman, M.Pd.
NIP 196706051994031001

Prof. Soni Nopembri, M.Pd., Ph.D.
NIP 197911122003121002



SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ahmad Khoeruddin

NIM : 20601244065

Departemen : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan

Judul TAS : Kemandirian belajar PJOK Peserta Didik Kelas VIII di
SMP Negeri 1 Bantul

Menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang
pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat-pendapat yang ditulis atau
diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan tata penulisan
karya ilmiah yang lazim.



HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN

KEMANDIRIAN BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN (PJOK) PESERTA DIDIK KELAS VIII DI SMP NEGERI 1 BANTUL

TUGAS AKHIR SKRIPSI

AHMAD KHOERUDDIN
NIM 20601244065

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta
Tanggal: 31 Juli 2024

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Prof. Soni Nopembri, M.Pd., Ph.D. (Ketua Tim Penguji)		02-08-2024
Ahmad Rithaudin, S.Pd. Jas., M.Or. (Sekretaris Tim Penguji)		08-08-2024
Dr. Tri Ani Hastuti, M.Pd. (Penguji Utama)		08-08-2024

Yogyakarta, 13 Agustus 2024.
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,
Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or.
NIP 197702182008011002 †

MOTTO

“Hatiku tenang karena mengetahui bahwa apa yang melewatkanku tidak akan pernah menjadi takdirku, dan apa yang ditakdirkan untukku tidak akan pernah melewatkanku.”

(Umar bin Khattab)

“Apapun yang menjadi takdirmu, akan mencari jalannya menemukanmu.”

(Ali bin Abi Thalib)

HALAMAN PERSEMPAHAN

Dengan mengucap rasa syukur kepada Alah SWT, saya persembahkan karya sederhana ini kepada:

1. Kedua orang tua saya, yaitu Bapak Marzuni dan Ibu Suparyanti yang sebagai motivator terbesar dalam perjalanan hidup saya yang tidak pernah jemu mendoakan dan mendampingiku dengan penuh kasih sayang serta pengorbanan dan kesabarannya dalam mengantarkanku sampai saat ini.
2. Saudara saya Muhammad Choirul Mustofa yang selalu mendoakan dan mendukung saya dalam hal apapun sehingga membuat saya semangat.
3. Teman terdekatku yang selalu ada dalam sedih maupun senang, dan memberi dukungan dalam keadaan apapun.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur senantiasa penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas kasih dan karunia-Nya, sehingga penyusunan Tugas Akhir Skripsi dapat terselesaikan dengan baik. Skripsi yang berjudul “Kemandirian belajar PJOK Peserta Didik Kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul“ ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan guna memperoleh gelar sarjana Pendidikan.

Terselesaikannya Tugas Akhir Skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan peran berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
2. Bapak Dr. Drs. Ngatman, M.Pd., selaku Kepala Departemen Pendidikan Olahraga dan selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir Skripsi beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesaiya Tugas Akhir Skripsi ini.
3. Bapak Prof. Soni Nopembri, S.Pd., M.Pd., Ph.D., selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir Skripsi yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesaiya Tugas Akhir Skripsi ini.
4. Sekretaris dan Penguji yang sudah memberikan koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap Tugas Akhir Skripsi ini.

5. Kepala Sekolah, Guru, dan Peserta Didik SMP Negeri 1 Bantul yang telah memberi ijin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
6. Teman-teman Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi selama saya kuliah, yang selalu menjadi teman setia menemani, hingga saya dapat menyelesaikan kuliah ini.
7. Teman-teman yang selalu menjadi teman dan mensupport hingga saya dapat menyelesaikan kuliah ini.
8. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan di sini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

Semoga bantuan yang telah diberikan semua pihak dapat menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan kebaikan dari Allah SWT. Penulis berharap semoga Tugas Akhir Skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkannya.

Yogyakarta, Juli 2024
Penulis,

Ahmad Khoeruddin
NIM 20601244065

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
ABSTRAK	ii
<i>ABSTRACT</i>	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN.....	v
HALAMAN PENGESAHAN.....	vi
HALAMAN MOTTO	vii
HALAMAN PERSEMAHAN	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Batasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	9
1. Hakikat Kemandirian	9
2. Hakikat Pembelajaran PJOK.....	16
3. Karakteristik Peserta Didik SMP	34
B. Hasil Penelitian yang Relevan.....	38
C. Kerangka Berpikir	41
BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	44
B. Tempat dan Waktu Penelitian	44
C. Populasi dan Sampel Penelitian	44
D. Definisi Operasional Variabel	45
E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data	46
F. Teknik Analisis Data.....	48
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	49
1. Faktor Memiliki Tanggung Jawab	51
2. Faktor Mengambil Inisiatif	52
3. Faktor Memiliki Rasa Percaya Diri.....	54
4. Faktor Mampu Mengatasi Masalah.....	55
B. Pembahasan.....	57

BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	67
B. Keterbatasan Penelitian	67
C. Implikasi.....	68
D. Saran.....	69
DAFTAR PUSTAKA.....	70
LAMPIRAN	75

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Jumlah Sampel	45
Tabel 2. Alternatif Jawaban Angket.....	46
Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen.....	47
Tabel 4. Norma Penilaian Acuan Patokan (PAP)	48
Tabel 5. Deskriptif Statistik Kemandirian Belajar PJOK Peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul	49
Tabel 6. Norma Penilaian Kemandirian Belajar PJOK Peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul	50
Tabel 7. Deskriptif Statistik Faktor Memiliki Tanggung Jawab	51
Tabel 8. Norma Penilaian Faktor Memiliki Tanggung Jawab	51
Tabel 9. Deskriptif Statistik Faktor Mengambil Inisiatif	52
Tabel 10. Norma Penilaian Faktor Mengambil Inisiatif	53
Tabel 11. Deskriptif Statistik Faktor Memiliki Rasa Percaya Diri	54
Tabel 12. Norma Penilaian Faktor Memiliki Rasa Percaya Diri.....	54
Tabel 13. Deskriptif Statistik Faktor Mampu Mengatasi Masalah	55
Tabel 14. Norma Penilaian Faktor Mampu Mengatasi Masalah.....	56

DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 1.	Bagan Kerangka Berpikir	43
Gambar 2.	Diagram Batang Kemandirian Belajar PJOK Peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul.....	50
Gambar 3.	Diagram Batang Faktor Memiliki Tanggung Jawab.....	52
Gambar 4.	Diagram Batang Faktor Mengambil Inisiatif.....	53
Gambar 5.	Diagram Batang Faktor Memiliki Rasa Percaya Diri	55
Gambar 6.	Diagram Batang Faktor Mampu Mengatasi Masalah	56

DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

Lampiran 1.	Surat Izin Penelitian	76
Lampiran 2.	Instrumen Kemandirian Belajar	77
Lampiran 3.	Data Penelitian.....	81
Lampiran 4.	Deskriptif Statistik.....	88
Lampiran 5.	Menghitung Norma Penilaian.....	91
Lampiran 6.	Dokumentasi Penelitian.....	94

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan mempunyai peran yang besar dalam pembentukan karakter bangsa Indonesia. Pendidikan tidak hanya mentransformasikan pengetahuan saja, tetapi juga mempunyai peran dalam membentuk karakter bangsa. Suardipa (2020, p. 2) mengemukakan pendapatnya bahwa dalam arti luas pendidikan menunjuk pada suatu tindakan atau pengalaman yang mempunyai pengaruh yang berhubungan dengan pertumbuhan atau perkembangan jiwa (*mind*), watak (*character*), atau kemampuan fisik (*physical ability*) individu. Pendidikan merupakan suatu bentuk wujud nyata akan usaha manusia menjadi makhluk yang beradab.

Pendidikan juga merupakan usaha masyarakat dan bangsa dalam mempersiapkan generasi mudanya bagi keberlangsungan kehidupan masyarakat dan bangsa yang lebih baik di masa depan (Elihami & Syahid, 2018, p. 79). Salah satu upaya membenahi pendidikan di Indonesia yaitu dengan adanya perubahan Kurikulum Merdeka. Kurikulum merdeka dikembangkan sebagai kerangka kurikulum yang lebih luwes serta berpusat pada materi mendasar serta mengembangkan keunikan dan kemampuan peserta didik (Rahayu dkk., 2022, p. 9). Profil Pelajar Pancasila pada Kurikulum Merdeka (2022) antara lain: (1) beriman, bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan berakhlak mulia; (2) mandiri; (3) bergotong royong; (4) berkebinaan global; (5) bernalar kritis; (6) kreatif.

Salah satu dimensi dari Profil Pancasila yang penting untuk dimiliki peserta didik yaitu kemandirian. Kemandirian merupakan kemampuan dan sikap yang memungkinkan anak untuk melakukan tugas dan aktivitas secara mandiri tanpa terlalu banyak ketergantungan pada orang dewasa (Romadhani, dkk., 2022, p. 91). Kemandirian melibatkan perkembangan keterampilan, kepercayaan diri, dan sikap yang memungkinkan anak untuk mengambil inisiatif, mengatasi tantangan, dan bertanggung jawab atas diri sendiri (Fatah & Zumrotun, 2023, p. 365). Pembelajaran yang sukses selain faktor motivasi, kemandirian belajar menjadi salah satu faktor penting perlu dipertimbangkan. Kemandirian belajar merupakan suatu faktor yang sangat penting dalam dunia pendidikan.

Kemandirian belajar sendiri diartikan sebagai sifat, kemauan, dan kemampuan peserta didik untuk melakukan kegiatan belajar aktif yang didorong oleh motivasi untuk menguasai sesuatu kompetensi yang tetah ditetapkan (Robiana & Handoko, 2020, p. 521). Kemandirian belajar mengacu pada perilaku dan kemauan dari pembelajar individu untuk berhasil dalam pembelajaran yang diikuti (Pishghadam, et al., 2023, p. 2). Seseorang yang memiliki kemandirian dalam belajar ditunjukkan dengan adanya tanggung jawab, dapat menentukan cara belajarnya sendiri dan tidak memiliki ketergantungan dengan orang lain dalam belajar (Hasibuan, et al., 2019, p. 243). Kemandirian belajar menjadi penting sebagai implementasi pelaksanaan pembelajaran, tidak terkecuali dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK).

Pembelajaran PJOK memegang peranan penting dalam pertumbuhan dan perkembangan peserta didik. Peserta didik dapat mempelajari tentang materi pembelajaran (aspek kognitif), belajar gerak (aspek psikomotor), serta kepedulian, sikap, dan tanggung jawab (aspek afektif). Pembelajaran PJOK dapat dirancang agar membuat peserta didik memiliki inisiatif, sehingga melakukan aktivitas fisik dengan gembira (Wicaksono, dkk, 2020, p. 42). PJOK dapat bersifat rekreatif karena peserta didik sudah lelah belajar di dalam kelas pada pelajaran lain yang dilakukan setelahnya atau sebelumnya. Salah satu tujuan utama dari PJOK adalah untuk mendorong motivasi terhadap subjek untuk meningkatkan prestasi akademik atau latihan latihan fisik. Dengan adanya PJOK, maka potensi diri dari seseorang akan dapat berkembang (Utami & Purnomo, 2019, p. 11).

PJOK juga salah satu mata pelajaran yang wajib diselenggarakan di sekolah-sekolah manapun, yaitu sebagai mata pelajaran pokok yang harus diikuti oleh seluruh peserta didik. Mata pelajaran ini mempunyai kekhasan tersendiri dibandingkan dengan mata pelajaran lainnya, yaitu digunakannya aktivitas gerak fisik sebagai sarana/media dalam mendidik peserta didik serta memerlukan alat dan tempat yang luas. Dominannya aktivitas gerak fisik jasmani ini bukan semata-mata untuk tujuan jangka pendek, yaitu untuk mencapai gambaran peserta didik yang terlatih fisiknya saja, tetapi lebih dari itu yang utama adalah pembentukan manusia seutuhnya, yaitu manusia seperti dideskripsikan dalam tujuan pendidikan (Ridwan & Astuti, 2021, p. 3).

Berdasarkan hasil observasi dengan beberapa peserta didik di SMP Negeri 1 Bantul permasalahan yang banyak terjadi yaitu peserta didik yang kurang mandiri dalam belajar. Hal ini dapat dilihat ketika guru memberikan tugas peserta didik masih lalai dalam mengerjakannya, sehingga peserta didik mengumpulkan tugas tidak tepat waktu. Perilaku ini dikarenakan peserta didik tidak mampu menyelesaikan tugas dan hanya menunggu jawaban dari temannya, sehingga peserta didik tidak tepat waktu dalam mengumpulkan tugas yang diberikan oleh guru. PJOK sangat kental dengan tugas-tugas praktik, namun kenyataannya peserta didik kebingungan saat mengerjakannya.

Peserta didik kurang percaya diri dalam menyelesaikan tugas dalam pembelajaran PJOK, kurangnya keterlibatan peserta didik dalam proses pembelajaran PJOK menyebabkan siswa pasif, hal ini menyebabkan siswa kurang mandiri dalam menyikapi suatu permasalahan. Berdasarkan wawancara dengan peserta didik disimpulkan bahwa peserta didik membutuhkan peran guru untuk mencontohkan secara langsung gerak yang diberikan dalam pembelajaran PJOK.

Kemandirian belajar sangat penting dan harus menjadi perhatian bagi pihak-pihak yang terkait dalam dunia pendidikan. Seperti yang diungkapkan Bungsu, dkk., (2019, p. 383) bahwa kemandirian merupakan sikap mental positif dari seorang individu untuk kenyamanan melakukan kegiatan perencanaan untuk mencapai tujuan dengan memposisikan atau mengkondisikan dirinya, sehingga dapat mengevaluasi tentang diri sendiri

dan lingkungannya. Dalam proses belajar, peserta didik tidak terus menerus menggantungkan diri kepada bantuan, pengawasan, dan pengarahan guru atau orang lain, tetapi didasarkan percaya diri dan motivasi diri untuk mencapai tujuan pembelajarannya. Kemandirian belajar ini diartikan sebagai aktivitas belajar yang berlangsung lebih didorong oleh kemauan, pilihan, dan tanggung jawab sendiri dari pembelajar (Patras, dkk., 2021, p. 70).

Kemandirian yang dimiliki peserta didik diperlukan untuk menumbuhkan rasa percaya diri yang sangat penting bagi peserta didik serta lebih cepat dalam menerima materi pembelajaran, sehingga membentuk karakter peserta didik menjadi lebih baik (Rahmat, 2021, p. 15). Pendapat Nurfadilah & Hakim (2019, p. 124) bahwa tujuan menerapkan kemandirian belajar peserta didik pada dasarnya agar peserta didik mampu menguasai sesuatu kompeten baik berupa pengetahuan maupun keterampilan untuk mengatasi suatu masalah. Peserta didik dalam mengerjakan tugas membutuhkan berbagai sumber referensi sebagai acuan dalam menjawab soal baik itu dari buku, internet, dan sebagainya. Sebagian peserta didik masih mencari sumber referensi dengan satu panduan referensi, peserta didik masih malas dalam mencari berbagai sumber referensi lain, sehingga jawaban yang ditemukan belum tepat. Hal tersebut membuat pengetahuan dan pemahaman materi pelajaran peserta didik yang belum maksimal.

Kemandirian belajar merupakan aktivitas belajar yang dilakukan oleh individu dengan kebebasannya tanpa bergantung pada bantuan orang lain sebagai suatu peningkatan dalam hal pengetahuan, keterampilan, atau

pengembangan prestasi, yang meliputi; menentukan dan mengelola sendiri bahan ajar, waktu, tempat, dan memanfaatkan berbagai sumber belajar yang diperlukan. Dengan kebebasan tersebut, individu memiliki kemampuan dalam mengelola cara belajar, memiliki rasa tanggung jawab yang tinggi, dan terampil memanfaatkan sumber belajar. Kemandirian belajar juga berguna untuk individu dapat mengatasi suatu masalah yang dibangun dengan bekal pengetahuan atau kompetensi yang telah dimiliki. Berdasarkan hal tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul **“Kemandirian Belajar PJOK Peserta Didik Kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

1. Masih ada peserta didik yang mengumpulkan tugas tidak tepat waktu.
2. Peserta didik masih kebingungan ketika diberikan tugas secara praktik mandiri.
3. Peserta didik kurang percaya diri dalam menyelesaikan tugas dalam pembelajaran PJOK.
4. Kurangnya keterlibatan peserta didik dalam proses pembelajaran PJOK menyebabkan siswa pasif, hal ini menyebabkan siswa kurang mandiri dalam menyikapi suatu permasalahan.
5. Peserta didik masih malas dalam mencari berbagai sumber referensi lain.

6. Belum diketahuinya kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul.

C. Pembatasan Masalah

Agar masalah tidak terlalu luas maka perlu adanya batasan-batasan sehingga ruang lingkup penelitian menjadi jelas. Maka masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini perlu dibatasi pada kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti yaitu: “Seberapa tinggi kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul?”

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul.

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti, penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut:

1. Secara Teoritis
 - a. Bagi Penulis; Penelitian ini akan dapat meningkatkan pengetahuan tentang kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul serta dapat mempertajam daya analisis di bidang penelitian.

- b. Bagi Pembaca; Penelitian ini dapat digunakan untuk menambah wawasan tentang kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul.
- c. Bagi Guru; Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan tentang kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul.

2. Secara Praktis

- a. Bagi Peneliti

Dapat mengembangkan dan menerapkan ilmu yang sudah didapat dalam bangku perkuliahan serta salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta.

- b. Bagi Sekolah

- 1) Memberikan informasi bagi pihak sekolah dan guru PJOK mengenai kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul.

- 2) Data yang diperoleh untuk pengembangan dan evaluasi.

- c. Bagi Universitas Negeri Yogyakarta

- 1) Penelitian ini akan dijadikan sumbangan ilmu bagi FIKK dan mahasiswa didik Universitas Negeri Yogyakarta secara umum.

- 2) Penelitian ini dijadikan bahan referensi dan acuan peneliti berikutnya mengenai kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Hakikat Kemandirian

a. Pengertian Kemandirian

Kata “mandiri” diambil dari dua istilah yang pengertiannya sering disejajarkan silih berganti yaitu *autonomy* dan *independence*, karena perbedaan sangat tipis dari kedua istilah tersebut. *Independence* dalam arti kebebasan secara umum menunjuk kepada kemampuan individu melakukan sendiri aktivitas hidup, tanpa menggantungkan bantuan orang lain (Sutama, dkk., 2019, p. 7). Perilaku mandiri adalah sebagai tanda dari kematangan, dan berarti juga sebagai pendorong perilaku sosial dan mandiri belajar merupakan konformitas khusus, yang berarti suatu konformitas terhadap kelompok yang terinternalisasi (Jaenudin & Sahroni, 2021, p. 12). Secara hakiki, perkembangan kemandirian belajar individu sesungguhnya merupakan perkembangan hakikat ekstensial manusia (Sulistianah & Tohir, 2020, p. 179).

