

II. TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Landasan Teori Pendidikan Jasmani

Persepsi yang sempit dan keliru terhadap Pendidikan Jasmani akan mengakibatkan nilai-nilai luhur dan tujuan pendidikan yang terkandung di dalamnya tidak akan pernah tercapai. Orientasi pembelajaran harus disesuaikan, dengan perkembangan anak, isi dan urusan materi serta cara penyampaian harus disesuaikan sehingga menarik dan menyenangkan, sasaran pembelajaran ditujukan bukan hanya mengembangkan keterampilan jasmani, tetapi perkembangan pribadi anak seutuhnya.

Nixon and Cozens (1963: 51) mengemukakan bahwa Pendidikan Jasmani didefinisikan sebagai fase dari seluruh proses pendidikan yang berhubungan dengan aktivitas dan respons otot yang giat dan berkaitan dengan perubahan yang dihasilkan individu dari respons tersebut.

Dauer dan Pengrazi (1989: 1) mengemukakan bahwa Pendidikan Jasmani adalah fase dari program pendidikan keseluruhan yang memberikan kontribusi, terutama melalui pengalaman gerak, untuk pertumbuhan dan perkembangan secara utuh untuk tiap anak.

Pendidikan Jasmani juga didefinisikan sebagai pendidikan melalui gerak dan harus dilaksanakan dengan cara-cara yang tepat agar memiliki makna bagi anak. Pendidikan Jasmani merupakan program pembelajaran yang memberikan perhatian yang proporsional dan memadai pada domain-domain pembelajaran, yaitu psikomotor, kognitif, dan afektif.

Ruang lingkup mata pelajaran Pendidikan Jasmani di SMA/ SMK meliputi aspek-aspek sebagai berikut :

- a. Permainan dan olahraga meliputi: olahraga tradisional, permainan, eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor, non-lokomotor dan manipulatif, atletik, kasti, rounders, kippers, sepakbola, bola basket, bola voli, tenis meja, tenis lapangan, bulu tangkis, dan beladiri, serta aktivitas lainnya.
- b. Aktivitas pengembangan meliputi: mekanika sikap tubuh, komponen kebugaran jasmani, dan bentuk postur tubuh serta aktivitas lainnya.
- c. Aktivitas senam meliputi: ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat, dan senam lantai, serta aktivitas lainnya.
- d. Aktivitas ritmik meliputi: gerak bebas, senam pagi, SKJ, dan senam aerobik serta aktivitas lainnya.
- e. Aktivitas air meliputi: permainan di air, keselamatan air, keterampilan bergerak di air, dan renang serta aktivitas lainnya.
- f. Pendidikan luar kelas, meliputi: piknik/ karyawisata, pengenalan lingkungan, berkemah, menjelajah, dan mendaki gunung.
- g. Kesehatan, meliputi penanaman budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari, khususnya yang terkait dengan perawatan tubuh agar tetap sehat, merawat lingkungan yang sehat, memilih makanan dan minuman yang sehat, mencegah

dan merawat cedera, mengatur waktu istirahat yang tepat dan berperan aktif dalam kegiatan P3K dan UKS.

2.2. Belajar dan Pembelajaran

2.2.1 Belajar

Kita masih ingat bahwa “belajar” pernah dipandang sebagai proses penambahan pengetahuan. Bahkan pandangan ini mungkin hingga sekarang masih berlaku bagi sebagian orang di negeri ini. Akibatnya, “mengajar” pun dipandang sebagai proses penyampaian pengetahuan atau keterampilan dari seorang guru kepada siswanya.

Pandangan semacam itu tidak terlalu salah, akan tetapi masih sangat parsial, terlalu sempit, dan menjadikan siswa sebagai individu-individu yang pasif. Oleh sebab itu, pandangan tersebut perlu diletakkan pada perspektif yang lebih wajar sehingga ruang lingkup substansi belajar tidak hanya mencakup pengetahuan, tetapi juga keterampilan, nilai dan sikap.

Belajar adalah proses perubahan perilaku secara aktif, proses mereaksi terhadap semua situasi yang ada di sekitar individu, proses yang diarahkan pada suatu tujuan, proses berbuat melalui berbagai pengalaman, proses melihat, mengamati, dan memahami sesuatu yang dipelajari. Belajar merupakan akibat adanya interaksi antara stimulus dan respon. Seseorang dianggap telah belajar sesuatu jika dia dapat menunjukkan perubahan perilakunya. Menurut teori ini dalam belajar yang penting adalah *input* yang berupa stimulus dan *output* yang berupa respon. (Wikipeda.com)

Belajar dan mengajar adalah dua aktivitas yang hampir tidak dapat dipisahkan satu dari yang lainnya, terutama dalam prakteknya di sekolah-sekolah. Bahkan apabila keduanya telah digerakkan secara sadar dan bertujuan, maka rangkaian interaksi belajar-mengajar akan segera terjadi.

Menurut Hilgard dan Bower, dalam buku *Theories of Learning* (1975).

“Belajar berhubungan dengan perubahan tingkah laku seseorang terhadap sesuatu situasi tertentu yang disebabkan oleh pengalamannya yang berulang-ulang dalam situasi itu, dimana perubahan tingkah laku itu tidak dapat dijelaskan atas dasar kecenderungan respon pembawaan, kematangan, atau keadaan-keadaan sesaat seseorang ”.