Istilah “kemandirian” menunjukkan adanya kepercayaan akan kemampuan diri untuk menyelesaikan masalahnya tanpa bantuan khusus dari orang lain dan keengganan untuk dikontrol orang lain. Individu yang mandiri sebagai individu yang dapat berdiri sendiri, dapat menyelesaikan masalah-masalah yang dihadapinya, mampu

mengambil keputusan sendiri, mempunyai inisiatif dan kreatif, tanpa mengabaikan lingkungan dimana ia berada. Di samping kepercayaan akan kemampuan diri, dalam kemandirian juga ada unsur ketegasan diri dalam bentuk kebutuhan untuk menguasai tugas-tugas yang diberikan (Handari, 2022, p. 40).

Kemandirian merupakan salah satu ciri kematangan yang memungkinkan anak berfungsi otonom dan berusaha ke arah prestasi pribadi dan tercapainya suatu tujuan. Kemandirian belajar diartikan sebagai suatu proses pembelajaran dalam diri seseorang dalam mencapai tujuan tertentu yang dituntut aktif secara individu atau tidak bergantung kepada orang lain termasuk guru (Nurfadilah & Hakim., 2019, p. 1214). Kemandirian yang dimiliki peserta didik yaitu untuk menumbuhkan rasa percaya diri yang sangat penting bagi peserta didik, serta lebih cepat dalam menerima materi pembelajaran, sehingga membentuk karakter peserta didik menjadi lebih baik (Murzanita, 2019, p. 65).

Kemandirian merupakan kemampuan dan sikap yang memungkinkan anak untuk melakukan tugas dan aktivitas secara mandiri tanpa terlalu banyak ketergantungan pada orang dewasa (Sari & Rasyidah, 2020). Kemandirian melibatkan perkembangan keterampilan, kepercayaan diri, dan sikap yang memungkinkan anak untuk mengambil inisiatif, mengatasi tantangan, dan bertanggung jawab atas diri mereka sendiri (Mayasari dkk., 2020). Pangastuti,

dkk., (2020) juga menjelaskan bahwa kemandirian merupakan suatu keadaaan dimana seseorang dalam kehidupannya mampu memutuskan maupun melakukan sesuatu tanpa bantuan orang lain.

Pada pembelajaran yang sukses selain faktor motivasi, kemandirian belajar menjadi salah satu faktor penting perlu dipertimbangkan. Kemandirian belajar sendiri diartikan sebagai sifat, kemauan, dan kemampuan peserta didik untuk melakukan kegiatan belajar aktif yang didorong oleh motivasi untuk menguasai sesuatu kompetensi yang telah ditetapkan (Robiana & Handoko, 2020, p. 521). Kemandirian belajar mengacu pada perilaku dan kemauan dari pembelajar individu untuk berhasil dalam pembelajaran yang diikuti (Pishghadam, et al., 2023, p. 2).

Kemandirian belajar menjadi penting sebagai implementasi pelaksanaan pembelajaran. Seseorang yang memiliki kemandirian dalam belajar ditunjukkan dengan adanya tanggung jawab, dapat menentukan cara belajarnya sendiri dan tidak memiliki ketergantungan dengan orang lain dalam belajar (Hasibuan, et al., 2019, p. 243). Kemandirian belajar dapat berarti karakter yang dimiliki oleh peserta didik seperti rasa tanggung jawab atas proses belajar dan berinisiatif dalam menyelesaikan permasalahan serta karakteristik yang dimiliki guna memenuhi kebutuhan dalam mencapai tujuan belajar yang diinginkan (Widiyanti & Setiyawati, 2022, p. 10).

Berdasarkan beberapa pendapat yang telah dipaparkan di atas, dapat disimpulkan bahwa kemandirian belajar mahasiswa adalah kemampuan peserta didik dalam belajar yang didasarkan pada rasa tanggung jawab, percaya diri, inisiatif dan motivasi sendiri dengan atau tanpa bantuan orang lain yang relevan untuk menguasai kompetensi tertentu, baik dalam aspek pengetahuan, keterampilan, amupun sikap yang dapat digunakan untuk memecahkan masalah belajar dan memperoleh prestasi akademik yang memuaskan.

b. Ciri-Ciri Perilaku Mandiri

Keadaan yang terdapat pada kemandirian belajar dapat diperjelas dengan mengetahui ciri-ciri belajar mandiri. Guru juga menanamkan kemandirian bagi anak-anak menciptakan peluang bagi anak-anak membiasakan diri memecahkan masalah dalam kehidupan sehari-hari anak mandiri seperti dalam permainan dan perlindungan mainan yang dipinjam dari teman, lalu anak mengembalikannya, Anak-anak mulai mandiri dalam bekerja tugas belajar anak juga bersifat mandiri pengembalian barang yang diambil dan letakkan kembali di tempatnya (Silranti & Yaswinda, 2019, p. 39). Salah satu ciri kemandirian anak adalah memiliki kecenderungan dan kemampuan untuk memecahkan masalah dari pada khawatir tentang kesulitan.

Seorang anak mandiri tidak takut mengambil resiko karena sudah mempertimbangkan hasilnya sebelum melakukannya. Anak-

anak mandiri percaya pada penilaian sendiri, Jadi sedikit bertanya dan sedikit meminta bantuan. Anak-anak mandiri memiliki kontrol lebih besar atas hidup mereka (Alhq, dkk., 2020, p. 14). Nasution (2018, p. 2) menyatakan bahwa kemandirian memiliki ciri-ciri sebagai berikut: jalan secara fisik mampu bekerja sendiri, secara mental mampu berpikir sendiri, mampu mengungkapkan ide secara kreatif mudah dimengerti, dan emosional tentang apa yang mereka lakukan untuk bertanggung jawab terhadap diri sendiri.

Mulyadi & Syahid (2020, p. 197) menyatakan ciri-ciri kemandirian yaitu, (1) tidak bergantung pada orang lain, (2) memiliki sifat tanggung jawab, (3) percaya diri, (4) disiplin, (5) berperilaku berdasarkan inisiatif sendiri, dan (6) melakukan kontrol diri. Peserta didik yang mandiri termotivasi untuk mempelajari sesuatu dengan cara mereka sendiri tanpa meminta bantuan orang lain. *Autonomous learning* adalah pembelajaran yang termotivasi dan terarah yang didorong oleh motif untuk mengelola kompetensi yang sudah ada sebelumnya. Kebiasaan tidak memerlukan fungsi refleks yang cukup tinggi, karena kebiasaan bukanlah hasil pendewasaan tetapi merupakan hasil dan hasil dari pengalaman atau pembelajaran. Dengan kebiasaan baik yang dilakukan setiap hari, anak akan terbiasa melakukan kemandirian (Altemueller & Lindquist, 2017).

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri kemandirian belajar yaitu (1) tidak bergantung pada orang lain, (2) memiliki sifat tanggung jawab, (3) percaya diri, (4) disiplin, (5) berperilaku berdasarkan inisiatif sendiri, dan (6) melakukan kontrol diri.

c. Indikator Perilaku Mandiri

Beberapa indikator untuk mengukur kemandirian belajar peserta didik yang diuraikan Wahyuni & Nurhayati (2019, p. 77) yaitu: (1) inisiatif belajar; (2) mendiagnosa kebutuhan belajar; (3) menetapkan target atau tujuan belajar; (4) memonitor, mengatur dan mengontrol; (5) memandang kesulitan sebagai tantangan; (6) memanfaatkan dan mencari sumber yang relevan; (7) memilih dan menerapkan strategi belajar; (8) mengevaluasi proses dan hasil belajar; (9) *self efficacy* (konsep diri).

Ansori & Herdiman (2019, p. 11) menjelaskan indikator kemandirian belajar, diantaranya: (1) tidak tergantung terhadap orang lain, (2) kepercayaan diri, (3) berperilaku disiplin, (4) memiliki inisiatif sendiri, (5) memiliki rasa tanggung jawab, dan (6) kontrol diri. Kurnia, dkk., (2018, p. 60) menyatakan bahwa kemandirian belajar peserta didik adalah kebebasan untuk belajar dengan kemampuan peserta didik untuk mengatur sendiri kegiatan belajarnya, atas inisiatifnya sendiri serta secara bertanggung jawab, tanpa selalu tergantung pada orang lain. Adapun indikator

kemandirian belajar yaitu: (a) menetapkan tujuan belajar; (b) menganalisis kebutuhan belajar; (c) merencanakan dan mengatur belajar; (d) memandang kesulitan sebagai tantangan; dan (e) *self Efficacy* / kemampuan diri.

Indikator kemandirian belajar menurut Mayasari & Rosyana (2019, p. 83) adalah suatu sikap yang dimiliki peserta didik yang berkarakteristik berinisiatif dalam belajar, mendiagnosis kebutuhan belajar, menetapkan tujuan belajar, memonitor, mengatur dan mengontrol kinerja atau belajar, memandang kesulitan sebagai tantangan, mencari dan memanfaatkan sumber belajar yang relevan, memilih dan menetapkan strategi dalam belajar, mengevaluasi proses dan hasil belajar, serta *self-concept* (konsep diri).

Rofi, dkk., (2022, p. 24) menjelaskan indikator dari kemandirian belajar peserta didik, yaitu: (1) kemampuan merencanakan yang ditandai dengan menetapkan tujuan pembelajaran dan cara belajar; (2) tanggung jawab yang ditandai dengan memiliki ketekunan dan berani memecahkan masalah; (3) mengelola diri yang ditandai dengan dapat menilai sendiri dengan apa yang dicapai dan dalam belajar tidak bergantung dengan orang lain; (4) inisiatif yang ditandai dengan memilih sumber belajar sendiri dan membuat jadwal belajar sendiri.

Handayani & Ariyanti (2021, p. 7) menjelaskan indikator kemandirian belajar, terdiri dari: (1) percaya diri, (2) aktif dalam

belajar, (3) disiplin dalam belajar, (4) tanggungjawab dalam belajar.

Indikator kemandirian menurut Aulia, dkk., (2019: 74) terdiri atas:

(1) tujuan belajar, (2) sumber belajar, (3) strategi belajar, (4) monitor belajar, (5) pemantauan hasil, (6) refleksi diri, (7) evaluasi hasil, (8) kesimpulan. Menurut Surya (2022), indikator kemandirian belajar meliputi: Memiliki rasa tanggung jawab dan tidak bergantung pada orang lain. Ada rasa ingin tahu yang besar. Memiliki sikap percaya diri.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa indikator kemandirian belajar yaitu 1) inisiatif belajar, 2) mendiagnosa kebutuhan belajar, 3) menetapkan target dan tujuan belajar, 4) memonitor, mengatur dan mengontrol kemajuan belajar, 5) memandang kesulitan sebagai tantangan, 6) memanfaatkan dan mencari sumber yang relevan, 7) memilih dan menerapkan strategi belajar, 8) mengevaluasi proses dan hasil belajar, dan 9) memiliki *self efficacy/* konsep diri/ kemampuan diri. Indikator tersebut akan digunakan untuk menyusun instrumen kemandirian dalam penelitian ini.

2. Hakikat Pembelajaran PJOK

a. Pengertian Pembelajaran

Pembelajaran merupakan aktivitas yang paling utama dalam kegiatan belajar mengajar. Haryanto (2020, p. 18) menyatakan bahwa pembelajaran secara luas didefinisikan sebagai sembarang

proses dalam diri organisme hidup yang mengarah pada perubahan kapasitas secara permanen, yang bukan semata disebabkan oleh penuaan atau kematangan biologis. Dengan demikian, konsep pembelajaran ini bisa diterapkan kepada semua makhluk yang bisa berkembang dan mengembangkan dirinya melalui sebuah proses adaptasi dengan lingkungan di sekitarnya. Proses adaptasi inilah yang sebenarnya mengandung proses pembelajaran.

Haryanto (2020, p. 21) menggambarkan proses interaksi internal sebagai panah ganda vertikal antara lingkungan, sebagai landasan atau basis umum dan karenanya bertempat di dasar, dan individu sebagai pembelajar spesifik dan karenanya bertempat di puncak. Selanjutnya, menambahkan proses akuisisi psikologis sebagai panah ganda lainnya, yang merupakan proses internal dalam diri pembelajar dan dengan begitu harus bertempat di puncak proses interaksi. Lebih jauh, proses tersebut dijalankan oleh saling pengaruh memengaruhi yang terintegrasi antara dua fungsi psikologis yang sepadan dalam setiap pembelajaran, yakni fungsi pengelolaan isi pembelajaran dan fungsi insentif berupa pengerahan dan pengarahan energi mental yang diperlukan. Dengan begitu, panah ganda proses akuisisi ditempatkan secara horizontal di puncak proses interaksi dan di antara tiang isi dan insentif. Dalam hal ini, harus ditekankan bahwa panah ganda menandakan bahwa kedua fungsi ini selalu terlibat dan biasanya dengan cara saling terintegrasi.

Proses pembelajaran itu merupakan interaksi antara lingkungan dengan diri pribadi pembelajar. Interaksi inilah yang akan menghasilkan sebuah pemahaman dalam diri pembelajar tentang hakikat dirinya dengan lingkungan. Tanpa ada pembelajaran, tidak akan terbentuk pemahaman akan kesadaran dirinya terhadap lingkungan. Dengan adanya pembelajaran dalam rangka interaksi individu dengan lingkungan akan terbentuk suatu perilaku tertentu. Karena itulah, belajar merupakan suatu proses yang memperantara perilaku. Belajar adalah sesuatu yang terjadi sebagai hasil atau akibat dari pengalaman dan mendahului perubahan perilaku. Dengan demikian, dalam hal ini belajar ditempatkan sebagai variabel pengintervensi atau variabel perantara. Variabel perantara ini adalah proses teoretis yang diasumsikan terjadi di antara stimuli dan respons yang diamati. Variabel independen (variabel bebas) menyebabkan perubahan dalam variabel perantara (proses belajar), yang pada gilirannya akan menimbulkan perubahan dalam variabel dependen (variabel terikat). Variabel terikat inilah yang dinamakan dengan terwujudnya sebuah perilaku (Haryanto, 2020, p. 21)

Pembelajaran merupakan suatu proses perubahan tingkah laku dalam berbagai aspek kepribadian yang diperoleh melalui tahapan latihan dan pengalaman dalam suatu lingkungan pembelajaran. Pembelajaran sendiri merupakan proses interaksi antara peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar, sehingga

diperoleh ilmu dan pengetahuan, penguasaan keahlian serta pembentukan sikap positif peserta didik. Pembelajaran adalah proses yang terjadi karena interaksi seseorang dengan lingkungannya yang akan menghasilkan suatu perubahan tingkah laku pada berbagai aspek diantaranya pengetahuan, sikap dan keterampilan. Dalam setiap pembelajaran terdapat tujuan yang hendak dicapai. Apabila tujuan tersebut sudah dapat dicapai maka dapat dikatakan bahwa proses pembelajarannya berhasil, dengan kata lain tujuan pembelajaran merupakan tolak ukur dari keberhasilan pembelajaran tersebut (Hidayat & Syam, 2020, p. 93).

Pembelajaran merupakan kegiatan belajar mengajar, sehingga proses pembelajaran sangat saling membutuhkan, guru membutuhkan peserta didik dan peserta didik sangat membutuhkan peran guru (Wicaksono, dkk., 2020, p. 42), namun seharusnya bantuan guru harus semakin dikurangi karena tujuannya adalah meningkatkan ke aktifan peserta didik bukan guru yang menjadi semakin aktif, dengan hal ini seharusnya pembelajaran yang tadinya satu arah (guru-peserta didik) menjadi dua arah (guru-peserta didik dan peserta didik-guru). Djamarudin & Wardana (2019, p. 14) menjelaskan bahwa pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Pembelajaran merupakan bantuan yang diberikan pendidik agar dapat terjadi proses pemerolehan ilmu dan pengetahuan,

penguasaan kemahiran dan tabiat, serta pembentukan sikap dan kepercayaan pada peserta didik. Dengan kata lain, pembelajaran adalah proses untuk membantu peserta didik agar dapat belajar dengan baik.

Akhiruddin, dkk., (2020, p. 12) menjelaskan bahwa pembelajaran adalah suatu usaha yang sengaja melibatkan dan menggunakan pengetahuan profesional yang dimiliki guru untuk mencapai tujuan kurikulum. Pembelajaran ini adalah suatu sistem yang bertujuan untuk membantu proses belajar peserta didik, yang berisi serangkaian peristiwa yang dirancang, disusun sedemikian rupa untuk mempengaruhi dan mendukung terjadinya proses belajar peserta didik yang bersifat internal.

Berdasarkan pengertian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa pembelajaran adalah usaha sadar dari guru untuk membuat peserta didik belajar, yaitu terjadinya perubahan tingkah laku pada diri peserta didik yang belajar, di mana perubahan itu dengan didapatkannya kemampuan baru yang berlaku dalam waktu yang relatif lama dan karena adanya usaha.

b. Hakikat Pembelajaran PJOK

Salah satu mata pelajaran yang diajarkan di sekolah adalah Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK). Mata pelajaran PJOK disampaikan pada semua jenjang pendidikan, mulai dari Sekolah Dasar (SD) sampai Sekolah Menengah Atas (SMA)

atau Sekolah Menengah Kejuruan (SMK), Madrasah Aliyah (MA), dan Madrasah Aliyah Kejuruan (MAK) (Sridadi, dkk., 2020, p. 192).

PJOK merupakan mata pelajaran yang melibatkan aktivitas fisik dan pembiasaan pola hidup sehat, sehingga dapat merangsang pertumbuhan jasmani, kesehatan, dan kesegaran jasmani, kemampuan dan keterampilan serta perkembangan individu yang seimbang.

PJOK pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan secara menyeluruh dalam kualitas individu, yang mencakup fisik, mental, serta emosional. PJOK memperlakukan anak sebagai suatu kesatuan utuh, makhluk total, daripada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya (Ridwan & Astuti, 2021, p. 3). PJOK merupakan salah satu mata pelajaran yang wajib diselenggarakan di sekolah-sekolah manapun, yaitu sebagai mata pelajaran pokok yang harus diikuti oleh seluruh peserta didik. Mata pelajaran ini mempunyai kekhasan tersendiri dibandingkan dengan mata pelajaran lainnya, yaitu digunakannya aktivitas gerak fisik sebagai sarana/media dalam mendidik peserta didik serta memerlukan alat dan tempat yang luas (Pratiwi & Asri, 2020, p. 3).

Hakikatnya, sebuah pendidikan yang mengedepankan jasmani merupakan suatu bidang kajian ilmu yang tidak terbatas hanya pada satu aspek saja. Meski terfokus pada kegiatan aktivitas

peningkatan pada gerak manusia, namun lebih terarah lagi, PJOK berkaitan dengan hubungan antara gerak manusia dan wilayah pendidikan lainnya seperti hubungan antara perkembangan tubuh atau fisik dengan pikiran dan jiwanya. Fokusnya pada pengaruh perkembangan fisik terhadap wilayah pertumbuhan dan perkembangan aspek lain dari manusia itulah yang menjadikannya unik. Tidak ada bidang tunggal lainnya seperti PJOK yang berkepentingan dengan perkembangan total manusia (Ridwan & Astuti, 2021, p. 3).