Sedangkan Gagne, dalam buku *The Conditions of Learning* (1977). “Belajar terjadi apabila suatu situasi stimulus bersama dengan isi ingatan mempengaruhi siswa sedemikian rupa sehingga perbuatannya (*performance*-nya) berubah dari waktu sebelum ia mengalami situasi itu ke waktu sesudah ia mengalami situasi tadi”.

Dari definisi-definisi yang dikemukakan di atas, dapat dikemukakan adanya beberapa elemen yang penting yang merincikan pengertian tentang belajar, yaitu bahwa :

- a. Belajar merupakan suatu perubahan dalam tingkah laku dimana perubahan itu dapat mengarah kepada tingkah laku yang lebih baik, tetapi juga ada kemungkinan mengarah kepada tingkah laku yang lebih buruk.
- b. Belajar merupakan suatu perubahan yang terjadi melalui latihan dan pengalaman : dalam arti perubahan-perubahan yang disebabkan oleh

pertumbuhan atau kematangan tidak dianggap sebagai hasil belajar; seperti perubahan-perubahan yang terjadi pada diri seorang bayi.

- c. Untuk dapat disebut belajar, maka perubahan itu harus relatif mantap; harus merupakan akhir daripada suatu periode waktu yang cukup panjang. Berapa lama periode waktu itu berlangsung sulit ditentukan dengan pasti, tetapi perubahan itu hendaknya merupakan akhir dari suatu periode yang mungkin berlangsung sehari-hari, berbulan-bulan ataupun bertahun-tahun. Ini berarti kita harus mengenyampingkan perubahan-perubahan tingkah laku yang disebabkan oleh motivasi, kelelahan, adaptasi, ketajaman perhatian atau kepekaan seseorang, yang biasanya hanya berlangsung sementara.
- d. Tingkah laku yang mengalami perubahan karena belajar menyangkut berbagai aspek kepribadian, baik fisik maupun psikis, seperti: Perubahan dalam pengertian, pemecahan suatu masalah, keterampilan, kecakapan, kebiasaan, ataupun sikap.

2.2.2 Mengajar

Pada uraian di atas telah dikemukakan bahwa istilah belajar pernah dipandang sebagai proses penambahan pengetahuan. Senada dengan nuansa penafsiran terhadap belajar seperti itu, maka “mengajar “ pun pernah dianggap sebagai proses pemberian atau penyampaian pengetahuan.

Pandangan demikian membawa konsekuensi logis terhadap situasi belajar-mengajar yang diwujudkan oleh guru, yakni proses belajar-mengajar (PBM) yang terjadi di dalamnya bersifat *teacher-centered*. Pengajaran menjadi

berpusat pada guru mengajar lebih dominan daripada belajar. Guru berperan sebagai pemberi informasi sebanyak-banyaknya kepada para siswa (*information givers*) atau dengan nama lain sebagai *instructor*.

Akibatnya, siswa-siswa menjadi individu-individu yang pasif, kedaulatan mereka pun pada akhirnya harus tunduk pada kekuasaan guru. Mereka tidak dididik untuk berfikir kritis, berlatih menemukan konsep atau prinsip, ataupun untuk mengembangkan kreatifitasnya. Mereka tidak dipersiapkan untuk menghadapi kehidupan yang perubahan-perubahannya sangat cepat, bahkan dapat terjadi dalam hitungan detik seperti sekarang ini.

Schubungan dengan hal tersebut di atas, maka mengajar sepantasnya dipandang sebagai upaya atau proses yang dilakukan oleh seorang guru untuk membuat siswa-siswanya belajar. Dalam hal ini guru berupaya untuk membelajarkan siswa-siswanya, dan sebaliknya para siswa menjadi pembelajar-pembelajar yang aktif, kritis dan kreatif.

Zamroni (2000:74) mengatakan “guru adalah kreator proses belajar mengajar. Ia adalah orang yang akan mengembangkan suasana bebas bagi siswa untuk mengkaji apa yang menarik minatnya, mengekspresikan ide-ide dan kreatifitasnya dalam batas-batas norma-norma yang ditegakkan secara konsisten”. Dengan demikian dapat dikemukakan bahwa orientasi pengajaran dalam konteks belajar mengajar diarahkan untuk pengembangan aktivitas siswa dalam belajar.

Nasution (1982:8) mengemukakan kegiatan mengajar diartikan sebagai segenap aktivitas kompleks yang dilakukan guru dalam mengorganisasi atau mengatur lingkungan sebaik-baiknya dan menghubungkannya dengan anak sehingga terjadi proses belajar. Dengan demikian proses dan keberhasilan belajar siswa turut ditentukan oleh peran yang dibawakan guru selama interaksi proses belajar mengajar berlangsung.

Lebih lanjut Usman (1994:3) mengemukakan mengajar pada prinsipnya adalah membimbing siswa dalam kegiatan belajar mengajar atau mengandung pengertian bahwa mengajar merupakan suatu usaha mengorganisasi lingkungan dalam hubungannya dengan anak didik dan bahan pengajaran yang menimbulkan terjadinya proses belajar. Pengertian ini mengandung makna bahwa guru dituntut untuk dapat berperan sebagai organisator kegiatan belajar siswa dan juga hendaknya mampu memanfaatkan lingkungan, baik ada di kelas maupun yang ada di luar kelas, yang menunjang terhadap kegiatan belajar mengajar.