PJOK bukan hanya merupakan bagian penting bagi kehidupan manusia saja. PJOK juga merupakan bagian penting dari proses pendidikan. Artinya, melalui PJOK yang diarahkan dengan baik, anak akan mengembangkan keterampilan yang berguna bagi pengisian waktu senggang, terlibat dalam aktivitas yang kondusif untuk mengembangkan hidup sehat, berkembang secara sosial, dan menyumbang pada kesehatan fisik dan mentalnya (Kustiawan, dkk., 2020, p. 29). PJOK pada dasarnya merupakan pendidikan melalui aktivitas jasmani yang dijadikan sebagai media untuk mencapai perkembangan individu secara menyeluruh (Hastuti, dkk., 2020, p. 168).

PJOK juga salah satu mata pelajaran yang wajib diselenggarakan di sekolah-sekolah manapun, yaitu sebagai mata pelajaran pokok yang harus diikuti oleh seluruh peserta didik. Mata

pelajaran ini mempunyai kekhasan tersendiri dibandingkan dengan mata pelajaran lainnya, yaitu digunakannya aktivitas gerak fisik sebagai sarana/media dalam mendidik peserta didik serta memerlukan alat dan tempat yang luas. Dominannya aktivitas gerak fisik jasmani ini bukan semata-mata untuk tujuan jangka pendek, yaitu untuk mencapai gambaran peserta didik yang terlatih fisiknya saja, tetapi lebih dari itu yang utama adalah pembentukan manusia seutuhnya, yaitu manusia seperti dideskripsikan dalam tujuan pendidikan (Ridwan & Astuti, 2021, p. 3).

Pada hakikatnya PJOK adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, dan emosional. PJOK memiliki tujuan yang bersifat menyeluruh yang mencakup aspek fisik, kognitif, afektif, emosional, sosial, dan moral. PJOK merupakan suatu proses interaksi antara peserta didik dan lingkungan yang dikelola melalui PJOK secara sistematik untuk membentuk manusia seutuhnya, yaitu untuk mengembangkan aspek *physical, psychomotor, cognitif*, dan aspek affektif (Komarudin, 2016, p. 14).

PJOK merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan yang memiliki peranan dalam membina pertumbuhan fisik, pengembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penghayatan nilai-nilai serta pembentukan pola hidup yang sehat.

Tujuan PJOK juga mempertimbangkan adanya tujuan pembelajaran, kemampuan peserta didik, metode pembelajaran, materi, sarana dan prasarana, serta aktivitas pembelajaran. Materi dalam PJOK mempunyai beberapa aspek di antaranya aspek permainan dan olahraga, aspek pengembangan, aspek uji diri/senam, aspek ritmik, aspek akuatik, aspek pendidikan luar kelas, dan aspek kesehatan (Kurniawan & Suharjana, 2018, p. 51).

PJOK mengandung makna pendidikan menggunakan aktivitas jasmani untuk menghasilkan peningkatan secara menyeluruh terhadap kualitas fisik, mental, dan emosional peserta didik. Kata aktivitas jasmani mengandung makna pembelajaran adalah berbasis aktivitas fisik. Kata olahraga mengandung makna aktivitas jasmani yang dilakukan dengan tujuan untuk memelihara kesehatan dan memperkuat otot-otot tubuh. Kegiatan ini dapat dilakukan sebagai kegiatan yang menghibur, menyenangkan atau juga dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan prestasi. Sementara kualitas fisik, mental dan emosional disini bermakna, pembelajaran PJOK membuat peserta didik memiliki kesehatan yang baik, kemampuan fisik, memiliki pemahaman yang benar, memiliki sikap yang baik tentang aktivitas fisik, sehingga sepanjang hidupnya mereka akan memiliki gaya hidup sehat dan aktif (Mustafa & Dwiyogo, 2020, p. 423).

Mata pelajaran PJOK pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berpikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani dan olahraga (Iswanto, 2017, p. 79). PJOK adalah mata pelajaran yang proses pembelajarannya lebih dominan dilaksanakan di luar kelas, sehingga anak akan lebih mudah untuk mempelajari banyak hal di lingkungannya, karena pada dasarnya tujuan penjas tidak hanya mengembangkan kemampuan motorik anak saja melainkan juga mengembangkan aspek kognitif dan afektif (Kusriyanti & Sukoco, 2020, p. 35).

PJOK menekankan pada keterampilan motorik dan aktivitas fisik sebagai ekspresi diri, dengan aktivitas fisik atau aktivitas gerak sejauh ini untuk tujuan, pengambilan keputusan dan sebagainya serta dapat dimofifikasi dalam pembelajaran. PJOK merupakan proses pendidikan seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematik melalui berbagai kegiatan jasmani untuk memperoleh pertumbuhan jasmani, kesehatan jasmani dan kesegaran jasmani, kemampuan dan keterampilan, kecerdasan serta perkembangan watak dan kepribadian dalam rangka pembentukan individu Indonesia yang berkualitas. Pada hakekatnya PJOK adalah proses pendidikan yang

memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan *holistic* dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional (Wicaksono, dkk, 2020, p. 42).

PJOK merupakan mata pelajaran yang penting, karena membantu mengembangkan peserta didik sebagai individu dan makhluk sosial agar tumbuh dan berkembang secara wajar. Hal ini dikarenakan pelaksanaannya mengutamakan aktivitas jasmani khususnya olahraga dan kebiasaan hidup sehat. Salah satu tujuan utama dari PJOK adalah untuk mendorong motivasi terhadap subjek untuk meningkatkan prestasi akademik atau latihan latihan fisik. Dengan adanya PJOK, maka potensi diri dari seseorang akan dapat berkembang (Utami & Purnomo, 2019, p. 11).

PJOK merupakan bagian penting dalam sistem pendidikan di Indonesia, sehingga terintegrasi dengan sistem pendidikan secara umum. Pendidikan Jasmani mewujudkan tujuan pendidikan melalui aktivitas jasmani atau fisik, sehingga bukan hanya mengembangkan aspek jasmani saja melainkan juga mengembangkan aspek kognitif yang meliputi kemampuan berpikir kritis dan penalaran serta aspek afektif yang meliputi keterampilan sosial, karakter diri seperti kepedulian dan kemampuan kerjasama. Ini berarti bahwa pendidikan jasmani tidak hanya membentuk insan Indonesia sehat namun juga cerdas dan berkepribadian atau berkarakter dengan harapan akan lahir generasi bangsa yang tumbuh dan berkembang dengan karakter

yang memiliki moral berdasarkan nilai-nilai luhur bangsa dan agama (Triansyah, dkk., 2020, p. 146).

Pembelajaran PJOK di sekolah memiliki peranan yang sangat penting, di mana peserta didik diberikan kesempatan untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar. Keterampilan anak dalam bermain juga merupakan gerak dasar dalam pembinaan olahraga, maka pembelajaran atletik penting untuk diajarkan kepada peserta didik yang disesuaikan dengan karakteristik peserta didik tersebut. Tujuan dari PJOK merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional-sportivitas-spiritual-sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang (Sumarsono, dkk., 2019, p. 2).

Berdasarkan beberapa definisi di atas, maka dapat disimpulkan bahwa PJOK adalah suatu bagian dari pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan hidup sehat untuk pertumbuhan dan pengembangan jasmani, mental, sosial, dan emosional yang serasi selaras dan seimbang.

c. Tujuan Pembelajaran PJOK

Pada dasarnya konsep PJOK merupakan bagian penting dari proses pendidikan, artinya PJOK bukan hanya dekorasi atau

ornamen pelengkap yang ditempel pada program sekolah sebagai alat untuk menambah kegiatan pada anak didik saja. Lebih dari itu, PJOK adalah bagian penting dari pendidikan itu sendiri dan semestinya dapat terlaksana dengan acuan dan standar yang jelas sehingga dapat memacu keterampilan pada anak didik sebagaimana materi pembelajaran yang lainnya pada kurikulum di sekolah. PJOK yang diatur dan dilaksanakan dengan baik, maka anak-anak dapat mengembangkan keterampilan yang bermanfaat pada kegiatan di waktu senggangnya, dengan keterlibatan dalam aktivitas yang kondusif dan produktif untuk mengembangkan gaya hidup sehat, berkembang secara sosial, serta menyumbang pada kesehatan fisik dan mentalnya (Ridwan & Astuti, 2021, p. 2).

Pembelajaran PJOK tidak hanya berkontribusi pada perkembangan fisik peserta didik, tetapi juga membantu untuk meningkatkan kepercayaan diri sekaligus mengurangi stres dan kecemasan. PJOK berkontribusi pada sosialisasi individu dengan kepercayaan diri kelompok. Karena strukturnya, PJOK tentu saja mencakup banyak kegiatan di mana peserta didik berinteraksi satu sama lain. Kegiatan-kegiatan ini membuka jalan bagi peserta didik untuk bersenang-senang satu sama lain dan berkumpul. Telah diketahui bahwa kegiatan aktivitas fisik memiliki efek positif positif terhadap perkembangan hubungan teman sebaya (Uğraş & Özen, 2020, p. 48).

Tujuan PJOK hampir sama halnya dengan, pengertian pendidikan jasmani, tujuan PJOK pun ering dituturkan dalam redaksi yang beragam. Namun, keragaman tujuan penuturan tujuan PJOK tersebut pada dasarnya bermuara pada pengertian PJOK itu sendiri. Oleh karena itu, tujuan yang ingin dicapai melalui PJOK pun mencakup pengembangan individu secara menyeluruh. Artinya, cakupan PJOK tidak hanya terfokus pada aspek fisik saja, melainkan juga aspek mental, emosional, sosial dan spiritual. Pratiwi & Oktaviani (2018, p. 5) menyatakan bahwa secara umum tujuan PJOK dapat diklasifikasikan ke dalam empat kategori, yaitu:

- 1) Perkembangan fisik. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan aktivitas-aktivitas yang melibatkan kekuatan fisik dari berbagai organ tubuh seseorang (*physical fitness*).
- 2) Perkembangan gerak. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan untuk melakukan gerak secara efektif, efisien, halus, indah, dan sempurna (*skillfull*).
- 3) Perkembangan mental. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan berpikir dan menginterpretasikan keseluruhan pengetahuan tentang PJOK ke dalam lingkungannya, sehingga memungkinkan tumbuh dan berkembangnya pengetahuan, sikap, dan tanggung jawab peserta didik.

4) Perkembangan sosial. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan peserta didik dalam menyesuaikan diri pada suatu kelompok atau masyarakat.

Tujuan dari PJOK adalah untuk meningkatkan taraf kesehatan anak yang baik dan tidak bisa disangkal pula ada yang mengatakan bahwa tujuan pendidikan jasmani adalah untuk meningkatkan kebugaran jasmani. Dengan demikian proses pembelajaran PJOK dapat membentuk karakter yang kuat untuk peserta didik, baik fisik, mental maupun sosial, sehingga di kemudian hari diharapkan peserta didik memiliki budi pekerti yang baik, bermoral, serta mandiri dan bertanggung jawab (Mahardhika, dkk., 2018, p. 12).

Pendapat Muzakki (2022, p. 8) bahwa PJOK penting untuk perkembangan mental, fisik, sosial, emosional dan moral individu. Dalam pembelajaran yang dibentuk sesuai dengan kebutuhan peserta didik, aktivitas individu berdasarkan tujuan dan hasil individu ditekankan. Dengan aktivitas yang ditawarkan oleh ruang terbuka dan di mana permainan itu penting, peserta didik diharapkan untuk melampaui dirinya sendiri daripada perlombaan kinerja antar individu. Kegiatan dengan kata lain adalah untuk pengembangan individu. Mendefinisikan konsep PJOK menurut pandangan eksistensial; peserta didik memiliki kebebasan untuk memilih berbagai kegiatan dalam program. Kegiatan individu harus

memastikan bahwa peserta didik menjadi sadar akan realitas mereka dan mengambil tanggung jawab.

PJOK bertujuan agar peserta didik memiliki kemampuan mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani, pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar, dan banyak lagi tujuan lainnya. Muzakki (2022, p. 12) menyatakan bahwa secara sederhana, PJOK memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk:

- 1) Mengembangkan pengetahuan dan keterampilan yang berkaitan dengan aktivitas jasmani, perkembangan estetika, dan perkembangan sosial.
- 2) Mengembangkan kepercayaan diri dan kemampuan untuk menguasai keterampilan gerak dasar yang akan mendorong partisipasinya dalam aneka aktivitas jasmani.
- 3) Memperoleh dan mempertahankan derajat kebugaran jasmani yang optimal untuk melaksanakan tugas sehari-hari secara efisien dan terkendali.
- 4) Mengembangkan nilai-nilai pribadi melalui partisipasi dalam aktivitas jasmani baik secara kelompok maupun perorangan.
- 5) Berpartisipasi dalam aktivitas jasmani yang dapat mengembangkan keterampilan sosial yang memungkinkan

peserta didik berfungsi secara efektif dalam hubungan antar orang.

- 6) Menikmati kesenangan dan keriangan melalui aktivitas jasmani, termasuk permainan olahraga.

Secara umum tujuan PJOK dapat diklasifikasikan ke dalam empat kategori, yaitu: (1) Perkembangan fisik, (2) Perkembangan gerak, (3) Perkembangan mental, dan (4) perkembangan social. Perkembangan fisik, tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan aktivitas-aktivitas yang melibatkan kekuatan fisik dari berbagai organ tubuh seseorang (*physical fitness*). Perkembangan gerak, tujuan ini berhubungan dengan kemampuan untuk melakukan gerak secara efektif, efisien, halus, indah dan sempurna (*skillfull*). Perkembangan mental, tujuan ini berhubungan dengan kemampuan berpikir dan menginterpretasikan keseluruhan pengetahuan tentang PJOK ke dalam lingkungannya, sehingga memungkinkan tumbuh dan berkembangnya pengetahuan, sikap dan tanggung jawab peserta didik. Perkembangan sosial, tujuan ini berhubungan dengan kemampuan peserta didik dalam menyesuaikan diri pada suatu kelompok atau masyarakat (Pratiwi & Asri, 2020, p. 4).

Purwanto & Susanto (2019, p. 7) menyatakan PJOK dilaksanakan melalui media fisikal, yaitu: beberapa aktivitas fisikal atau beberapa tipe gerakan tubuh. Meskipun para peserta didik mendapat keuntungan dari proses aktivitas fisikal ini, tetapi

keuntungan bagi peserta didik tidak selalu harus berupa fisikal, non-fisikal pun bisa diraih seperti: perkembangan intelektual, sosial, dan estetika, seperti juga perkembangan kognitif dan afektif. Secara utuh, pemahaman yang harus ditangkap adalah: PJOK menggunakan media fisikal untuk mengembangkan kesejahteraan total setiap orang. Karakteristik PJOK seperti ini tidak terdapat pada mata pelajaran lain, karena hasil kependidikan dari pengalaman belajar fisikal tidak terbatas hanya pada perkembangan tubuh saja. Konteks melalui aktivitas jasmani yang dimaksud adalah konteks yang utuh menyangkut semua dimensi tentang manusia, seperti halnya hubungan tubuh dan pikiran. Tentu, PJOK tidak hanya menyebabkan seseorang terdidik fisiknya, tetapi juga semua aspek yang terkait dengan kesejahteraan total manusia, seperti yang dimaksud dengan konsep “kebugaran jasmani sepanjang hayat”. Seperti diketahui, dimensi hubungan tubuh dan pikiran menekankan pada tiga domain pendidikan, yaitu: psikomotor, afektif, dan kognitif.

Lebih lanjut dijelaskan bahwa tujuan PJOK yang ingin diharapkan bersifat menyeluruh, meliputi aspek fisik, intelektual, emosional, sosial, dan moral. Di samping itu terdapat pula tujuan untuk pembinaan kesehatan dan kesadaran tentang lingkungan hidup. Beberapa tujuan PJOK yang lain yang bisa dirangkum antara lain:

- 1) Meletakkan landasan karakter yang kuat melalui internalisasi nilai dalam PJOK.

- 2) Membangun landasan kepribadian yang kuat, sikap cinta damai, sikap sosial dan toleransi dalam konteks kemajemukan budaya, etnis, dan agama.
- 3) Menumbuhkan kemampuan berpikir kritis melalui tugas-tugas pembelajaran PJOK.
- 4) Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri, dan demokratis melalui aktivitas jasmani.
- 5) Mengembangkan keterampilan gerak dan keterampilan teknik serta strategi berbagai permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, senam, aktivitas ritmik, akuatik (aktivitas air) dan pendidikan luar kelas (*outdoor education*).
- 6) Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani
- 7) Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain.
- 8) Mengetahui dan memahami konsep aktivitas jasmani sebagai informasi untuk mencapai kesehatan, kebugaran, dan pola hidup sehat.
- 9) Mampu mengisi waktu luang dengan aktivitas jasmani yang bersifat rekreatif.

Berdasarkan berbagai pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa tujuan PJOK adalah mengembangkan peserta didik secara keseluruhan melalui kegiatan jasmani, bukan hanya mengembangkan fisik saja, melainkan juga mengembangkan mental, sosial, emosional, intelektual, dan kesehatan secara keseluruhan.

3. Karakteristik Peserta Didik SMP

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, pada masa ini individu mengalami banyak perubahan, baik fisik maupun psikis. Masa remaja juga disebut sebagai masa kritis karena perkembangan mental remaja berada pada taraf kritis yaitu ada keinginan untuk mengetahui tentang kehidupan dan berusaha mengenal dirinya

secara lebih mendalam. Sementara Komarudin (2016, p. 69) memberi batasan` usia remaja antara usia 13/14 tahun hingga 21. Meskipun banyak yang tidak sepakat tentang kapan usia remaja dimulai, namun tampaknya kecenderungan para ahli di atas banyak yang memberi batasan akhir masa remaja di usia 21 tahun.

Pendapat Dewi (2018, p. 4) bahwa “fase masa remaja (pubertas) yaitu antara umur 12-19 tahun untuk putra dan 10-19 tahun untuk putri”. Pembagian usia untuk putra 12-14 tahun termasuk masa remaja awal, 14-16 tahun termasuk masa remaja pertengahan, dan 17-19 tahun termasuk masa remaja akhir. Pembagian untuk putri 10-13 tahun termasuk remaja awal, 13-15 tahun termasuk remaja pertengahan, dan 16-19 tahun termasuk remaja akhir. Menurut Jahja (2017, p. 238) ada beberapa perubahan yang terjadi selama masa remaja yang sekaligus sebagai ciri-ciri masa remaja yaitu:

a. Peningkatan Emosional

Emosional ini merupakan hasil dari perubahan fisik terutama hormone yang terjadi pada masa remaja. Dari segi kondisi sosial, peningkatan yang terjadi pada masa remaja. Dari segi kondisi sosial, peningkatan emosi ini merupakan tanda bahwa remaja berada dalam kondisi baru yang berbeda dari masa sebelumnya. Pada fase ini banyak tuntutan dan tekanan yang ditunjukan kepada remaja, misalnya mereka diharapkan untuk tidak lagi bertingkah laku seperti anak-anak, harus lebih mandiri dan bertanggung jawab.

b. Perubahan Fisik

Fisik juga disertai dengan kematangan seksual. Terkadang perubahan ini membuat remaja tidak yakin akan diri dan kemampuan mereka sendiri. Perubahan fisik terjadi secara cepat, baik internal seperti tinggi badan, berat badan, dan proporsi tubuh sangat berpengaruh terhadap kondisi remaja.

c. Perubahan Sosial

Pertumbuhan dalam hal yang menarik bagi dirinya dan hubungannya dengan orang lain. Selama masa remaja banyak hal yang menarik bagi dirinya yang dibawa masa kanak-kanak digantikan dengan hal yang menarik yang baru dan lebih matang. Hal ini juga dikarenakan adanya tanggung jawab yang lebih besar pada masa remaja, maka remaja diharapkan untuk dapat mengarahkan ketertarikan mereka kepada hal-hal yang lebih penting.

d. Perubahan Nilai

Perubahan nilai, dimana apa yang mereka anggap penting pada masa kanak-kanak menjadi kurang penting, karena masa remaja telah mendekati masa dewasa.

e. Peningkatan Emosional

Emosional ini merupakan hasil dari perubahan fisik terutama hormon yang terjadi pada masa remaja. Dari segi kondisi sosial, peningkatan yang terjadi pada masa remaja. Dari segi kondisi sosial, peningkatan emosi ini merupakan tanda bahwa remaja berada dalam

kondisi baru yang berbeda dari masa sebelumnya. Pada fase ini banyak tuntutan dan tekanan yang ditunjukan kepada remaja, misalnya mereka diharapkan untuk tidak lagi bertingkah laku seperti anak-anak, harus lebih mandiri dan bertanggung jawab.

Masa remaja perkembangan sangat pesat dialami seseorang. Seperti yang diungkapkan Desmita (2019, p. 36) beberapa karakteristik peserta didik SMP antara lain: “(1) terjadi ketidak seimbangan antara proporsi tinggi dan berat badan; (2) mulai timbul ciri-ciri seks sekunder; (3) kecenderungan ambivalensi, serta keinginan menyendiri dengan keinginan bergaul dan keinginan untuk bebas dari dominasi dengan kebutuhan bimbingan dan bantuan orang tua; (4) senang membandingkan kaedah-kaedah, nilai-nilai etika atau norma dengan kenyataan yang terjadi dalam kehidupan orang dewasa; (5) mulai mempertanyakan secara *skeptic* mengenai eksistensi dan sifat kemurahan dan keadilan Tuhan; (6) reaksi dan ekspresi emosi masih labil; (7) mulai mengembangkan standar dan harapan terhadap perilaku diri sendiri yang sesuai dengan dunia sosial; dan (8) kecenderungan minat dan pilihan karier relatif sudah lebih jelas”.

Pendapat Yusuf (2018, pp. 193-209) bahwa “perkembangan yang dialami remaja antara lain perkembangan fisik, perkembangan kognitif, perkembangan emosi, perkembangan sosial, perkembangan moral, perkembangan kepribadian, dan perkembangan kesadaran beragama”. Jahja (2017, p. 231-234) menambahkan “aspek perkembangan yang

terjadi pada remaja antara lain perkembangan fisik, perkembangan kognitif, dan perkembangan kepribadian, dan sosial”.

Berdasarkan beberapa pendapat ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa perkembangan yang mencolok yang dialami oleh remaja adalah dari segi perkembangan fisik dan psikologis. Berdasarkan perekembangan-perkembangan yang dialami oleh remaja, diketahui ada beberapa perbedaan perkembangan yang dialami antara remaja putra dan putri memiliki perkembangan yang berbeda.

B. Hasil Penelitian yang Relevan

Manfaat dari penelitian yang relevan yaitu sebagai acuan agar penelitian yang sedang dilakukan menjadi lebih jelas. Beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian ini yaitu sebagai berikut.

1. Penelitian yang dilakukan oleh Nurfadilah & Hakim (2019) berjudul “Kemandirian Belajar Peserta didik Dalam Proses Pembelajaran Matematika”. Penulisan ini untuk mengkaji kemandirian belajar peserta didik dalam proses pembelajaran matematika. Hal ini diupayakan untuk memahami dan menganalisis masalah matematis secara mandiri. Kemandirian belajar peserta didik sebagai suatu kegiatan yang berasal dari kemampuan diri sendiri, belajar yang mandiri dan tidak tergantung terhadap orang lain serta bertanggungjawab agar tercapainya tujuan yang diinginkan, upaya untuk meningkatkan kemandirian belajar matematika dalam pengajaran di kelas. Dalam artikel ini membahas tentang gambaran kemandirian belajar matematika peserta didik akan keinginan untuk

belajar matematika untuk mengambil keputusan inisiatif dalam menyelesaikan persoalan matematis secara tanggung jawab mengerjakan permasalahan matematika, dan rasa percaya diri untuk mempresentasikan hasil pembelajaran dalam mengikuti pembelajaran matematika, sehingga tercapai tujuannya pembelajaran matematika.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Mulyadi & Syahid (2020) berjudul “Faktor Pembentuk Dari Kemandirian Belajar Peserta didik”. Kemandirian peserta didik dalam belajar adalah keadaan seseorang yang dapat berdiri sendiri, tidak tergantung pada orang lain. Perilaku atau sikap mandiri seseorang tidak terbentuk secara mendadak, akan tetapi melalui proses sejak masa kanak-kanak. Perilaku antara individu dengan individu yang lain berbeda, hal ini karena dipengaruhi oleh banyak faktor. Faktor yang sangat mempengaruhi sikap mandiri seseorang dikelompokkan menjadi dua, yaitu faktor dari dalam dan faktor dari luar. Faktor dari dalam yaitu, faktor fisiologis mencakup kondisi fisik peserta didik, sehat atau kurang sehat dan faktor psikologis mencakup bakat, minat, sikap mandiri, motivasi, kecerdasan dan lain-lain. Sedangkan faktor dari luar mencakup keluarga, sekolah, dan masyarakat. Pembahasan dalam penelitian ini adalah; bagaimana kemandirian belajar peserta didik yang baik, ciri-ciri kemandirian belajar, manfaat kemandirian belajar, proses kemandirian peserta didik dalam belajar.
3. Penelitian yang dilakukan Tresnaningsih dkk., (2020) berjudul “Kemandirian Belajar Peserta didik Kelas III SDN Karang Jalak I Dalam

Pembelajaran Tematik". Kemandirian belajar diperlukan bagi manusia sepanjang hidupnya. Namun, peserta didik belum memiliki kemandirian secara optimal dalam belajar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemandirian belajar peserta didik kelas III SDN Karang Jalak 1 dalam pembelajaran tematik. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan jenis penelitian yaitu deskriptif. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi dan dilakukan dengan metode kuesioner atau angket kemudian menggunakan skala likert. Subjek penelitian adalah peserta didik kelas III SDN Karang Jalak I. Bentuk kemandirian belajar peserta didik yang dikembangkan di SDN karang Jalak 1 di antaranya percaya diri, aktif dalam belajar, disiplin, memiliki hasrat untuk maju, mampu bekerja sendiri, tanggung jawab, dan mampu mengambil keputusan. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa kemandirian belajar peserta didik kelas III di SDN Karang Jalak 1 berkembang dengan baik dan sangat antusias sehingga interaksi proses belajar mengajar dapat berlangsung sesuai yang diharapkan.

4. Penelitian yang dilakukan Hidayat, dkk., (2020) berjudul "Kemandirian belajar peserta didik dalam pembelajaran daring pada masa pandemi Covid-19". Kemandirian belajar penting bagi para peserta didik, terutama pada saat pembelajaran dilaksanakan secara daring. Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran kemandirian belajar remaja yang melakukan pembelajaran daring. Metode kuantitatif dengan rancangan deskriptif digunakan dalam penelitian ini. Sampel dipilih melalui teknik

snowball yang melibatkan 579 responden terdiri dari peserta didik SMA dan SMK dan mahasiswa di Jakarta dengan rentang usia mulai dari 16 sampai dengan 21 tahun. Instrumen yang digunakan adalah kemandirian belajar. Reliabilitas instrumen ini adalah *Alpha Cronbach* 0,879. Hasil pengukuran terhadap kemandirian belajar menunjukkan bahwa responden memiliki kemandirian yang cenderung rendah (rerata = 2.78/St.Dev. 0.289 dalam skala 5) dan komponen yang terendah adalah tanggung jawab dan inisiatif belajar. Hasil ini menunjukkan bahwa para pemelajar (peserta didik/mahasiswa) belum cukup siap untuk belajar secara daring, penyebabnya adalah karena kebiasaan belajar, dan teknologi yang kurang mendukung.

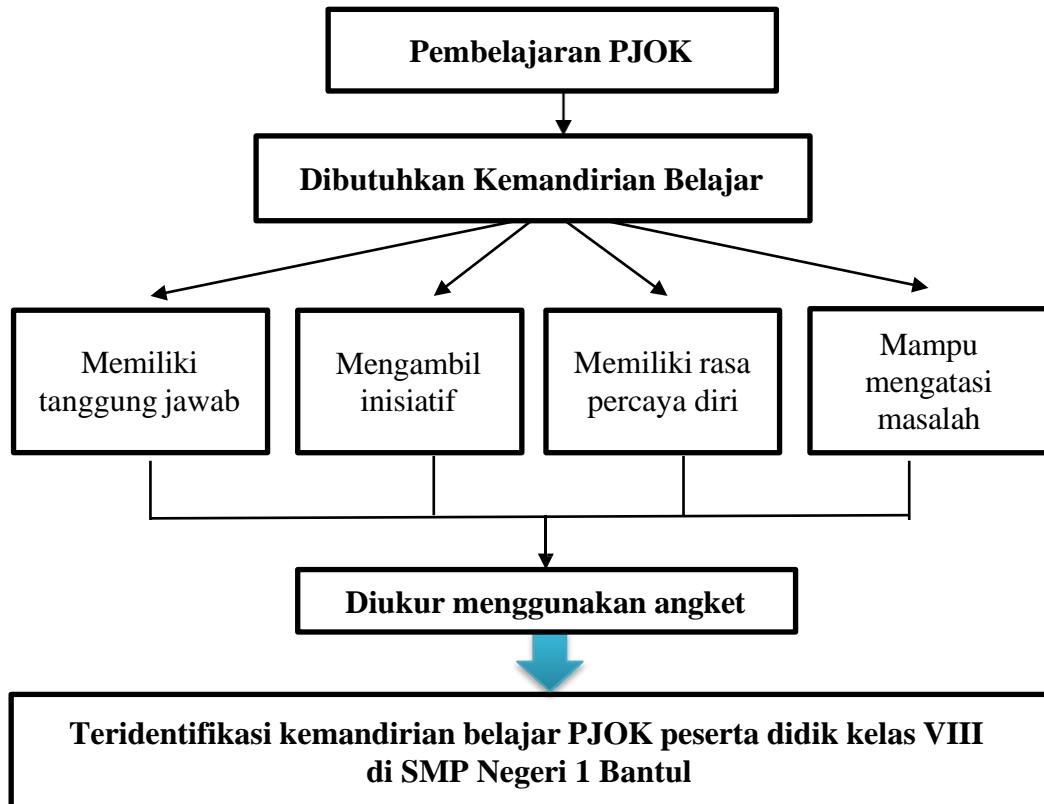
C. Kerangka Berpikir

Berdasarkan hasil observasi dengan beberapa peserta didik di SD Negeri 1 Semin Kabupaten Gunungkidul permasalahan yang banyak terjadi yaitu peserta didik yang tidak mandiri dalam belajar. Hal ini dapat dilihat ketika guru memberikan tugas peserta didik masih lalai dalam mengerjakannya, sehingga peserta didik mengumpulkan tugas tidak tepat waktu. Perilaku ini dikarenakan peserta didik tidak mampu menyelesaikan tugas dan hanya menunggu jawaban dari temannya dengan demikian, peserta didik tidak tepat waktu dalam mengumpulkan tugas yang diberikan oleh guru. PJOK sangat kental dengan tugas-tugas praktik, namun kenyataannya peserta didik kebingungan saat mengerjakannya.

Berdasarkan wawancara dengan peserta didik disimpulkan bahwa peserta didik membutuhkan peran guru untuk mencontohkan secara langsung gerak yang diberikan. Kemandirian belajar sangat penting dan harus menjadi perhatian bagi pihak-pihak yang terkait dalam dunia pendidikan. Dalam proses belajar, peserta didik tidak terus menerus menggantungkan diri kepada bantuan, pengawasan, dan pengarahan guru atau orang lain, tetapi didasarkan percaya diri dan motivasi diri untuk mencapai tujuan pembelajaran. Kemandirian belajar ini diartikan sebagai aktivitas belajar yang berlangsung lebih didorong oleh kemauan, pilihan, dan tanggung jawab sendiri dari pembelajar.

Kemandirian yang dimiliki peserta didik yaitu untuk menumbuhkan rasa percaya diri yang sangat penting bagi peserta didik serta lebih cepat dalam menerima materi pembelajaran, sehingga membentuk karakter peserta didik menjadi lebih baik. Peserta didik dalam mengerjakan tugas membutuhkan berbagai sumber referensi sebagai acuan dalam menjawab soal baik itu dari buku, internet, dan sebagainya. Hal tersebut membuat pengetahuan dan pemahaman materi pelajaran peserta didik yang belum maksimal. Berdasarkan hal tersebut, maka akan dilakukan penelitian untuk mengetahui kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul yang diukur menggunakan angket. Kerangka berpikir dalam penelitian ini, dapat dilihat pada gambar sebagai berikut:

Gambar 1. Bagan Kerangka Berpikir



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode penelitian deskriptif kuantitatif adalah suatu metode yang bertujuan untuk membuat gambar atau deskriptif tentang suatu keadaan secara objektif yang menggunakan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data tersebut serta penampilan dan hasilnya (Arikunto, 2019, p. 97). Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan instrumen yang berupa angket tertutup.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat penelitian yaitu di SMP Negeri 1 Bantul yang beralamat di Jl. Ra. Kartini No.44, Bantul Timur, TIRENGGO, Kec. Bantul, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta 55714. Penelitian dilaksanakan pada bulan April 2024-Juli 2024.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Secara *universal* populasi ialah totalitas objek riset yang berbentuk barang, hewan, tanaman, indikasi klinis, indikasi instan, nilai hasil uji, manusia, informan, kejadian yang terjalin serta area yang digunakan selaku sumber informasi primer serta mempunyai ciri tertentu dalam sesuatu riset (Ibrahim, dkk., 2018, p. 105). Populasi adalah totalitas atau keseluruhan subjek penelitian baik benda, orang, ataupun suatu hal lain

yang di dalamnya bisa diambil informasi penting berupa data penelitian (Nurdin & Hartati, 2019, p. 92). Populasi dalam penelitian adalah peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul yang berjumlah 178 peserta didik.

Tabel 1. Jumlah Sampel

No	Kelas	Putra	Putri	Jumlah
1	VIII A	19	17	36
2	VIII B	20	16	36
3	VIII C	18	18	35
4	VIII D	19	17	35
5	VIII E	21	15	36
Jumlah		97	83	178

2. Sampel

Sampel merupakan sebagian objek yang diambil dari keseluruhan objek yang diteliri dan dianggap mampu mewakili seluruh populasi (Nurdin & Hartati, 2019, p. 104). Darwin, dkk., (2020, p. 106) menyatakan bahwa sampel merupakan sebagian objek yang diambil dari keseluruhan objek yang diteliri dan dianggap mampu mewakili seluruh populasi. Teknik *sampling* yang digunakan yaitu penelitian populasi atau *total sampling*.

D. Definisi Operasional Variabel

Variabel yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul. Secara operasional variabel tersebut didefinisikan yaitu kemampuan peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul dalam mengatur semua aktivitas pribadi, kompetensi, dan kecakapan secara mandiri berbekal kemampuan dasar yang dimiliki individu tersebut, khususnya dalam proses pembelajaran PJOK.

Faktor kemandirian belajar yaitu (1) memiliki tanggung jawab, (2) mengambil inisiatif, (3) memiliki rasa percaya diri, dan (4) mampu mengatasi masalah. Kemandirian belajar dapat diukur dengan menggunakan angket menggunakan angket.

E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Instrumen atau alat yang digunakan dalam penelitian ini berupa angket tertutup. Pendapat Arikunto (2019, p. 168), bahwa angket tertutup adalah angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa, sehingga responden tinggal memberikan tanda *check list* (✓) pada kolom atau tempat yang sesuai, dengan angket. Skala bertingkat dalam angket ini menggunakan modifikasi skala *Likert* yaitu:

Tabel 2. Alternatif Jawaban Angket

Pilihan Jawaban	Pernyataan	
	Positif	Negatif
Sangat Setuju	4	1
Setuju	3	2
Tidak Setuju	2	3
Sangat Tidak Setuju	1	4

Kisi-kisi instrumen kemandirian belajar diadopsi dari penelitian Al Ahyar (2022) berjudul “Kemandirian Belajar PJOK Peserta Didik Kelas Atas di SD Negeri 1 Semin Saat Pandemi Covid-19”. Instrumen tersebut memiliki validitas sebesar 0,910 dan reliabilitas sebesar 0,976. Kisi-kisi instrumen disajikan pada tabel 3 sebagai berikut:

Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen

Variabel	Faktor	Indikator	Nomor Butir	
			+	-
Kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul	Memiliki tanggung jawab	Tidak bergantung pada orang lain	1, 2, 5, 6	3, 4
		Bersungguh-sungguh	7, 8, 11, 12	9, 10, 13
	Mengambil inisiatif	Merencanakan kegiatan belajar sendiri	14, 16, 17	15
		Kesadaran dalam belajar dan memanfaatkan waktu	19, 21, 22	18, 20
	Memiliki rasa percaya diri	Mampu mengambil keputusan	23, 24, 26	25
		Percaya pada jawaban sendiri	31, 29	27, 28, 30
	Mampu mengatasi masalah	Selalu tertantang dengan tugas yang susah	34, 35, 36	32, 33
		Mau mencari sumber belajar	37, 39	38, 40
Jumlah			40	

2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah dengan pemberian angket kepada responden yang menjadi subjek dalam penelitian. Adapun mekanismenya adalah sebagai berikut: (a) Mencari data peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul. (b) Menyebarluaskan angket kepada responden. (c) Selanjutnya peneliti mengumpulkan angket dan melakukan transkrip atas hasil pengisian angket. (d) Setelah memperoleh data penelitian, data diolah menggunakan analisis statistik kemudian peneliti mengambil kesimpulan dan saran.