Sedangkan Hamalik (2001:44-53) mengemukakan, mengajar dapat diartikan sebagai :

- (1) menyampaikan pengetahuan kepada siswa, (2) mewariskan kebudayaan kepada generasi muda, (3) usaha mengorganisasi lingkungan sehingga menciptakan kondisi belajar bagi siswa, (4) memberikan bimbingan belajar kepada murid, (5) kegiatan mempersiapkan siswa untuk menjadi warga negara yang baik, (6) suatu proses membantu siswa menghadapi kehidupan masyarakat sehari-hari.

Menurut Biggs (dalam Adrian, 2004) seorang pakar psikologi membagi konsep mengajar menjadi tiga macam pengertian yaitu :

- a. Pengertian kuantitatif. Mengajar diartikan sebagai *the transmission of knowledge*, yakni penularan pengetahuan. Dalam hal ini guru hanya perlu menguasai pengetahuan bidang studinya dan menyampaikan kepada siswa dengan sebaik-baiknya. Masalah berhasil atau tidaknya siswa bukan tanggung jawab pengajar.
- b. Pengertian institusional. Mengajar berarti *the efficient orchestration of teaching skills*, yakni penataan segala kemampuan mengajar secara efisien. Dalam hal ini guru dituntut untuk selalu siap mengadaptasikan berbagai teknik mengajar terhadap siswa yang memiliki berbagai macam tipe belajar serta berbeda bakat, kemampuan dan kebutuhannya.
- c. Pengertian kualitatif. Mengajar diartikan sebagai *the facilitation of learning*, yaitu upaya membantu memudahkan kegiatan belajar siswa mencari makna dan pemahamannya sendiri.

Berdasarkan definisi-definisi mengajar dari para pakar di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa mengajar adalah aktivitas kompleks yang dilakukan guru dalam menyampaikan pengetahuan kepada siswa, sehingga terjadi proses belajar. Aktivitas kompleks yang dimaksud antara lain adalah (1) mengatur kegiatan belajar siswa, (2) memanfaatkan lingkungan, baik ada di kelas maupun yang ada di luar kelas, dan (3) memberikan stimulus, bimbingan pengarahan, dan dorongan kepada siswa.

2.2.3 Pembelajaran

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. (Wikipedia.com). Proses pembelajaran dialami sepanjang hayat seorang manusia serta dapat berlaku di manapun dan kapanpun. Pembelajaran mempunyai pengertian yang mirip dengan pengajaran, walaupun mempunyai konotasi yang berbeda.

Dalam konteks pendidikan, guru mengajar supaya peserta didik dapat belajar dan menguasai isi pelajaran hingga mencapai sesuatu objektif yang ditentukan (aspek kognitif), juga dapat mempengaruhi perubahan sikap (aspek afektif), serta keterampilan (aspek psikomotor) seseorang peserta didik. Pengajaran memberi kesan hanya sebagai pekerjaan satu pihak, yaitu pekerjaan guru saja.

Instruction atau pembelajaran adalah suatu sistem yang bertujuan untuk membantu proses belajar siswa, yang berisi serangkaian peristiwa yang dirancang, disusun sedemikian rupa untuk mempengaruhi dan mendukung terjadinya proses belajar siswa yang bersifat internal. (Gagne dan Briggs, 1979:3).

Dan dapat ditarik kesimpulan bahwa pembelajaran adalah usaha sadar dari guru untuk membuat siswa belajar, yaitu terjadinya perubahan tingkah laku pada diri siswa yang belajar, dimana perubahan itu dengan didapatkannya kemampuan baru yang berlaku dalam waktu yang relatif lama dan karena adanya usaha.

Eggen & Kauchak (1998) menjelaskan bahwa ada enam ciri pembelajaran yang efektif, yaitu:

- a. Siswa menjadi pengkaji yang aktif terhadap lingkungannya melalui mengobservasi, membandingkan, menemukan kesamaan-kesamaan dan perbedaan-perbedaan serta membentuk konsep dan generalisasi berdasarkan kesamaan-kesamaan yang ditemukan,
- b. guru menyediakan materi sebagai fokus berpikir dan berinteraksi dalam pelajaran,
- c. aktivitas-aktivitas siswa sepenuhnya didasarkan pada pengkajian,
- d. guru secara aktif terlibat dalam pemberian arahan dan tuntunan kepada siswa dalam menganalisis informasi,
- e. orientasi pembelajaran penguasaan isi pelajaran dan pengembangan keterampilan berpikir, serta
- f. guru menggunakan teknik mengajar yang bervariasi sesuai dengan tujuan dan gaya mengajar guru.

2.2.4 Hasil Belajar

Hasil belajar adalah kemampuan-kemampuan yang dimiliki siswa setelah ia menerima pengalaman belajarnya. Hasil belajar digunakan oleh guru untuk dijadikan ukuran atau kriteria dalam mencapai suatu tujuan pendidikan. Hal ini dapat tercapai apabila siswa sudah memahami belajar dengan diiringi oleh perubahan tingkah laku yang lebih baik lagi.

Dimiyati dan Mudjiono (1999 : 250), mengungkapkan bahwa :

“ hasil belajar merupakan hal yang dapat dipandang dari dua sisi yaitu sisi siswa dan dari sisi guru. Dari sisi siswa, hasil belajar merupakan tingkat perkembangan mental yang lebih baik bila dibandingkan pada saat sebelum belajar. Sedangkan dari sisi guru, hasil belajar merupakan saat terselesikannya bahan pelajaran”.

Sedangkan menurut Oemar Hamalik (2006 : 30), hasil belajar adalah bila seseorang telah belajar akan terjadi perubahan tingkah laku pada orang tersebut, misalnya dari tidak tahu menjadi tahu, dan dari tidak mengerti menjadi mengerti.

Berdasarkan teori Taksonomi Bloom hasil belajar dalam rangka studi dicapai melalui tiga kategori ranah antara lain kognitif, afektif, psikomotor. Perinciannya adalah sebagai berikut:

1. Ranah Kognitif

Berkenaan dengan hasil belajar intelektual yang terdiri dari 6 aspek yaitu pengetahuan, pemahaman, penerapan, analisis, sintesis dan penilaian.

2. Ranah Afektif

Berkenaan dengan sikap dan nilai. Ranah afektif meliputi lima jenjang kemampuan yaitu menerima, menjawab atau reaksi, menilai, organisasi dan karakterisasi dengan suatu nilai atau kompleks nilai.

3. Ranah Psikomotor

Meliputi keterampilan motorik, manipulasi benda-benda, koordinasi neuromuscular (menghubungkan, mengamati).

Tipe hasil belajar kognitif lebih dominan daripada afektif dan psikomotor karena lebih menonjol, namun hasil belajar psikomotor dan afektif juga harus menjadi bagian dari hasil penilaian dalam proses pembelajaran di sekolah.

Howard Kingsley membagi 3 macam hasil belajar:

- a. Keterampilan dan kebiasaan
- b. Pengetahuan dan pengertian
- c. Sikap dan cita-cita

Pendapat dari Horward Kingsley ini menunjukkan hasil perubahan dari semua proses belajar. Hasil belajar ini akan melekat terus pada diri siswa karena sudah menjadi bagian dalam kehidupan siswa tersebut.

Berdasarkan pengertian di atas maka dapat disintesis bahwa hasil belajar adalah suatu penilaian akhir dari proses dan pengenalan yang telah dilakukan berulang-ulang. Serta akan tersimpan dalam jangka waktu lama atau bahkan tidak akan hilang selama-lamanya karena hasil belajar turut serta dalam membentuk pribadi individu yang selalu ingin mencapai hasil yang lebih baik lagi sehingga akan merubah cara berpikir serta menghasilkan perilaku kerja yang lebih baik.

2.3. Minat

Walgito (1983:28) menyatakan bahwa, "minat merupakan suatu keadaan dimana seseorang mempunyai perhatian terhadap suatu objek dan disertai dengan adanya kecenderungan untuk berhubungan lebih aktif terhadap objek tertentu".

Sedangkan Lester D. Crow dan Alice Crow (1984:35) dalam bukunya menyatakan bahwa, "minat merupakan suatu kekuatan (*Motivating Force*) yaitu menyebabkan seseorang memusatkan perhatian pada orang lain, aktivitas atau objek tertentu".

Sedangkan Winkell (1983:30) menyatakan, "minat adalah sebagai kecenderungan yang menetap dalam diri subyek untuk merasa tertarik pada bidang atau hal tertentu dan merasa senang berkecimpung di dalam bidang tersebut".

Lebih lanjut menurut Effendi (1985:123), "minat adalah kecenderungan yang timbul apabila individu tertarik kepada sesuatu karena sesuai dengan kebutuhan atau merasa bahwa sesuatu yang akan dipelajari bermakna bagi dirinya".

Nurkencana (1986:112) menyatakan " minat atau interest merupakan gejala psikis yang berkaitan dengan objek atau aktivitas yang menstimulir perasaan senang pada individu.

Dari beberapa pendapat para ahli mengenai pengertian minat, maka dapat disimpulkan bahwa minat merupakan :

- a. Kecenderungan untuk memikirkan dalam jiwa seseorang.
- b. Rasa senang yang timbul dalam diri individu terhadap objek.
- c. Keinginan dalam diri individu untuk mengetahui, melakukan dan membuktikan lebih lanjut.
- d. Pemusatan pikiran, perasaan dan kemauan terhadap objek karena menarik perhatian.

2.3.1 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Minat

Minat yang timbul dalam diri seseorang dipengaruhi oleh banyak faktor, baik faktor yang berasal dari dalam diri individu itu sendiri (faktor instrinsik) maupun faktor yang datang dari luar (faktor ekstrinsik).

Crow and Crow yang dikutip oleh Prasetya (1999:11) menyatakan, “ada 3 faktor yang mendasari timbulnya minat yaitu faktor dorongan dari dalam, faktor motif sosial dan faktor emosional”.

Killis (1988) menyatakan bahwa minat itu dipengaruhi oleh banyak faktor antara lain: pekerjaan, sosial ekonomi, bakat, umur, jenis kelamin, kepribadian, lingkungan. Dimana faktor-faktor tersebut saling berinteraksi.