F. Teknik Analisis Data

Setelah semua data terkumpul, langkah selanjutnya adalah menganalisis data sehingga data-data tersebut dapat ditarik suatu kesimpulan. Statistik deskriptif memberikan gambaran atau deskripsi suatu data yang dilihat dari nilai rata-rata (*mean*), standar deviasi, varian, maksimum, minimum, *sum*, *range*, kurtosis dan *skewness* (kemencengan distribusi) (Sugiyono, 2019, p. 112). Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif persentase, dengan rumus sebagai berikut:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Persentase yang dicari (Frekuensi Relatif)

F = Frekuensi

N = Jumlah Responden

Pendapat Widoyoko (2014, p. 238) untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan Penilaian Acuan Patokan (PAP) pada tabel 4 berikut:

Tabel 4. Norma Penilaian Acuan Patokan (PAP)

No	Interval	Kategori
1	$M_i + 1,8 Sbi < X$	Sangat Baik
2	$M_i + 0,6 Sbi < X \leq M_i + 1,8 Sbi$	Baik
3	$M_i - 0,6 Sbi < X \leq M_i + 0,6 Sbi$	Cukup
4	$M_i - 1,8 Sbi < X \leq M_i - 0,6 Sbi$	Kurang
5	$X \leq M_i - 1,8 Sbi$	Sangat Kurang

(Sumber: Widoyoko, 2014, p. 238)

Keterangan:

X : skor

M_i (*Mean Ideal*) : $\frac{1}{2}$ (skor maks ideal + skor min ideal)

Sdi (*Standar Deviasi Ideal*) : $\frac{1}{6}$ (skor maks ideal – skor min ideal)

Skor maksimal ideal : skor tertinggi

Skor minimal ideal : skor terendah

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini dimaksudkan untuk menggambarkan data yaitu kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul, yang diungkapkan dengan angket yang berjumlah 40 butir, dan terbagi dalam empat faktor, yaitu faktor memiliki tanggung jawab, mengambil inisiatif, memiliki rasa percaya diri, dan mampu mengatasi masalah. Data yang digunakan merupakan data primer hasil kuesioner yang disebarluaskan kepada peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul.

Deskriptif statistik data hasil penelitian kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul didapat skor terendah (*minimum*) 70,00, skor tertinggi (*maximum*) 118,00, rata-rata (*mean*) 89,73, nilai tengah (*median*) 86,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 85,00, *standar deviasi* (SD) 10,66. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 5 sebagai berikut:

Tabel 5. Deskriptif Statistik Kemandirian Belajar PJOK Peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul

Statistik	
<i>N</i>	178
<i>Mean</i>	89.73
<i>Median</i>	86.00
<i>Mode</i>	85.00
<i>Std, Deviation</i>	10.66
<i>Minimum</i>	70.00
<i>Maximum</i>	118.00

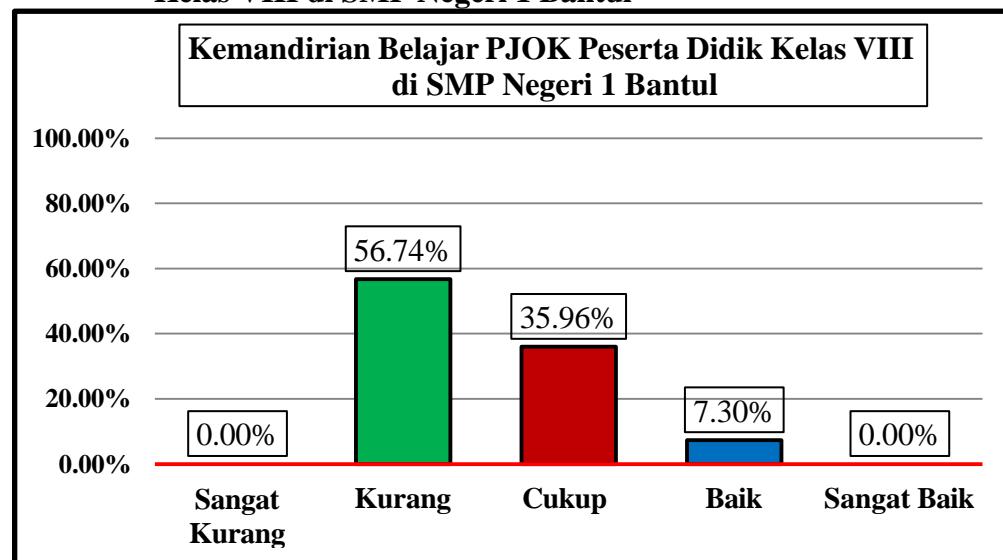
Norma Penilaian kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul disajikan pada tabel 6 berikut:

Tabel 6. Norma Penilaian Kemandirian Belajar PJOK Peserta Didik Kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$136 < X$	Sangat Baik	0	0,00%
2	112 - 135	Baik	13	7,30%
3	88 - 111	Cukup	64	35,96%
4	64 - 87	Kurang	101	56,74%
5	$X \leq 63$	Sangat Kurang	0	0,00%
Jumlah			178	100%

Berdasarkan pada Norma Penilaian pada tabel 6 di atas, kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul dapat dilihat pada gambar 2 sebagai berikut:

Gambar 2. Diagram Batang Kemandirian Belajar PJOK Peserta Didik Kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul



Berdasarkan tabel 6 dan gambar 2 di atas menunjukkan bahwa kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 0,00% (0 peserta didik), “kurang” sebesar 56,74% (101 peserta didik), “cukup” sebesar 35,96% (64 peserta didik), “baik” sebesar 7,30% (13 peserta didik), dan “sangat baik” sebesar 0,00% (0 peserta didik).

1. Faktor Memiliki Tanggung Jawab

Deskriptif statistik kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul berdasarkan faktor memiliki tanggung jawab disajikan pada tabel 7 berikut:

Tabel 7. Deskriptif Statistik Faktor Memiliki Tanggung Jawab

Statistik	
<i>N</i>	178
<i>Mean</i>	30,06
<i>Median</i>	30,00
<i>Mode</i>	30,00
<i>Std, Deviation</i>	4,03
<i>Minimum</i>	20,00
<i>Maximum</i>	40,00

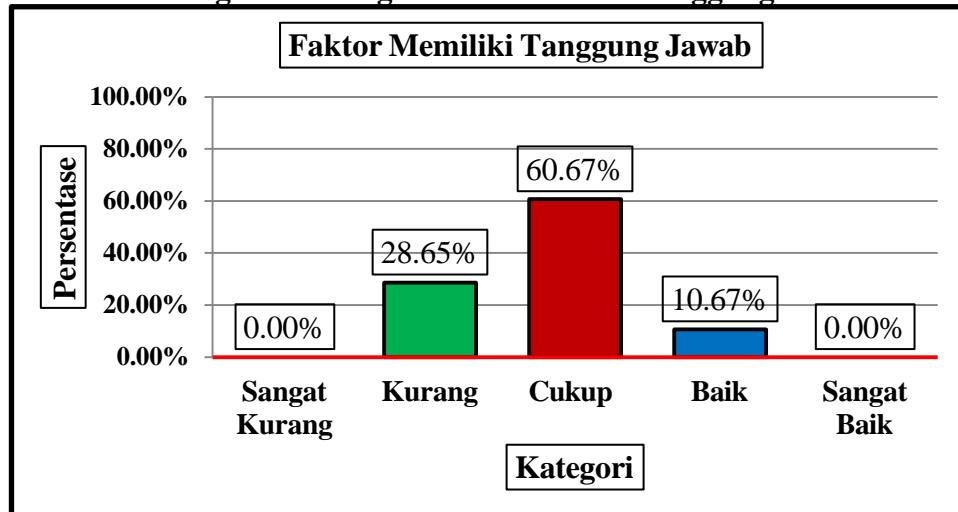
Berdasarkan deskriptif statistik pada tabel 7 di atas, kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul berdasarkan faktor memiliki tanggung jawab dapat dilihat pada tabel 8 sebagai berikut:

Tabel 8. Norma Penilaian Faktor Memiliki Tanggung Jawab

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$44 < X$	Sangat Baik	0	0,00%
2	36 - 43	Baik	19	10,67%
3	28 - 35	Cukup	108	60,67%
4	20-27	Kurang	51	28,65%
5	$X \leq 19$	Sangat Kurang	0	0,00%
Jumlah			178	100%

Berdasarkan pada Norma Penilaian pada tabel 8 di atas, kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul berdasarkan faktor memiliki tanggung jawab disajikan pada gambar 3 sebagai berikut:

Gambar 3. Diagram Batang Faktor Memiliki Tanggung Jawab



Berdasarkan tabel 8 dan gambar 3 menunjukkan bahwa kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul berdasarkan faktor memiliki tanggung jawab pada kategori “sangat kurang” sebesar 0,00% (0 peserta didik), “kurang” sebesar 28,65% (51 peserta didik), “cukup” 60,67% (108 peserta didik), “baik” sebesar 10,67% (19 peserta didik), dan “sangat baik” 0,00% (0 peserta didik).

2. Faktor Mengambil Inisiatif

Deskriptif statistik kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul berdasarkan faktor mengambil inisiatif disajikan pada tabel 9 berikut:

Tabel 9. Deskriptif Statistik Faktor Mengambil Inisiatif

Statistik	
<i>N</i>	178
<i>Mean</i>	19.99
<i>Median</i>	19.00
<i>Mode</i>	18.00
<i>Std. Deviation</i>	3.84
<i>Minimum</i>	11.00
<i>Maximum</i>	32.00

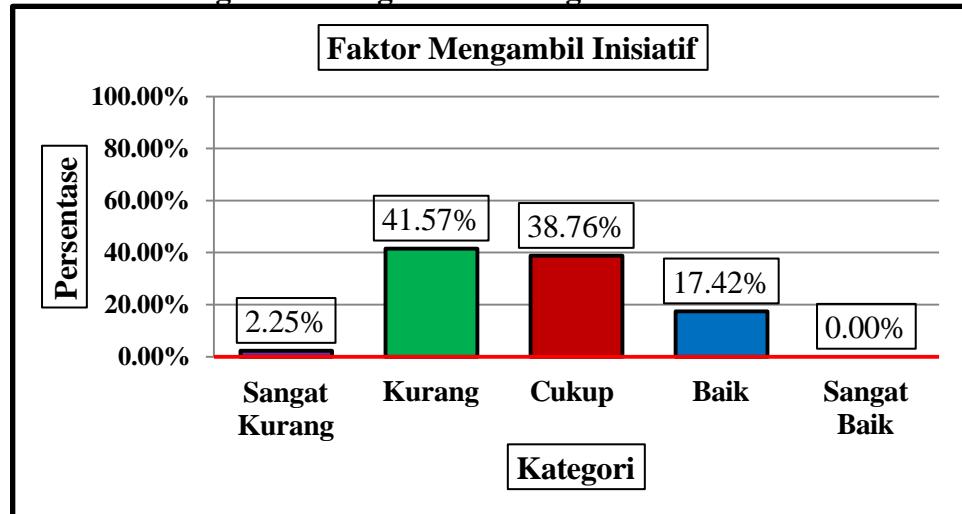
Norma Penilaian kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul berdasarkan faktor mengambil inisiatif disajikan pada tabel 1102 berikut:

Tabel 10. Norma Penilaian Faktor Mengambil Inisiatif

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$31 < X$	Sangat Baik	0	0,00%
2	25 - 30	Baik	31	17,42%
3	19 - 24	Cukup	69	38,76%
4	13 - 18	Kurang	74	41,57%
5	$X \leq 12$	Sangat Kurang	4	2,25%
Jumlah			178	100%

Kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul berdasarkan faktor mengambil inisiatif disajikan pada gambar 4 sebagai berikut:

Gambar 4. Diagram Batang Faktor Mengambil Inisiatif



Berdasarkan tabel 10 dan gambar 4 menunjukkan kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul faktor mengambil inisiatif berada pada kategori “sangat kurang” 2,25% (4 peserta didik), “kurang” 41,57% (74 peserta didik), “cukup” 38,76% (69

peserta didik), “baik” 17,42% (31 peserta didik), dan “sangat baik” 0,00% (0 peserta didik).

3. Faktor Memiliki Rasa Percaya Diri

Deskriptif statistik kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul berdasarkan faktor memiliki rasa percaya diri disajikan pada tabel 11 berikut:

Tabel 11. Deskriptif Statistik Faktor Memiliki Rasa Percaya Diri

Statistik	
<i>N</i>	178
<i>Mean</i>	20.04
<i>Median</i>	19.00
<i>Mode</i>	18.00
<i>Std, Deviation</i>	3.29
<i>Minimum</i>	12.00
<i>Maximum</i>	27.00

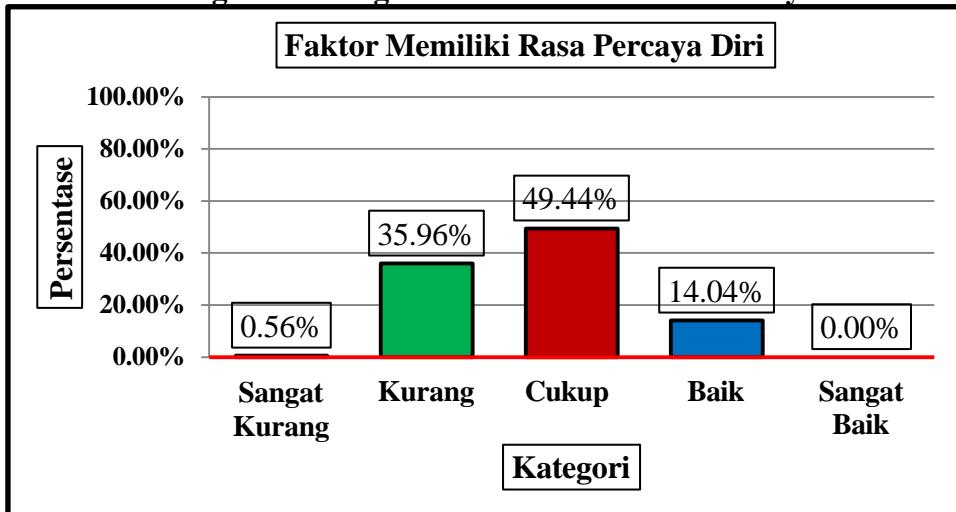
Berdasarkan Norma Penilaian pada tabel 13 di atas, kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul berdasarkan faktor memiliki rasa percaya diri disajikan pada tabel 12 sebagai berikut:

Tabel 12. Norma Penilaian Faktor Memiliki Rasa Percaya Diri

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Percentase
1	$31 < X$	Sangat Baik	0	0,00%
2	25 - 30	Baik	25	14,04%
3	19 - 24	Cukup	88	49,44%
4	13 - 18	Kurang	64	35,96%
5	$X \leq 12$	Sangat Kurang	1	0,56%
Jumlah			178	100%

Berdasarkan tabel 12, kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul berdasarkan faktor memiliki rasa percaya diri disajikan pada gambar 5 sebagai berikut:

Gambar 5. Diagram Batang Faktor Memiliki Rasa Percaya Diri



Berdasarkan tabel 12 dan gambar 5 menunjukkan bahwa kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul berdasarkan faktor memiliki rasa percaya diri pada kategori “sangat kurang” sebesar 0,56% (1 peserta didik), “kurang” sebesar 35,96% (64 peserta didik), “cukup” 49,44% (88 peserta didik), “baik” sebesar 14,04% (25 peserta didik), dan “sangat baik” 0,00% (0 peserta didik).

4. Faktor Mampu Mengatasi Masalah

Deskriptif statistik kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul berdasarkan faktor mampu mengatasi masalah disajikan pada tabel 3 berikut:

Tabel 13. Deskriptif Statistik Faktor Mampu Mengatasi Masalah

Statistik	
<i>N</i>	178
<i>Mean</i>	19.64
<i>Median</i>	19.00
<i>Mode</i>	19.00
<i>Std. Deviation</i>	4.06
<i>Minimum</i>	12.00
<i>Maximum</i>	28.00

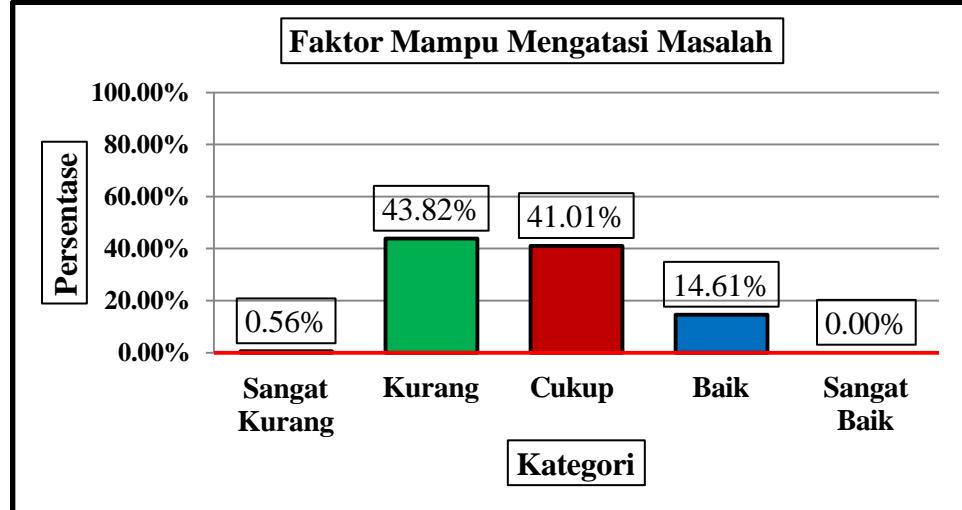
Kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul berdasarkan faktor mampu mengatasi masalah pada tabel 14 berikut:

Tabel 14. Norma Penilaian Faktor Mampu Mengatasi Masalah

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Percentase
1	$31 < X$	Sangat Baik	0	0,00%
2	25 - 30	Baik	26	14,61%
3	19 - 24	Cukup	73	41,01%
4	13 - 18	Kurang	78	43,82%
5	$X \leq 12$	Sangat Kurang	1	0,56%
Jumlah			178	100%

Berdasarkan tabel 14 di atas, kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul berdasarkan faktor mampu mengatasi masalah pada gambar 6 sebagai berikut:

Gambar 6. Diagram Batang Faktor Mampu Mengatasi Masalah



Berdasarkan tabel 14 dan gambar 6 menunjukkan kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul berdasarkan faktor mampu mengatasi masalah kategori “sangat kurang” sebesar 0,56% (1 peserta didik), “kurang” 43,82% (78 peserta didik), “cukup” 41,01%

(73 peserta didik), “baik” 14,61% (26 peserta didik), dan “sangat baik” 0,00% (0 peserta didik).