Sedangkan menurut Yuwono (2001:40), faktor-faktor yang mempengaruhi minat seseorang adalah :

- a. Kondisi pekerjaan
Tempat kerja yang memiliki suasana yang menyenangkan dengan didukung oleh kerja sama yang profesional, saling bantu dapat meningkatkan produksi.
- b. Sistem pendukung
Dalam bekerja sangat diperlukan sistem pendukung yang memadai bagi para pekerjaannya sehingga diperoleh hasil produksi yang maksimal, misalnya fasilitas kendaraan, perlengkapan pekerjaan yang memadai, kesempatan promosi, kenaikan pangkat/ kedudukan.
- c. Pribadi pekerja
Semangat kerja, pandangan pekerja terhadap pekerjaannya, kebanggaan memakai atribut bekerja, sikap terhadap pekerjaannya.

Lebih lanjut dijelaskan, faktor yang mendorong dari dalam merupakan faktor yang mendorong pemusatan perhatian dan keterlibatan mental secara aktif, faktor dorongan sosial merupakan faktor yang membangkitkan minat pada hal yang berhubungan dengan kebutuhan sosial individu itu sendiri, sedangkan faktor dorongan emosional merupakan faktor yang mendasari timbulnya minat setelah dirasakan emosi menyenangkan pada peristiwa sebelumnya.

Super and Criter yang dikutip oleh Griatama (1992:70-72), mengatakan bahwa, "minat itu dipengaruhi oleh banyak faktor seperti pekerjaan, status

sosial ekonomi, bakat, umur, jenis kelamin, pengalaman, kepribadian dan lingkungan".

Menurut Witherington (1999 : 26), minat dibedakan menjadi 2 yaitu :

- a. Minat primitive : Disebut pula minat biologis, yaitu minat yang berkisar soal makanan dan kebebasan aktifitas.
- b. Minat cultural : Disebut juga minat sosial yaitu minat yang berasal dari perbuatan yang lebih tinggi tarafnya.

2.3.2 Pentingnya Minat

Dalam suatu aktivitas termasuk aktivitas jasmani, minat merupakan hal yang penting karena minat dapat mempengaruhi seberapa besar perhatian seseorang terhadap kegiatan yang ia lakukan seperti pada permainan sepakbola. Namun pada kenyataannya setiap individu mempunyai tingkat minat yang berbeda-beda, hal ini mempengaruhi oleh banyak faktor seperti: lingkungan sosial, keluarga, teman, serta faktor lainnya.

Menurut Gie (1998), arti penting minat dalam kaitannya dengan pelaksanaan studi adalah :

- a. Minat melahirkan perhatian yang serta merta.
- b. Minat memudahnya terciptanya konsentrasi.
- c. Minat mencegah gangguan dari luar
- d. Minat memperkuat melekatnya bahan pelajaran dalam ingatan.
- e. Minat memperkecil kebosanan belajar belajar dalam diri sendiri.

Minat tersebut nantinya akan mempunyai dampak yang besar terhadap sikap dan perilaku seseorang. Seseorang yang mempunyai minat yang tinggi terhadap sesuatu aktivitas atau kegiatan tertentu baik itu yang berbentuk permainan ataupun pekerjaan maka ia akan berusaha keras untuk belajar dan aktif dalam aktivitas tersebut dibandingkan dengan orang yang mempunyai

minat yang rendah terhadap suatu aktivitas. Jika seorang siswa mempunyai minat pada pelajaran tertentu dia akan memperhatikannya.

Namun sebaliknya jika siswa tidak berminat, maka perhatian pada mata pelajaran yang sedang diajarkan biasanya dia malas untuk mengerjakannya. Demikian juga dengan siswa yang tidak menaruh perhatian yang pada mata pelajaran yang diajarkan, maka sukarlah diharapkan siswa tersebut dapat belajar dengan baik. Hal ini tentu mempengaruhi hasil belajarnya (Kartono, 1995).

2.3.3 Minat Belajar

Minat belajar adalah kecenderungan hati untuk belajar untuk mendapatkan informasi, pengetahuan, kecakapan melalui usaha, pengajaran atau pengalaman (Hardjana, 1994). Minat belajar adalah aspek psikologi seseorang yang menampakkan diri dalam beberapa gejala, seperti : gairah, keinginan, perasaan suka untuk melakukan proses perubahan tingkah laku melalui berbagai kegiatan yang meliputi mencari pengetahuan dan pengalaman, dengan kata lain, minat belajar itu adalah perhatian, rasa suka, ketertarikan seseorang (siswa) terhadap belajar yang ditunjukkan melalui keantusiasan, partisipasi dan keaktifan dalam belajar.

Peranan minat dalam proses belajar mengajar adalah untuk pemusatan pemikiran dan juga untuk menimbulkan kegembiraan dalam usaha belajar seperti adanya kegairahan hati dapat memperbesar daya kemampuan belajar dan juga membantunya tidak melupakan apa yang dipelajarinya, jadi

belajar dengan penuh dengan gairah, dapat membuat rasa kepuasan dan kesenangan tersendiri.