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data dapat diketahui bahwa kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul mayoritas berada pada kategori “kurang” sebesar 56,74% (101 peserta didik). Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul masih belum maksimal. Hasil tersebut selaras dengan hasil observasi yang dilakukan peneliti, bahwa permasalahan yang banyak terjadi yaitu peserta didik yang kurang mandiri dalam pembelajaran khususnya PJOK. Hal ini dapat dilihat ketika guru memberikan tugas peserta didik masih lalai dalam mengerjakannya, sehingga peserta didik mengumpulkan tugas tidak tepat waktu. Perilaku ini dikarenakan peserta didik tidak mampu menyelesaikan tugas dan hanya menunggu jawaban dari temannya dengan demikian, peserta didik tidak tepat waktu dalam mengumpulkan tugas yang diberikan oleh guru. PJOK sangat kental dengan tugas-tugas praktik, namun kenyataannya peserta didik kebingungan saat mengerjakannya.

Berdasarkan hasil *pra-research* dapat dilihat bahwa belum optimalnya kemandirian belajar yang dimiliki peserta didik. Hal ini ditandai masih banyaknya peserta didik yang tidak aktif bertanya kepada guru ketika belum memahami suatu materi. Hal ini akan berdampak dalam kurangnya pemahaman peserta didik terhadap suatu pelajaran. Kurangnya

kemandirian belajar peserta didik menyebabkan bergantung pada orang lain saat mengerjakan tugas. Berdasarkan wawancara dengan peserta didik disimpulkan bahwa peserta didik membutuhkan peran guru untuk mencontohkan secara langsung gerak yang diberikan.

Kemandirian belajar merupakan hal yang sangat penting dan perlu dikembangkan dalam diri peserta didik. Jika disesuaikan berdasarkan definisi mandiri, ketika peserta didik mampu mandiri dalam belajar, peserta didik akan berusaha secara optimal untuk menyelesaikan latihan atau tugas-tugas yang diberikan oleh guru tanpa bergantung kepada orang lain, peserta didik akan berusaha untuk mengerjakannya sendiri sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya. Hidayat, dkk., (2020, p. 147) menyatakan tentang pentingnya kemandirian, bahwa kemandirian belajar yang diterapkan oleh peserta didik membawa perubahan yang positif terhadap intelektualitas.

Kemandirian belajar membutuhkan motivasi yang kuat agar peserta didik dapat mengerjakan tugasnya secara mandiri. Peserta didik yang memiliki kemandirian dalam belajar ditunjukkan dengan adanya tanggung jawab, dapat menentukan cara belajarnya sendiri dan tidak memiliki ketergantungan dengan orang lain dalam belajar (Arif dkk., 2021, p. 2). Kemandirian belajar sendiri diartikan sebagai sifat, kemauan, dan kemampuan peserta didik untuk melakukan kegiatan belajar aktif yang didorong oleh motivasi untuk menguasai sesuatu kompetensi yang telah ditetapkan (Makur, dkk., 2021, p. 2).

Kemandirian belajar merupakan suatu keahlian untuk melaksanakan kegiatan belajar secara individu atas dasar keinginan sendiri agar memahami suatu materi pembelajaran hingga bisa dipakai untuk membuat alternatif penyelesaian masalah yang dihadapi (Naiim, dkk., 2021, p. 136). Kemandirian belajar mengacu pada perilaku dan kemauan dari pembelajar individu untuk berhasil dalam pembelajaran yang diikuti. Kemandirian belajar merupakan salah satu hal yang penting dalam suatu proses pembelajaran. Kemandirian belajar diperlukan bagi peserta didik agar mempunyai tanggung jawab dalam mengatur dan mendisplinkan dirinya, selain itu untuk dapat mengembangkan kemampuan belajar atas kemauan sendiri (Sandyariesta, dkk., 2020, p. 118).

Peserta didik dengan kemandirian belajar yang baik dapat menciptakan karakter mandiri dalam belajar, memecut motivasi peserta didik untuk belajar dengan inisiatifnya sendiri, mengajarkan peserta didik untuk bertanggung jawab serta percaya diri dalam menyelesaikan masalahnya sendiri. Nisa (2021, p. 65) mengemukakan bahwa dalam mandiri belajar diharapkan peserta didik mampu mewujudkan karakter bertanggung jawab, kreatif, serta memiliki inisiatif yang tinggi selama belajar. Akan tetapi dalam menumbuhkan mandiri belajar, peserta didik harus menumbuhkan motivasi semangat belajar.

Mandiri adalah sikap tidak bergantung pada orang lain, kemandirian belajar diperlukan oleh peserta didik agar secara suka rela mau belajar tanpa adanya paksaan. Belajar mandiri bukanlah belajar individual, akan tetapi belajar yang menuntut kemandirian peserta didik untuk belajar, belajar mandiri upaya untuk mengembangkan kebebasan kepada peserta didik dalam

mendapat informasi dan pengetahuan yang tidak dikendalikan oleh orang lain. Peserta didik yang memiliki kemandirian yang kuat tidak akan mudah menyerah. Sikap kemandirian dapat ditunjukkan dengan adanya kemampuan menyelesaikan masalah yang dihadapi dengan tingkah laku. Dengan adanya perubahan tingkah laku, maka peserta didik juga memiliki peningkatan dalam berfikir, menganggap bahwa dalam belajar harus bisa mandiri tanpa mengandalkan bantuan dari orang lain (Sobri, 2020, p. 26).

Peserta didik dengan kemandirian belajar yang baik dapat lebih bertanggungjawab atas dirinya sendiri dalam belajar serta meningkatkan manajemen pengelolaan diri untuk tetap termotivasi mengikuti proses kegiatan pembelajaran, sehingga prestasi belajar menjadi lebih baik. Edriani dkk., (2021); Ningtyas & Surjanti (2021); Wahyudi, dkk., (2018) dalam hasil penelitiannya menunjukkan bahwa kemandirian belajar dampak signifikan terhadap hasil belajar peserta didik. Menurut Clark et al., (2021, p. 2) ada beberapa hal yang perlu diperhatikan yang pertama sumber belajar, kedua kualitas guru dan yang terakhir sumber daya atau fasilitas.

Perilaku atau sikap mandiri dari seseorang tidak terbentuk secara mendadak, akan tetapi melalui proses sejak masa kanak-kanak. Dalam perilaku mandiri antara individu satu dengan individu yang lain berbeda, hal ini karena dipengaruhi oleh banyak faktor. Faktor-faktor yang mempengaruhi sikap mandiri individu tersebut dikelompokkan menjadi dua, yaitu faktor dari dalam individu dan faktor dari luar individu. Faktor-faktor yang mempengaruhi kemandirian adalah; (1) Faktor eksogen, adalah faktor yang

berasal dari luar seperti keluarga, sekolah, dan masyarakat. Faktor yang berasal dari keluarga misalnya keadaan orang tua, banyak anak dalam keluarga, keadaan sosial ekonomi dan sebagainya. Faktor yang berasal dari sekolah misalnya, pendidikan serta bimbingan yang diperoleh dari sekolah, sedangkan faktor dari masyarakat yaitu kondisi dan sikap masyarakat yang kurang memperhatikan masalah pendidikan. (2) Faktor endogen adalah faktor yang berasal dari peserta didik sendiri, yaitu faktor fisiologis dan faktor psikologis. Faktor fisiologis mencakup kondisi fisik peserta didik, sehat atau kurang sehat, sedangkan faktor psikologis yaitu bakat, minat, sikap mandiri, motivasi, kecerdasan dan lain-lain (Mulyadi & Syahid, 2020, p. 188).

Sugianto, dkk., (2020, p. 160) menjelaskan bahwa ada beberapa strategi dalam kemandirian belajar, antara lain: (1) Disiplin dalam mengatur waktu, peserta didik di dalam sekolah harus disiplin terhadap waktu agar tetap digunakan dengan baik. Peserta didik bisa meningkatkan daya berpikirnya. (2) Memiliki semangat yang tinggi untuk mengikuti pembelajaran, peserta didik harus memiliki semangat agar bisa memperoleh pelajaran dengan baik oleh pendidik. Peserta didik bisa memiliki pengetahuan yang luas. (3) Mencatat hal-hal yang penting setelah itu dipelajari kembali, peserta didik harus mencatat dengan ringkas agar nantinya tidak kelupaan pada materi yang akan datang. Peserta didik memiliki kemampuan yang ideal dalam pemelajaran.

Upaya dalam bentuk kemandirian belajar peserta didik merupakan suatu proses, dan proses ini hanya dapat dilaksanakan melalui kegiatan

belajar. Guru PJOK dalam hal ini perlu berupaya dengan melakukan variasi proses pembelajaran baik pendekatan, metode, atau model pembelajaran yang inovatif sehingga tujuan yang diharapkan berhasil. Penerapan strategi dan metode belajar yang tepat dapat mengarahkan peserta didik menjadi pribadi yang unggul, mandiri, bersemangat, dan berorientasi tinggi. Kemandirian memerlukan tanggung jawab, mereka yang mandiri adalah mereka yang bertanggung jawab, berinisiatif, memiliki keberanian, dan sanggup menerima resiko serta mampu menjadi pembelajaran terhadap dirinya sendiri (Martiani, 2021, p. 481).

Kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul dalam penelitian ini terdapat empat faktor, yaitu faktor memiliki tanggung jawab, mengambil inisiatif, memiliki rasa percaya diri, dan mampu mengatasi masalah, masing-masing hasil penelitian dijelaskan sebagai berikut:

1. Faktor Memiliki Tanggung Jawab

Berdasarkan hasil analisis data dapat diketahui bahwa kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul berdasarkan faktor memiliki tanggung jawab mayoritas berada pada kategori “cukup” 60,67% (108 peserta didik). Tanggung jawab utama pelajar adalah belajar. Peserta didik yang bertanggung jawab pada dalam pembelajaran diharapkan akan menyelesaikan tugas yang diberikan guru dengan sebaik-baiknya tanpa ada paksaan dari orang lain.

Tanggung jawab berarti melaksanakan setiap pekerjaan atau tugas dalam keluarga, di sekolah, di tempat kerja untuk yang terbaik sesuai

dengan kemampuan. Karakter tanggung jawab harus ditumbuhkan di lingkungan sekolah agar peserta didik dapat melaksanakan tanggung jawab belajarnya dengan semaksimal mungkin. Tanggung jawab merupakan suatu sikap dan perilaku seorang individu dalam melaksanakan tugas dan kewajiban yang harus dilakukan, baik tugas terhadap Tuhan Yang Maha Esa, negara, lingkungan dan masyarakat serta dirinya sendiri (Fajar & Andirani, 2021, p. 409). Sikap tanggung jawab sangat penting dimiliki dan dibiasakan oleh setiap orang sejak dini karena akan menjadi dasar tanggung jawab pada masa depannya.

Peserta didik yang memiliki tanggung jawab akan termotivasi sendiri ketika diberikan tugas oleh guru. Peserta didik akan melaksanakan petunjuk guru dengan serius dan sungguh-sungguh. Peserta didik yang bertanggung jawab tidak akan mengabaikan tugas dari guru. Namun, kenyataan yang terjadi, karakter tanggung jawab siswa kurang yang ditandai dengan siswa yang tidak mau aktif dan kurang bersungguh-sungguh dalam mengerjakan tugas. Saat ini banyak faktor negatif yang turut mempengaruhi belajar peserta didik. *Smartphone* yang canggih menjadi bagian yang turut mempengaruhi kemandirian dan tanggung jawab peserta didik, sehingga menjadi rendah. Ketika diberikan tugas oleh guru, kebanyakan peserta didik akan *browsing* di internet untuk mencari jawaban yang ditanyakan. Pada waktu presentasi, terlihat anak kurang antusias untuk membacakan hasil diskusi, bahkan saling melempar tanggung jawab siapa yang harus membacakan.

2. Faktor Mengambil Inisiatif

Berdasarkan hasil analisis data dapat diketahui bahwa kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul berdasarkan faktor mengambil inisiatif mayoritas berada pada kategori “kurang” 41,57% (74 peserta didik). Inisiatif adalah kemampuan seseorang untuk melahirkan sesuatu yang baru baik berupa gagasan maupun karya nyata yang relatif berbeda dengan apa yang telah ada sebelumnya dalam usaha memecahkan suatu masalah (Guspriadi, dkk., 2022, p. 2). Inisiatif meliputi kemampuan peserta didik dalam berpikir dan bertindak yang kreatif, penuh inisiatif dan tidak mengharapkan penghargaan dari orang lain (Rahmawati & Setyaningsih, 2021, p. 353).

Hasil pengamatan di lapangan ditemukan permasalahan peserta didik di kelas masih belum mandiri, terutama dalam menyelesaikan tugas yang diberikan guru. Peserta didik tidak mengungkapkan pendapatnya kepada guru karena tidak percaya diri dengan hasil pekerjaannya. Selain itu peserta didik juga terlalu santai dan menganggap remeh terhadap tugas PJOK yang diberikan, sehingga peserta didik tidak mengumpulkan. Dampak dari peserta didik yang menunda-nunda mengerjakan tugas, akhirnya tugas yang diberikan menjadi menumpuk dengan tugas pada mata pelajaran lain, sehingga memicu peserta didik untuk semakin tidak bersemangat mengerjakan tugasnya. Peserta didik juga malas belajar PJOK, karena lebih suka bermain. Selain itu, ketika diberi tugas kelompok,

peserta didik lebih senang bermain atau mengganggu teman daripada mengerjakan bersama-sama.

3. Faktor Memiliki Rasa Percaya Diri

Berdasarkan hasil analisis data dapat diketahui bahwa kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul berdasarkan faktor memiliki rasa percaya diri mayoritas berada pada kategori “cukup” 49,44% (88 peserta didik). Percaya diri merupakan adanya sikap individu yakin akan kemampuan diri sendiri untuk bertingkah laku sesuai dengan yang diharapkannya sebagai suatu perasaan yang yakin pada tindakannya, bertanggung jawab terhadap tindakannya dan tidak terpengaruh oleh orang lain (Purnamasari & Permanasari, 2019, p. 2). Ginanjar, dkk., (2019, p. 207) menyatakan bahwa orang yang memiliki percaya diri tidak memerlukan dukungan orang lain dalam menyelesaikan tugas, dan selalu bersikap optimis. Rasa percaya diri yang tinggi dapat memberikan dampak positif dalam kehidupan individu, baik dalam hubungan sosial, prestasi akademik, maupun pengembangan diri secara keseluruhan.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa peserta didik masih merasa malu jika disuruh mempraktikkan gerakan oleh guru, peserta didik masih mencontek jawaban atau tugas yang diberikan oleh guru. Hal ini terlihat ketika guru menyuruh peserta didik untuk tampil di depan kelas, peserta didik masih enggan dan tidak mau aktif di kelas karena merasa malu dan takut salah dalam membacakan pekerjaannya. Peserta didik yang kurang percaya diri akan kurang berani mengemukakan hal-hal

yang ada di konsep pikirannya. Kepercayaan diri bertanya masuk dalam faktor intelegensi yang memengaruhi partisipasi belajar peserta didik.

4. Faktor Mampu Mengatasi Masalah

Berdasarkan hasil analisis data dapat diketahui bahwa kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul berdasarkan faktor mampu mengatasi masalah mayoritas berada pada kategori “kurang” 43,82% (78 peserta didik). Kemandirian belajar pada intinya adalah terjadinya perubahan-perubahan pada diri seseorang dalam menyikapi maupun menyelesaikan semua permasalahan sendiri tanpa bergantung pada orang lain (Dedyerianto, 2020, p. 208).

Peserta didik memiliki hasrat bersaing untuk maju demi kebaikan dirinya, maupun mengambil keputusan dan inisiatif yang mengatasi masalah yang dihadapi, memiliki kepercayaan diri dalam mengerjakan tugas-tugasnya, serta bertanggung jawab terhadap apa yang dilakukan. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa peserta didik tidak bersemangat ketika guru memberikan tugas yang sulit, peserta didik tidak berusaha mencari sumber referensi untuk menambah pemahaman terhadap materi PJOK, serta peserta didik malas mencari materi meskipun tidak memahami.

BAB V **KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat diketahui bahwa kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 0,00% (0 peserta didik), “kurang” sebesar 56,74% (101 peserta didik), “cukup” sebesar 35,96% (64 peserta didik), “baik” sebesar 7,30% (13 peserta didik), dan “sangat baik” sebesar 0,00% (0 peserta didik).

B. Keterbatasan Penelitian

Kendatipun peneliti sudah berusaha keras memenuhi segala kebutuhan yang dipersyaratkan, bukan berarti penelitian ini tanpa kelemahan dan keterbatasan. Beberapa kelemahan dan keterbatasan yang dapat dikemukakan di sini antara lain:

1. Pengumpulan data dalam penelitian ini hanya didasarkan pada hasil angket, sehingga dimungkinkan adanya unsur kurang objektif dalam pengisian angket. Selain itu dalam pengisian angket diperoleh adanya sifat responden sendiri seperti kejujuran dan ketakutan dalam menjawab responden tersebut dengan sebenarnya.
2. Saat pengambilan data penelitian yaitu saat penyebaran angket penelitian kepada responden, tidak dapat dipantau secara langsung dan cermat apakah jawaban yang diberikan oleh responden benar-benar sesuai dengan pendapatnya sendiri atau tidak.

C. Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disimpulkan di atas dapat dikemukakan implikasi hasil penelitian sebagai berikut:

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan masukan yang bermanfaat bagi guru untuk mengetahui kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul.
2. Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk memperluas pengetahuan bagi pembaca dan sebagai acuan peneliti lain yang mengadakan penelitian lebih lanjut tentang kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul.
3. Faktor-faktor yang kurang dominan dalam kemandirian belajar PJOK peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul perlu diperhatikan dan dicari pemecahannya agar faktor tersebut lebih membantu dalam meningkatkan kemandirian belajar PJOK peserta didik dalam pembelajaran.

D. Saran

Ada beberapa saran yang perlu disampaikan sehubungan dengan hasil penelitian ini, antara lain:

1. Bagi Guru PJOK
 - a. Berkoordinasi dan *sharing* antar guru PJOK untuk mereview pembelajaran yang akan disampaikan, mengikuti perkembangan dan perubahan yang mempengaruhi proses pembelajaran.

- b. Guru hendaknya terus mencari informasi dan ide-ide baru agar pembelajaran PJOK dapat dilaksanakan seefektif mungkin dan mampu menumbuhkan kemandirian peserta didik.
 - c. Menjadikan MGMP tempat bertukar pikiran dan mengembangkan perangkat ajar yang inovatif sesuai keadaan dan kebutuhan peserta didik.
2. Bagi Peneliti Selanjutnya
- a. Bagi peneliti lain hendaknya lebih dilakukan pengawasan secara ketat pada saat responden mengisi angket yang diberikan agar hasilnya lebih objektif.
 - b. Bagi peneliti lain hendaknya melakukan penelitian dengan menambah referensi-referensi yang lebih baru, menggunakan pendekatan yang berbeda dan dengan objek yang berbeda pula, sehingga hasil dari penelitian akan dapat lebih menyempurnakan hasil penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Arif, M. Z., Soeryanto, S., & Yunus, Y. (2021). Strategi mengembangkan kemandirian belajar mahasiswa Jurusan Teknik Mesin di masa pandemi covid 19. *Journal of Vocational and Technical Education (JVTE)*, 3(1), 1-8.
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur penelitian; suatu pendekatan praktik*. (Edisi revisi) Jakarta: Rineka Cipta.
- Bungsu, T. K., Vilardi, M., Akbar, P., & Bernard, M. (2019). Pengaruh kemandirian belajar terhadap hasil belajar matematika di Smkn 1 Cihampelas. *Journal on Education*, 1(2), 382-389.
- Clark, A. E., Nong, H., Zhu, H., & Zhu, R. (2021). Compensating for academic loss: Online learning and student performance during the COVID-19 pandemic. *China Economic Review*, 68, 101629.
- Darwin, M., Mamondol, M. R., Sormin, S. A., Nurhayati, H., Sylvia, D. (2020). *Metode penelitian pendekatan kuantitatif*. Bandung: CV. Media Sains Indonesia.
- Dedyerianto, D. (2020). Pengaruh internet dan media sosial terhadap kemandirian belajar dan hasil belajar siswa. *AL-TA'DIB: Jurnal Kajian Ilmu Kependidikan*, 12(2), 208-225.
- Djamaludin. A., & Wardana. (2019). *Belajar dan pembelajaran, 4 pilar peningkatan kompetensi pedagogis*. Sulawesi Selatan: Penerbit CV Kaaffah Learning Center.
- Elihami, E., & Syahid, A. (2018). Penerapan pembelajaran pendidikan agama islam dalam membentuk karakter pribadi yang islami. *Edumaspul: Jurnal Pendidikan*, 2(1), 79-96.
- Fajar, H. M., & Andriani, A. (2021). Sikap tanggung jawab peserta didik pada pembelajaran jarak jauh menggunakan platform whatsapp group pada peserta didik kelas V SD Negeri 2 Pliken Banyumas. *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*, 4(2), 408-418.
- Fatah, M. A., & Zumrotun, E. (2023). Implementasi projek P5 tema kewirausahaan terhadap kemandirian belajar di Sekolah Dasar. *Attadrib: Jurnal Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, 6(2), 365-377.
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi analisis multivariate dengan program SPSS*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.

- Ginanjar, E. G., Darmawan, B., & Sriyono, S. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi rendahnya partisipasi belajar peserta didik SMK. *Journal of Mechanical Engineering Education (Jurnal Pendidikan Teknik Mesin)*, 6(2), 206-219.
- Guspriadi, Y., Nirwana, H., Neviyarni, N., & Ardi, Z. (2022). Initiatives in the process of learning for the digital native generation in the post-pandemic period. *Jurnal Neo Konseling*, 4(4), 1-5.
- Hasibuan, A. M., Saragih, S., & Amry, Z. (2019). Development of learning materials based on realistic mathematics education to improve problem solving ability and student learning independence. *International electronic journal of mathematics education*, 14(1), 243-252.
- Hastuti, T. A., Jatmika, H. M., & Kalpikosari, Y. (2020). Kesiapan mahasiswa pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi melaksanakan praktik kependidikan. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. Retrieved April, 7, 2022.
- Hideyat, D. R., Rohaya, A., Nadine, F., & Ramadhan, H. (2020). Kemandirian belajar peserta didik dalam pembelajaran daring pada masa pandemi COVID-19. *Perspektif Ilmu Pendidikan*, 34(2), 147-154.
- Ibrahim, A., Alang, A. H., Madi, Baharudin, Ahmad, M. A., & Darmawati. (2018). *Metodologi penelitian*. Makasar: Gunadarma Ilmu.
- Iswanto, I. (2017). Analisis instrumen ujian formatif mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tingkat SMP. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 13(2), 79-91.
- Jaenudin, U., & Sahroni, D. (2021). *Psikologi pendidikan*. Bandung: Lagood's Publishing.
- Jehadus, E., Makur, A. P., Fedi, S., Jelatu, S., Murni, V., & Raga, P. (2019). Kemandirian Belajar Mahasiswa dalam Pembelajaran Jarak Jauh Selama Masa Pandemi.
- Komarudin. (2016). Membentuk kematangan emosi dan kekuatan berpikir positif pada remaja melalui pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 12(2).
- Kurniawan, W. P., & Suharjana, S. (2018). Pengembangan model permainan poloair sebagai pembelajaran pendidikan jasmani bagi siswa sekolah dasar kelas atas. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 14(2), 50-61.

- Kusriyanti, K., & Sukoco P. (2020). Model aktivitas jasmani berbasis alam sekitar untuk meningkatkan kecerdasan naturalis siswa. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 16(1), 65-77.
- Mahardhika, N. A., Jusuf, J. B. K., & Priyambada, G. (2018). Dukungan orangtua terhadap motivasi berprestasi siswa SKOI Kalimantan Timur dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 14(2), 62-68.
- Makur, A. P., Jehadus, E., Fedi, S., Jelatu, S., Murni, V., & Raga, P. (2021). Kemandirian belajar mahapeserta didik dalam pembelajaran jarak jauh selama masa pandemi. *Mosharafa: Jurnal Pendidikan Matematika*, 10(1), 1-12.
- Martiani, M. (2021). Kemandirian belajar melalui metode pembelajaran project based learning pada mata kuliah media pembelajaran pendidikan jasmani. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(2), 480-486.
- Mulyadi, M., & Syahid, A. (2020). Faktor pembentuk dari kemandirian belajar siswa. *Al-Liqo: Jurnal Pendidikan Islam*, 5(02), 197-214.
- Mustafa, P. S., & Dwiyogo, W. D. (2020). Kurikulum pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan di Indonesia abad 21. *Jurnal Riset Teknologi dan Inovasi Pendidikan (JARTIKA)*, 3(2), 422-438.
- Muzakki, A. (2022). *Buku ajar pembelajaran penjas sekolah dasar disertai panduan pembelajaran olahraga dan permainan tradisional*. Jawa Barat: CV. Feniks Muda Sejahtera.
- Naiim, R., Yuhana, Y., & Syamsuri, S. (2021). Perbedaan persepsi dan kemandirian belajar siswa sma pada mata pelajaran matematika antara kelas IPS dan IPA di pembelajaran daring. *TIRTAMATH: Jurnal Penelitian dan Pengajaran Matematika*, 3(2), 136-157.
- Ningtiyas, P. W., & Surjanti, J. (2021). Pengaruh motivasi belajar dan kemandirian belajar peserta didik terhadap hasil belajar ekonomi pada pembelajaran daring dimasa covid-19. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(4), 1660-1668.
- Nisa, L. K. N. (2021). Mewujudkan motivasi kemandirian belajar selama penerapan sistem pembelajaran online era covid-19. *Jurnal Elementaria Edukasia*, 4(1), 65-72.
- Nurfadilah, S., & Hakim, D. L. (2019). Kemandirian belajar siswa dalam proses pembelajaran matematika. *Prosiding Sesiomadika*, 2(1), 1214-1223.

- Patras, Y. E., Horiah, S., Zen, D. S., & Hidayat, R. (2021). Pengaruh efikasi diri terhadap kemandirian belajar peserta didik. *Edum Journal*, 4(2), 69-75.
- Pishghadam, R., Derakhshan, A., Zhaleh, K., & Al-Obaydi, L. H. (2023). Students' willingness to attend EFL classes with respect to teachers' credibility, stroke, and success: a cross-cultural study of Iranian and Iraqi students' perceptions. *Current Psychology*, 42(5), 4065-4079.
- Pratiwi, E., & Oktaviani, M. N. (018). *Dasar-dasar pembelajaran pendidikan jasmani sekolah dasar*. Lamongan: CV. Pustaka Djati.
- Purnamasari, T. A., & Permanasari, A. T. (2019). Implementasi pembelajaran tari dalam mengembangkan rasa percaya diri anak usia 4-6 tahun (Penelitian kualitatif deskriptif di Sanggar Raksa Budaya Kota Serang-Banten). *JPKS (Jurnal Pendidikan dan Kajian Seni)*, 4(1).
- Purwanto, S., & Susanto, E. (2018). *Nilai-nilai karakter dalam pendidikan jasmani*. Yogyakarta: UNY Press.
- Rahayu, R., Rosita, R., Rahayuningsih, Y. S., Hernawan, A. H., & Prihantini, P. (2022). Implementasi kurikulum merdeka belajar di sekolah penggerak. *Jurnal basicedu*, 6(4), 6313-6319.
- Rahmawati, L. E., & Setyaningsih, V. I. (2021). Kemandirian belajar siswa dalam pembelajaran daring mata pelajaran bahasa Indonesia. *Kembara: Jurnal Keilmuan Bahasa, Sastra, Dan Pengajarannya*, 7(2), 353-365.
- Ridwan & Astuti, S. D. (2021). *Pendidikan jasmani dan olahraga anak usia dini*. Jambi: Anugerah Pratama Press.
- Robiana, A., & Handoko, H. (2020). Pengaruh penerapan media unomath untuk meningkatkan kemampuan komunikasi matematis dan kemandirian belajar siswa. *Mosharafa: Jurnal Pendidikan Matematika*, 9(3), 521-532.
- Romadhani, A. A., Adzhariah, S. I., & Safitri, W. (2022, January). Peran orang tua dalam membangun kemandirian anak. In *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Dasar Dan Menengah* (Vol. 1, pp. 91-99).
- Sandyariesta, D., Yuliejantiningsih, Y., & Hartini, T. (2020). Pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik Problem Solving terhadap kemandirian belajar siswa kelas X. *Empati-Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 7(2), 118-128.
- Sobri, M. (2020). *Kontribusi kemandirian dan kedisiplinan terhadap hasil belajar*. Praya: Guepedia.

- Sobri, M., Nursaptini, N., & Novitasari, S. (2020). Mewujudkan kemandirian belajar melalui pembelajaran berbasis daring diperguruan tinggi pada era industri 4.0. *Jurnal Pendidikan Glasser*, 4(1), 64-71.
- Suardipa, I. P. (2020). Perspektif values education dalam kajian filsafat pendidikan berbasis 3N (Nalar, Nurani, dan Naluri). *Genta Hredaya: Media Informasi Ilmiah Jurusan Brahma Widya STAHN Mpu Kuturan Singaraja*, 2(2).
- Sugianto, I., Suryandari, S., & Age, L. D. (2020). Efektivitas model pembelajaran inkuiri terhadap kemandirian belajar siswa di rumah. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 1(3), 159-170.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian pendidikan: pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sutama, S., Hartini, S., & Novitasari, M. (2019). Kemandirian dalam pembelajaran matematika di Madrasah Tsanawiyah. *Jurnal VARIDIKA*, 30(2), 7-14.
- Sridadi, S., Dwihandaka, R., & Bagiastomo, A. (2020). Evaluasi tes hasil belajar ulangan akhir semester genap mata pelajaran PJOK kelas VIII SMP N 1 Ngemplak tahun ajaran 2017/2018 dengan analisis butir soal. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 16(1), 28-40.
- Sumarsono, A., Anisah, A., & Iswahyuni, I. (2019). Media interaktif sebagai optimalisasi pemahaman materi permainan bola tangan. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 15(1), 1-11.
- Tresnaningsih, F., Santi, D. P. D., & Suminarsih, E. (2019). Kemandirian belajar siswa kelas III SDN Karang Jalak I dalam pembelajaran tematik. *Pedagogi: Jurnal Penelitian Pendidikan*, 6(2).
- Triansyah, A., Atmaja, N. M. K., Abdurrochim, M., & Bafadal, M. F. (2020). Peningkatan karakter kepedulian dan kerjasama dalam pembelajaran mata kuliah atletik. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 16(2), 145-155.
- Uğraş, S., & Özen, G. (2020). Investigation of relationship between attitude to physical education course and school belonging. *Pedagogy of physical culture and sports*, 24(1), 48-53.
- Utami, M. S., & Purnomo, E. (2019). Minat siswa sekolah menengah pertama terhadap pembelajaran atletik. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 15(1), 12-21.

- Wahyudi, M. A., Widiyanti, W., & Nurhadi, D. (2018). Kecerdasan visual spasial dan kemandirian belajar pada hasil belajar mata pelajaran gambar teknik di Smk. *Teknologi dan Kejuruan: Jurnal Teknologi, Kejuruan, dan Pengajarannya*, 41(2), 101-109.
- Wicaksono, P. N., Kusuma, I. J., Festiawan, R., Widanita, N., & Anggraeni, D. (2020). Evaluasi penerapan pendekatan saintifik pada pembelajaran pendidikan jasmani materi teknik dasar passing sepak bola. *Jurnal pendidikan jasmani Indonesia*, 16(1), 41-54.
- Widoyoko, E. P. (2014). *Evaluasi program pembelajaran; panduan praktis bagi pendidik dan calon pendidik*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : B/1097/UN34.16/PT.01.04/2024

28 Juni 2024

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : Izin Penelitian

Yth . **SMP NEGERI 1 BANTUL**
Jl. Ra. Kartini No.44, Bantul Timur, TIRENGGO, Kec. Bantul, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta 55714

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Ahmad Khoeruddin
NIM : 20601244065
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi - S1
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir : KEMANDIRIAN BELAJAR PJOK PESERTA DIDIK KELAS 8 DI SMP NEGERI 1 BANTUL
Waktu Penelitian : Senin - Selasa, 27 - 28 Mei 2024

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Tembusan :

1. Kepala Layanan Administrasi Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Lampiran 2. Instrumen Kemandirian Belajar

KEMANDIRIAN BELAJAR PJOK PESERTA DIDIK KELAS VIII DI SMP NEGERI 1 BANTUL

Nama :

Kelas :

Hari/ Tanggal :

Petunjuk pengisian angket:

1. Berdoalah sebelum mengisi lembar angket.
2. Isilah dengan memberikan tanda centang (✓) pada salah satu jawaban yang tersedia pada kolom.
3. Isilah angket menurut pendapat sendiri, semua jawaban dalam angket tidak memengaruhi nilai.
4. Periksa Kembali jawaban, pastikan semua nomor sudah terjawab.
5. Selamat mengerjakan.

No	Pernyataan	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
	Memiliki tanggung jawab				
	Tidak bergantung pada orang lain				
1	Saya mengerjakan tugas PJOK dengan usaha sendiri				
2	Saya berusaha menyelesaikan semua tugas PJOK yang diberikan guru				
3	Saya mengandalkan teman dalam tugas PJOK kelompok				
4	Saya mengerjakan pekerjaan rumah dengan mencontek teman				
5	Saya mencatat pelajaran secara				

No	Pernyataan	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
	lengkap tanpa bantuan orang lain				
6	Saya mengerjakan tugas PJOK tanpa bantuan orang lain				
	Bersungguh-sungguh				
7	Saya mampu memfokuskan perhatian dalam pembelajaran PJOK				
8	Saya semangat mengikuti pembelajaran PJOK melelahkan				
9	Saya mengobrol saat pembelajaran PJOK				
10	Saya membolos saat diberikan banyak tugas praktik oleh guru				
11	Saya akan terus belajar materi PJOK yang belum dimengerti sampai memahaminya				
12	Ketika ada tugas PJOK yang sulit, saya tidak menyerah untuk mengerjakannya				
13	Saya belajar PJOK secara terpaksa				
	Mengambil inisiatif				
	Merencanakan kegiatan belajar sendiri				
14	Saya mengikuti pembelajaran PJOK tanpa ada yang menyuruh				
15	Saya hanya akan mencatat materi PJOK jika diperintah oleh guru				
16	Saya memiliki jadwal belajar				
17	Apabila menemukan kesulitan dalam mengerjakan soal, saya akan tetap mengerjakannya sampai menemukan jawabannya				
	Kesadaran dalam belajar dan memanfaatkan waktu				
18	Saya malas mengulang pelajaran PJOK yang sudah dipelajari				

No	Pernyataan	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
19	Saya tetap belajar meskipun guru tidak masuk				
20	Saya mengabaikan materi PJOK untuk besok				
21	Saya mengerjakan soal-soal latihan PJOK saat waktu luang				
22	Saya malas belajar PJOK karena lebih baik bermain				
	Memiliki rasa percaya diri				
	Mampu mengambil keputusan				
23	Saya terlibat aktif dalam pembelajaran PJOK				
24	Saat saya bingung saya tetap mencoba fokus belajar				
25	Saya memilih bermain daripada mengerjakan tugas yang diberikan				
26	Apabila saya tidak dapat mengerjakan soal yang sulit, saya tidak melihat jawaban teman				
	Percaya pada jawaban sendiri				
27	Saya tidak percaya diri mengungkapkan pendapat saat pembelajaran PJOK				
28	Saya malu menjawab pertanyaan yang diberikan guru saat pembelajaran PJOK				
29	Saya tidak mencontek jawaban dari teman meskipun saya tidak tahu				
30	Saya malu jika di suruh mempraktikkan gerakan oleh guru				
31	Saya yakin dapat mengerjakan tugas hingga selesai				
	Mampu mengatasi masalah				
	Selalu tertantang dengan tugas yang susah				
32	Saya tidak tertarik jika diberikan				

No	Pernyataan	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
	tugas oleh guru				
33	Saya berhenti mengerjakan tugas karena pelajaran PJOK sulit				
34	Saya telah mempersiapkan diri sebelum guru melakukan tes				
35	Saya bersemangat ketika guru memberikan tugas yang sulit				
36	Saya yakin mampu menyelesaikan tugas PJOK yang diberikan guru				
	Mau mencari sumber belajar				
37	Saya berusaha mencari sumber referensi untuk menambah pemahaman terhadap materi PJOK				
38	Saya malas mencari materi meskipun saya tidak paham				
39	Jika ada materi yang tidak saya pahami, saya mencari materi melalui internet ataupun buku				
40	Saya memilih diam jika tidak menemukan jawaban dalam buku catatan				

Lampiran 3. Data Penelitian

No	Memiliki tanggung jawab										Mengambil inisiatif										Memiliki rasa percaya diri										Mampu mengatasi masalah										Σ		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40			
52	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	87
53	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	95
54	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	93
55	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	99	
56	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	87
57	3	2	2	3	2	2	1	2	1	1	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	81	
58	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	1	1	1	3	3	3	3	3	3	3	2	2	87		
59	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	2	3	2	2	3	1	1	1	1	2	2	1	1	1	86			
60	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	87				
61	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	1	3	1	1	3	1	1	3	1	1	3	1	1	1	1	3	2	1	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	87		
62	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	4	4	2	4	2	99					
63	3	3	3	3	3	2	2	2	1	2	3	1	2	3	2	1	2	3	2	2	1	2	1	2	3	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	86			
64	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	95		
65	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	91		
66	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	2	2	107					
67	3	3	2	3	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	3	3	1	1	1	1	2	2	2	78			
68	3	2	2	2	3	3	3	2	3	1	1	2	2	1	1	1	3	2	2	2	3	1	1	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	82			
69	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	85			
70	3	3	3	3	2	3	3	3	3	1	1	1	1	1	2	3	3	1	1	1	3	1	2	1	1	1	1	3	3	2	3	2	2	2	1	2	1	1	82				
71	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	1	3	1	3	1	86							
72	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	94				
73	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	92				
74	3	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	1	2	1	1	1	2	1	70			
75	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	81			
76	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	88			
77	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	91			