Suatu minat dalam belajar merupakan suatu kejiwaan yang menyertai siswa di kelas dan menemani siswa dalam belajar. Minat mempunyai fungsi sebagai pendorong yang kuat dalam mencapai prestasi dan minat juga dapat menambah kegembiraan pada setiap yang ditekuni oleh seseorang. Minat ini besar pengaruhnya terhadap belajar, karena minat siswa merupakan faktor utama yang menentukan derajat keaktifan siswa, bila bahan pelajaran yang dipelajari tidak sesuai dengan minat siswa, siswa tidak akan belajar dengan sebaik-baiknya, sebab tidak ada daya tarik baginya.

Oleh karena itu, untuk mengatasi siswa yang kurang berminat dalam belajar, guru hendaknya berusaha bagaimana menciptakan kondisi tertentu agar siswa itu selalu butuh dan ingin terus belajar. Dalam artian menciptakan siswa yang mempunyai minat belajar yang besar, mungkin dengan cara menjelaskan hal-hal yang menarik, salah satunya adalah mengembangkan variasi dalam gaya mengajar. Dengan variasi ini siswa bisa merasa senang dan memperoleh kepuasan terhadap belajar.

Jadi minat sangat erat hubungannya dengan belajar, belajar tanpa minat akan terasa menjemukan, dalam kenyataannya tidak semua belajar siswa didorong oleh faktor minatnya sendiri, ada yang mengembangkan minatnya terhadap materi pelajaran dikarenakan pengaruh dari gurunya, temannya, orang tuanya. Membangkitkan minat belajar siswa itu juga merupakan tugas guru yang mana guru harus benar-benar bisa menguasai semua keterampilan

yang menyangkut pengajaran, terutama keterampilan dalam bervariasi, keterampilan ini sangat mempengaruhi minat belajar siswa seperti halnya bervariasi dalam gaya mengajar, jika seorang guru tidak menggunakan variasi tersebut, siswa akan cepat bosan dan jenuh terhadap materi pelajaran.

Ada beberapa langkah untuk menimbulkan minat belajar pada siswa, diantaranya adalah :

- a. Arahkan perhatian siswa pada tujuan yang hendak dicapai.
 - b. Kenalilah unsur-unsur “permainan” dalam aktivitas belajar.
 - c. Rencanakan aktivitas belajar dan ikutilah rencana itu.
 - d. Pastikan tujuan belajar saat ini, misalnya menyelesaikan pekerjaan rumah atau laporan.
 - e. Dapatkan “kepuasan” setelah menyelesaikan jadwal belajar.
 - f. Bersikaplah positif menghadapi kegiatan belajar.
 - g. Latihlah “kebebasan” emosi selama belajar.
 - h. Gunakanlah seluruh kemampuan untuk mencapai target belajar setiap hari.
 - i. Tanggulangilah gangguan-gangguan selama belajar.
 - j. Berperan aktif dalam diskusi pelajaran di sekolah.
 - k. Dapatkan bahan-bahan yang mendukung aktivitas belajar.
 - l. Carilah pengajar atau guru yang dapat mengevaluasi hasil belajar.
- (Y.B Sudarmanto,1993:4).

Berhasil atau tidak seseorang dalam belajar disebabkan beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi pencapaian hasil belajar. Faktor-faktor yang mempengaruhi banyak jenisnya, tetapi digolongkan menjadi dua golongan, yaitu faktor intern, dan faktor ekstern, faktor intern adalah faktor yang ada dalam individu seperti faktor kesehatan, bakat, perhatian, sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang ada diluar individu (dirinya) seperti keluarga, sekolah, masyarakat.

2.4 Keterampilan Gerak

Keterampilan gerak merupakan faktor yang sangat penting dalam aktivitas jasmani. Keterampilan gerak yang merupakan perwujudan dari kebenaran mekanika tubuh, berpengaruh terhadap efisiensi penggunaan tenaga. Oleh karena itu di dalam upaya mencapai prestasi dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, pembinaan kualitas keterampilan gerak sama pentingnya dibanding pembinaan kualitas daya fisik.

Menurut Lutan (1988) keterampilan motorik merupakan sebuah proses dimana seseorang mengembangkan seperangkat respons ke dalam suatu gerak yang terkoordinasi, terorganisasi, dan terpadu. Sedangkan menurut Gagne.M.Robert, (1981), keterampilan motorik adalah kapabilitas seseorang untuk melakukan gerak jasmani (otot) secara terpadu dan terkoordinasi.

Keterampilan gerak merupakan perwujudan dari kualitas koordinasi dan kontrol atas bagian-bagian tubuh yang terlibat dalam gerakan. Keterampilan gerak diperoleh melalui proses belajar, yaitu dengan cara memahami gerakan dan melakukan gerakan berulang-ulang yang disertai dengan kesadaran fikir akan benar atau tidaknya gerak yang telah dilakukan.

Untuk mencapai tingkat keterampilan tertentu, lamanya waktu yang diperoleh oleh setiap individu berbeda-beda. Ada yang hanya memerlukan waktu yang singkat, dan ada yang memerlukan waktu yang cukup lama walaupun prosedur dan intensitas belajarnya sama. Hal ini disebabkan karena faktor bakat. Setiap individu memiliki bakat yang berbeda-beda. Ada yang memiliki bakat dalam

aktivitas jasmani dan ada yang tidak. Individu yang berbakat dalam aktivitas jasmani akan mampu menguasai keterampilan gerak dalam waktu yang lebih singkat.