No	Memiliki tanggung jawab										Mengambil inisiatif								Memiliki rasa percaya diri								Mampu mengatasi masalah								Σ																																
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	0	1	1	1	1	1	4	1	5	1	6	1	7	1	8	1	9	2	0	2	1	2	2	2	3	2	4	2	5	2	6	2	7	2	8	2	9	3	0	3	1	3	2	3	3	4	3	5	3	6	3	7	3	8	3	9	4
104	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	1	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	1	1	1	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	95																			
105	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	1	1	3	2	1	1	1	1	82																		
106	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	76																					
107	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	3	3	2	4	2	2	2	86																									
108	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	4	4	2	4	2	91																										
109	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	87																									
110	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	3	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	73																						
111	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	96																								
112	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	2	101																											
113	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	1	1	1	1	2	2	2	86																										
114	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	92																										
115	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	1	1	1	83																										
116	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	1	1	1	95																										
117	2	2	2	2	1	1	1	1	3	2	3	1	3	1	3	1	3	1	2	2	2	2	1	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	1	3	1	79																												
118	2	2	2	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	90																													
119	3	3	3	3	3	2	3	3	1	2	2	3	3	3	1	1	1	1	2	3	2	2	2	1	1	1	2	1	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	86																												
120	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	1	2	1	1	1	2	1	84																											
121	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	97																											
122	2	2	2	2	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	4	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	94																											
123	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	94																											
124	2	2	2	2	3	3	3	3	4	2	3	1	1	1	1	3	1	3	2	2	2	1	2	2	2	1	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	85																												
125	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	100																											
126	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	1	1	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	83																											
127	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	3	3	3	3	2	2	2	83																											
128	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	1	1	1	1	3	2	1	1	1	1	1	1	88																										
129	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	83																										

No	Memiliki tanggung jawab										Mengambil inisiatif								Memiliki rasa percaya diri								Mampu mengatasi masalah								Σ					
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
130	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	1	2	2	3	2	3	3	4	2	2	2	101
131	1	1	1	1	2	2	2	2	4	2	3	2	3	3	4	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	4	4	4	2	4	2	98		
132	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	88		
133	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	1	84	
134	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	1	3	2	1	3	3	2	1	1	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	91	
135	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	1	1	1	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	4	2	2	2	84		
136	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	1	1	1	1	2	2	2	87		
137	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	95		
138	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	1	1	1	85		
139	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	1	1	1	2	2	1	2	2	1	1	3	2	3	1	3	3	2	2	3	2	2	1	1	1	85		
140	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	1	2	1	86		
141	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	105			
142	2	2	2	2	1	1	1	1	3	2	1	1	2	3	3	1	3	2	2	2	2	1	1	1	1	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	78		
143	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	1	2	1	1	1	2	1	90
144	2	1	1	1	3	2	3	3	4	2	2	2	3	3	3	4	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	94		
145	2	3	3	3	2	1	2	2	2	2	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	98		
146	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	84			
147	2	2	1	2	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	4	3	3	2	2	3	3	3	2	3	4	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	101		
148	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	115		
149	2	3	3	2	3	3	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	93		
150	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	1	3	1	1	3	3	3	1	2	3	1	3	1	3	1	2	2	1	1	1	3	3	3	3	2	2	2	84		
151	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	1	1	3	2	1	1	96	
152	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	82		
153	3	2	3	2	2	3	1	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	3	3	4	2	2	2	78					
154	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	1	1	3	1	3	3	3	3	1	2	2	2	2	1	3	2	2	2	4	4	4	4	2	4	2	100			
155	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	4	2	4	4	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	96		

No	Memiliki tanggung jawab										Mengambil inisiatif								Memiliki rasa percaya diri								Mampu mengatasi masalah								Σ																						
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	0	1	1	1	1	1	1	4	5	6	7	8	9	1	0	2	1	2	2	3	2	4	2	1	2	3	2	4	2	5	6	7	8	9	0	1	3	2	3	3	4	5	6	7	8	9	0
156	3	3	3	2	2	2	2	2	4	2	3	2	3	3	4	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	4	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	1	95														
157	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	104													
158	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	3	2	2	2	1	2	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	92													
159	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	1	1	1	1	1	2	2	2	2	79																
160	3	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	3	1	3	2	2	2	2	1	1	2	2	2	3	3	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	80														
161	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	4	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	1	1	1	1	86															
162	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	1	2	1	1	83																		
163	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	1	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	3	3	2	1	3	1	3	1	78																		
164	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	89																			
165	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	3	1	2	2	2	2	1	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	80																		
166	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	2	1	1	1	2	1	82																			
167	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	90																		
168	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	84																	
169	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	86																		
170	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	1	3	1	1	3	1	1	1	3	1	1	2	2	2	2	2	1	3	3	3	2	2	2	2	2	2	84																		
171	2	2	3	2	2	2	1	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	3	3	3	2	2	81																				
172	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	1	1	1	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	85																			
173	3	3	2	3	3	2	2	2	2	1	1	1	1	3	2	1	1	2	2	3	1	2	3	3	2	2	2	1	1	1	3	3	3	3	3	3	2	2	83																		
174	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	3	3	3	3	1	1	1	1	3	2	1	1	79																	
175	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	3	2	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	81																	
176	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	85																		
177	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	4	4	4	4	2	4	2	93																			
178	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	4	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	96																

Lampiran 4. Deskriptif Statistik

Statistics						
		Kemandirian Belajar PJOK	Memiliki tanggung jawab	Mengambil inisiatif	Memiliki rasa percaya diri	Mampu mengatasi masalah
N	Valid	178	178	178	178	178
	Missing	0	0	0	0	0
Mean		89.73	30.06	19.99	20.04	19.64
Median		86.00	30.00	19.00	19.00	19.00
Mode		85.00	30.00	18.00	18.00	19.00
Std. Deviation		10.66	4.03	3.84	3.29	4.06
Minimum		70.00	20.00	11.00	12.00	12.00
Maximum		118.00	40.00	32.00	27.00	28.00
Sum		15972.00	5350.00	3558.00	3568.00	3496.00

Kemandirian Belajar PJOK					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	70	1	.6	.6	.6
	71	1	.6	.6	1.1
	72	2	1.1	1.1	2.2
	73	2	1.1	1.1	3.4
	74	1	.6	.6	3.9
	75	2	1.1	1.1	5.1
	76	2	1.1	1.1	6.2
	77	2	1.1	1.1	7.3
	78	6	3.4	3.4	10.7
	79	4	2.2	2.2	12.9
	80	4	2.2	2.2	15.2
	81	5	2.8	2.8	18.0
	82	7	3.9	3.9	21.9
	83	9	5.1	5.1	27.0
	84	16	9.0	9.0	36.0
	85	18	10.1	10.1	46.1
	86	11	6.2	6.2	52.2
	87	8	4.5	4.5	56.7
	88	3	1.7	1.7	58.4
	89	1	.6	.6	59.0
	90	4	2.2	2.2	61.2
	91	5	2.8	2.8	64.0
	92	5	2.8	2.8	66.9
	93	3	1.7	1.7	68.5
	94	4	2.2	2.2	70.8
	95	6	3.4	3.4	74.2
	96	6	3.4	3.4	77.5
	97	3	1.7	1.7	79.2
	98	3	1.7	1.7	80.9
	99	2	1.1	1.1	82.0
	100	3	1.7	1.7	83.7
	101	4	2.2	2.2	86.0
	102	1	.6	.6	86.5
	103	2	1.1	1.1	87.6
	104	1	.6	.6	88.2
	105	3	1.7	1.7	89.9
	106	3	1.7	1.7	91.6

	107	1	.6	.6	92.1
	108	1	.6	.6	92.7
	113	3	1.7	1.7	94.4
	114	5	2.8	2.8	97.2
	115	3	1.7	1.7	98.9
	117	1	.6	.6	99.4
	118	1	.6	.6	100.0
	Total	178	100.0	100.0	

Memiliki tanggung jawab					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	20	1	.6	.6	.6
	21	1	.6	.6	1.1
	22	1	.6	.6	1.7
	23	3	1.7	1.7	3.4
	24	7	3.9	3.9	7.3
	25	5	2.8	2.8	10.1
	26	14	7.9	7.9	18.0
	27	19	10.7	10.7	28.7
	28	20	11.2	11.2	39.9
	29	14	7.9	7.9	47.8
	30	22	12.4	12.4	60.1
	31	10	5.6	5.6	65.7
	32	13	7.3	7.3	73.0
	33	10	5.6	5.6	78.7
	34	11	6.2	6.2	84.8
	35	8	4.5	4.5	89.3
	36	7	3.9	3.9	93.3
	37	2	1.1	1.1	94.4
	38	5	2.8	2.8	97.2
	39	4	2.2	2.2	99.4
	40	1	.6	.6	100.0
	Total	178	100.0	100.0	

Mengambil inisiatif					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	11	1	.6	.6	.6
	12	3	1.7	1.7	2.2
	13	1	.6	.6	2.8
	14	6	3.4	3.4	6.2
	15	6	3.4	3.4	9.6
	16	11	6.2	6.2	15.7
	17	11	6.2	6.2	21.9
	18	39	21.9	21.9	43.8
	19	17	9.6	9.6	53.4
	20	16	9.0	9.0	62.4
	21	10	5.6	5.6	68.0
	22	11	6.2	6.2	74.2
	23	5	2.8	2.8	77.0
	24	10	5.6	5.6	82.6
	25	14	7.9	7.9	90.4
	26	6	3.4	3.4	93.8
	27	9	5.1	5.1	98.9
	28	1	.6	.6	99.4
	32	1	.6	.6	100.0
	Total	178	100.0	100.0	

Lanjutan Lampiran

Memiliki rasa percaya diri					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	12	1	.6	.6	.6
	13	1	.6	.6	1.1
	14	3	1.7	1.7	2.8
	15	8	4.5	4.5	7.3
	16	7	3.9	3.9	11.2
	17	12	6.7	6.7	18.0
	18	33	18.5	18.5	36.5
	19	25	14.0	14.0	50.6
	20	20	11.2	11.2	61.8
	21	16	9.0	9.0	70.8
	22	13	7.3	7.3	78.1
	23	11	6.2	6.2	84.3
	24	3	1.7	1.7	86.0
	25	8	4.5	4.5	90.4
	26	10	5.6	5.6	96.1
	27	7	3.9	3.9	100.0
Total		178	100.0	100.0	

Mampu mengatasi masalah					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	12	1	.6	.6	.6
	13	7	3.9	3.9	4.5
	14	13	7.3	7.3	11.8
	15	5	2.8	2.8	14.6
	16	16	9.0	9.0	23.6
	17	9	5.1	5.1	28.7
	18	28	15.7	15.7	44.4
	19	31	17.4	17.4	61.8
	20	9	5.1	5.1	66.9
	21	1	.6	.6	67.4
	22	2	1.1	1.1	68.5
	23	17	9.6	9.6	78.1
	24	13	7.3	7.3	85.4
	25	8	4.5	4.5	89.9
	26	5	2.8	2.8	92.7
	27	8	4.5	4.5	97.2
	28	5	2.8	2.8	100.0
Total		178	100.0	100.0	

Lampiran 5. Menghitung Norma Penilaian

Tabel. Norma Penilaian

No	Interval	Kategori
1	$Mi + 1,8 Sbi < X$	Sangat Baik
2	$Mi + 0,6 Sbi - Mi + 1,8 Sbi$	Baik
3	$Mi - 0,6 Sbi - Mi + 0,6 Sbi$	Cukup
4	$Mi - 1,8 Sbi - Mi - 0,6 Sbi$	Kurang
5	$X \leq Mi - 1,8 Sbi$	Sangat Kurang

Keterangan:

X = rata-rata

$Mi = \frac{1}{2}$ (skor maks ideal + skor min ideal)

$Sbi = 1/6$ (skor maks ideal – skor min ideal)

Skor maks ideal = skor tertinggi

Skor min ideal = skor tekurang

Kemandirian belajar PJOK

Skor maks ideal = $40 \times 4 = 160$

Skor min ideal = $40 \times 1 = 40$

$Mi = \frac{1}{2} (160 + 40) = 100$

$Sbi = 1/6 (160 - 40) = 20$

Sangat Baik : $Mi + 1,8 Sbi < X$

: $100 + (1,8 \times 20) < X$

: **136 < X**

Baik : $Mi + 0,6 Sbi - Mi + 1,8 Sbi$

: $100 + (0,6 \times 20) - 100 + (1,8 \times 20)$

: **112 - 135**

Cukup : $Mi - 0,6 Sbi - Mi + 0,6 Sbi$

: $100 - (0,6 \times 20) - 100 + (0,6 \times 20)$

: **88 - 111**

Kurang : $Mi - 1,8 Sbi - Mi - 0,6 Sbi$

: $100 - (1,8 \times 20) - 100 - (0,6 \times 20)$

: **64 - 87**

Sangat Kurang : $X \leq Mi - 1,8 Sbi$

: $X \leq 100 - (1,8 \times 20)$

: **X ≤ 63**

Lanjutan Lampiran. Menghitung Norma Penilaian

Memiliki tanggung jawab

Skor maks ideal	$= 13 \times 4 = 52$
Skor min ideal	$= 13 \times 1 = 13$
Mi	$= \frac{1}{2} (52 + 13) = 32,5$
Sbi	$= 1/6 (52 - 13) = 6,5$
Sangat Baik	$: Mi + 1,8 Sbi < X$ $: 32,5 + (1,8 \times 6,5) < X$ $: \mathbf{44} < X$
Baik	$: Mi + 0,6 Sbi - Mi + 1,8 Sbi$ $: 32,5 + (0,6 \times 6,5) - 32,5 + (1,8 \times 6,5)$ $: \mathbf{36 - 43}$
Cukup	$: Mi - 0,6 Sbi - Mi + 0,6 Sbi$ $: 32,5 - (0,6 \times 6,5) - 32,5 + (0,6 \times 6,5)$ $: \mathbf{28 - 35}$
Kurang	$: Mi - 1,8 Sbi - Mi - 0,6 Sbi$ $: 32,5 - (1,8 \times 6,5) - 32,5 - (0,6 \times 6,5)$ $: \mathbf{20-27}$
Sangat Kurang	$: X \leq Mi - 1,8 Sbi$ $: X \leq 32,5 - (1,8 \times 6,5)$ $: \mathbf{X \leq 19}$

Mengambil inisiatif

Skor maks ideal	$= 9 \times 4 = 36$
Skor min ideal	$= 9 \times 1 = 9$
Mi	$= \frac{1}{2} (36 + 9) = 22,5$
Sbi	$= 1/6 (36 - 9) = 4,5$
Sangat Baik	$: Mi + 1,8 Sbi < X$ $: 22,5 + (1,8 \times 4,5) < X$ $: \mathbf{31} < X$
Baik	$: Mi + 0,6 Sbi - Mi + 1,8 Sbi$ $: 22,5 + (0,6 \times 4,5) - 22,5 + (1,8 \times 4,5)$ $: \mathbf{25 - 30}$
Cukup	$: Mi - 0,6 Sbi - Mi + 0,6 Sbi$ $: 22,5 - (0,6 \times 4,5) - 22,5 + (0,6 \times 4,5)$ $: \mathbf{19 - 24}$
Kurang	$: Mi - 1,8 Sbi - Mi - 0,6 Sbi$ $: 22,5 - (1,8 \times 4,5) - 22,5 - (0,6 \times 4,5)$ $: \mathbf{13 - 18}$
Sangat Kurang	$: X \leq Mi - 1,8 Sbi$ $: X \leq 22,5 - (1,8 \times 4,5)$ $: \mathbf{X \leq 12}$

Lanjutan Lampiran. Menghitung Norma Penilaian

Memiliki rasa percaya diri

Skor maks ideal	= $9 \times 4 = 36$
Skor min ideal	= $9 \times 1 = 9$
Mi	= $\frac{1}{2} (36 + 9) = 22,5$
Sbi	= $\frac{1}{6} (36 - 9) = 4,5$
Sangat Baik	: $Mi + 1,8 Sbi < X$: $22,5 + (1,8 \times 4,5) < X$: 31 < X
Baik	: $Mi + 0,6 Sbi - Mi + 1,8 Sbi$: $22,5 + (0,6 \times 4,5) - 22,5 + (1,8 \times 4,5)$: 25 - 30
Cukup	: $Mi - 0,6 Sbi - Mi + 0,6 Sbi$: $22,5 - (0,6 \times 4,5) - 22,5 + (0,6 \times 4,5)$: 19 - 24
Kurang	: $Mi - 1,8 Sbi - Mi - 0,6 Sbi$: $22,5 - (1,8 \times 4,5) - 22,5 - (0,6 \times 4,5)$: 13 - 18
Sangat Kurang	: $X \leq Mi - 1,8 Sbi$: $X \leq 22,5 - (1,8 \times 4,5)$: X ≤ 12

Mampu mengatasi masalah

Skor maks ideal	= $9 \times 4 = 36$
Skor min ideal	= $9 \times 1 = 9$
Mi	= $\frac{1}{2} (36 + 9) = 22,5$
Sbi	= $\frac{1}{6} (36 - 9) = 4,5$
Sangat Baik	: $Mi + 1,8 Sbi < X$: $22,5 + (1,8 \times 4,5) < X$: 31 < X
Baik	: $Mi + 0,6 Sbi - Mi + 1,8 Sbi$: $22,5 + (0,6 \times 4,5) - 22,5 + (1,8 \times 4,5)$: 25 - 30
Cukup	: $Mi - 0,6 Sbi - Mi + 0,6 Sbi$: $22,5 - (0,6 \times 4,5) - 22,5 + (0,6 \times 4,5)$: 19 - 24
Kurang	: $Mi - 1,8 Sbi - Mi - 0,6 Sbi$: $22,5 - (1,8 \times 4,5) - 22,5 - (0,6 \times 4,5)$: 13 - 18
Sangat Kurang	: $X \leq Mi - 1,8 Sbi$: $X \leq 22,5 - (1,8 \times 4,5)$: X ≤ 12

Lampiran 6. Dokumentasi Penelitian



Gambar Peserta Didik Kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul sedang Mengisi Angket yang diberikan Peneliti

Lanjutan Lampiran



Gambar Peserta Didik Kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul sedang Mengisi Angket yang diberikan Peneliti

Lanjutan Lampiran



Gambar Peserta Didik Kelas VIII di SMP Negeri 1 Bantul sedang Mengisi Angket yang diberikan Peneliti