Unsur- unsur kemampuan fisik, mental dan emosional tersebut merupakan satu kesatuan yang saling pengaruh mempengaruhi. Gangguan atau kelemahan pada salah satu unsur kemampuan berpengaruh yang tidak baik terhadap penampilan keterampilan geraknya. Oleh karena itu untuk memaksimalkan keterampilan gerak dalam rangka pencapaian prestasi aktivitas jasmani perlu dengan mempertimbangkan kebutuhan sesuai karakteristik aktivitas jasmani yang dilakukan.

Berkaitan dengan konsep belajar keterampilan gerak, Lutan (1988:126) memaparkan adanya kontribusi dari teori koneksionis dari Thorndike yaitu asosiasi antara kesan yang diperoleh dari alat dria dan impuls untuk berbuat (respons). Penekanannya terletak pada tiga aspek penting dalam belajar yaitu *readiness* (kesiapan), *exercise* (latihan), *effect* (efek).

Ketiga aspek tersebut dikenal dengan istilah “*law of readiness, law of exercise dan law of effect*”.

a. Hukum kesiapan (*law of readiness*)

Seperti dipaparkan Lutan (1996/1997:17) bahwa “satu faktor yang paling penting dari orang yang berada pada tahap awal dalam belajar adalah suatu keterampilan skill ialah kesiapan. Kesiapan belajar mengarah pada kesadaran menerima instruksi, program dan tujuan”.

b. Hukum latihan (*law of exercise*)

Lutan (1988:126) menjelaskan bahwa “ inti dari latihan itu adalah bahwa kegiatan berlatih akan membuat hasil belajar makin dikuasai atau makin sempurna”.

c. Hukum efek (*law of effect*)

Hilgard dan Bower (1977) dalam Lutan (1988:127) memaparkan bahwa : “ pengalaman yang menyenangkan yang dialami siswa berdampak terhadap menguatnya koneksi antar stimulus dan respon menguat atau melemahnya suatu koneksi adalah dampak dari konsekuensinya”.

Untuk membantu dalam memahami keahlian gerak dasar dan melakukan suatu kewajiban beberapa sistem klasifikasi/ taksonomi harus membuat organisasi keahlian gerak berdasarkan keadaan mereka. Keterampilan gerak kasar dan halus digunakan dalam penyesuaian pendidikan jasmani dan perkembangan gerak, dimana di dalam sistem klasifikasi ini terdapat perbedaan antara keduanya, yaitu:

- a. Keterampilan Gerak Halus, yaitu keterampilan gerak yang meliputi gerakan normal dan kemudian disempurnakan dengan menggunakan kekuatan otot yang kecil.
- b. Keterampilan Gerak Kasar, yaitu keterampilan gerak yang menekankan pada ketelitian dan tipe gerakan dengan memanfaatkan keluasaan anggota badan.

2.5 Sepakbola

Sepakbola merupakan permainan beregu, masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain, dan salah satunya penjaga gawang. Permainan ini hampir seluruhnya dimainkan dengan menggunakan tungkai kecuali penjaga gawang yang diperbolehkan menggunakan lengannya di daerah tendangan hukumannya.

Dalam perkembangannya permainan ini dapat dimainkan di luar ruangan (*outdoor*) dan di dalam ruangan tertutup (*indoor*). Untuk itu supaya dapat bermain dengan baik dan benar maka keterampilan gerak dasar mengenai permainan sepakbola harus diketahui, dimengerti dan dipelajari terlebih dahulu.

Lebih lanjut dikatakan bahwa sepakbola adalah aktivitas jasmani atau latihan fisik, berisikan gerakan lari, lompat, loncat, menendang, menghentakkan dan menangkap bola bagi penjaga gawang. Semua gerakan tersebut terangkai dalam suatu pola gerak yang diperlukan pemain dalam menjalankan tugasnya bermain sepakbola.

Engkos Kosasih (1994:30) mengungkapkan, untuk dapat bermain bola, penguasaan teknik merupakan suatu yang harus dimiliki oleh para pemain. Teknik sepakbola pada garis besarnya dapat dibagi atas 2 bagian besar, yaitu :

- a. Teknik badan, yaitu suatu teknik penguasaan gerak tubuh tanpa bola yang terdiri atas : teknik lari, teknik melompat, dan teknik gerak tipu badan.
- b. Teknik bola, yaitu cara mengolah bola dengan menggunakan berbagai bagian tubuh, seperti mengolah bola dengan mempergunakan kaki, paha, perut, kepala, dan dada. Teknik dengan bola antara lain adalah menendang bola,

menerima bola (kontrol) bola, menyundul bola (*heading*), menggiring bola (*dribbling*), lemparan kedalam (*throw in*), merampas bola (*tackling*), gerak tipu dengan bola, dan teknik penjaga gawang (Hariyono, 1991:18-26).

Pengertian sepakbola dalam penelitian ini adalah sepakbola *outdoor* atau sepakbola yang dimainkan di luar ruangan. Selain untuk mengenalkan bagaimana cara-cara bermain sepakbola dengan teknik yang bagus, seorang pelatih juga mengenalkan aturan-aturan yang tertuang dalam peraturan PSSI supaya seorang pemain bisa mengenal peraturan yang ada. Seorang pemain sepakbola yang tidak menguasai teknik dasar bermain sepakbola tidak akan menjadi pemain yang baik dan terkemuka (Sukatamsi, 2001:17). Sasaran yang hendak dicapai dalam pembinaan ini ialah penguasaan gerak tubuh.

Latihan dengan bola saja sudah banyak ragamnya. Ini akan nampak jika dilakukan latihan intensif dengan bola, dimana akan semakin menambah kegembiraan berlatih. Tidak ada aktivitas jasmani lain yang mendalami penguasaan teknik yang begitu banyak seperti sepakbola. Situasi yang dihadapi senantiasa berubah sedang lawan yang harus ditanggulangi mungkin seorang tapi bisa juga lebih.

Dalam permainan sepakbola seseorang harus memiliki teknik dasar *passing*. *Passing* adalah salah satu keterampilan individu dalam permainan sepakbola dengan tujuan untuk mengoper atau memberikan umpan kepada teman. Langkah perbuatan yang dimaksud berupa melakukan sebuah tendangan sederhana dengan jarak yang relatif pendek dengan tingkat ketepatan yang tinggi.

Mengoper merupakan salah satu komponen penting dalam sepakbola yang harus dilatihkan dengan harapan dapat meningkatkan kualitas permainan individu.

Mengoper yang baik dan benar sangat dibutuhkan dalam permainan sepak bola, karena dengan menguasai teknik ini maka akan mempermudah teman kita untuk menerima bola. Seperti halnya menendang, mengoper juga bisa dilakukan dengan kaki bagian luar dan bagian dalam atau bisa dengan kepala dan dada.

Beberapa kesalahan dalam mengoper: 1. laju bola tidak sesuai dengan jarak *passing* (terlalu keras atau terlalu lembek). Jika terlalu keras, bola tak terjangkau teman. Jika terlalu lembek, bola terpotong lawan, 2. umpan tidak akurat, 3. pemain tetap mengoper padahal waktunya menembak bola.

Hal-hal yang harus diperhatikan dalam mengoper bola antara lain :

1. Jangan pernah asal tendang bola (kecuali dalam keadaan genting di depan gawang : sapu bersih). Lihat situasi lalu ambil keputusan yang terbaik. Soal visi, posisikan diri selalu memiliki pandangan terbuka pada lapangan (*open to the field*).
2. Mengoper tidak harus pas ke orangnya. Contoh : a. jika teman kita sedang berlari, kita memberinya umpan pada ruang kosong di depannya. b. jika kita ingin teman kita merangsek ke depan dalam waktu yang lebih cepat, kita memberinya umpan pada ruang kosong di depannya sehingga ia berlari ke depan untuk mengejar bola tersebut. c. umpan terobosan.
3. Menerima bola tidak selalu harus menghentikannya: a. bisa langsung diarahkan pada teman, b. diarahkan ke arah kita akan berlari membawa bola (sehingga

lebih hemat waktu), c. diarahkan ke arah kosong menjauh dari lawan terdekat (untuk mengurangi *pressing* pada diri kita).

Beberapa macam *passing*: umpan 1-2 (*wall pass*), umpan terobosan (*through pass*), umpan silang (*crossing*), dan umpan diagonal.



Gambar 1. Teknik Mengoper Bola

Selain teknik mengoper, dalam permainan sepakbola dikenal juga teknik menghentikan bola. Menghentikan bola merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan sepakbola yang penggunaannya bersamaan dengan teknik menendang bola. Tujuan menghentikan bola adalah untuk mengontrol bola, yang termasuk di dalamnya adalah untuk mengatur tempo permainan, mengalihkan laju permainan, dan memudahkan untuk mengoper.

Analisis gerakannya sebagai berikut :

1. Posisi badan segaris dengan datangnya bola.
2. Kaki tumpu mengarah pada bola dengan lutut sedikit ditekuk.
3. Kaki penghenti diangkat sedikit dengan permukaan bagian dalam kaki dijulurkan ke depan segaris dengan datangnya bola.
4. Bola menyentuh kaki persis di bagian dalam/ mata kaki.
5. Kaki penghenti mengikuti arah bola.

Untuk teknik menghentikan bola masih terdapat banyak cara yang dapat dilakukan diantaranya yaitu menggunakan punggung kaki, paha, dada, serta kepala apabila memungkinkan.



Gambar 2. Teknik Menghentikan Bola

Di samping mengoper dan menghentikan bola, menggiring (*dribbling*) juga penting. Sebab, tidak selamanya kita bisa mengumpan. Ketika kita tidak menemukan teman yang bisa diumpan, kita harus menggiring. Menggiring pada dasarnya dibedakan menjadi dua: *closed dribbling* dan *speed dribbling*.

Menggiring bola diartikan dengan gerakan lari menggunakan kaki mendorong bola agar bergulir terus menerus di atas tanah. Menggiring bola hanya dilakukan pada saat-saat yang menguntungkan saja, yaitu bebas dari lawan. Pada dasarnya menggiring bola adalah menendang terputus-putus atau pelan-pelan, oleh karena itu bagian kaki yang dipergunakan dalam menggiring bola sama dengan bagian kaki yang dipergunakan untuk menendang bola. Tujuan menggiring bola antara lain untuk mendekati jarak ke sasaran, melewati lawan, dan menghambat permainan.

Menggiring bola (*dribbling*) memiliki beberapa kegunaan yaitu sebagai berikut :

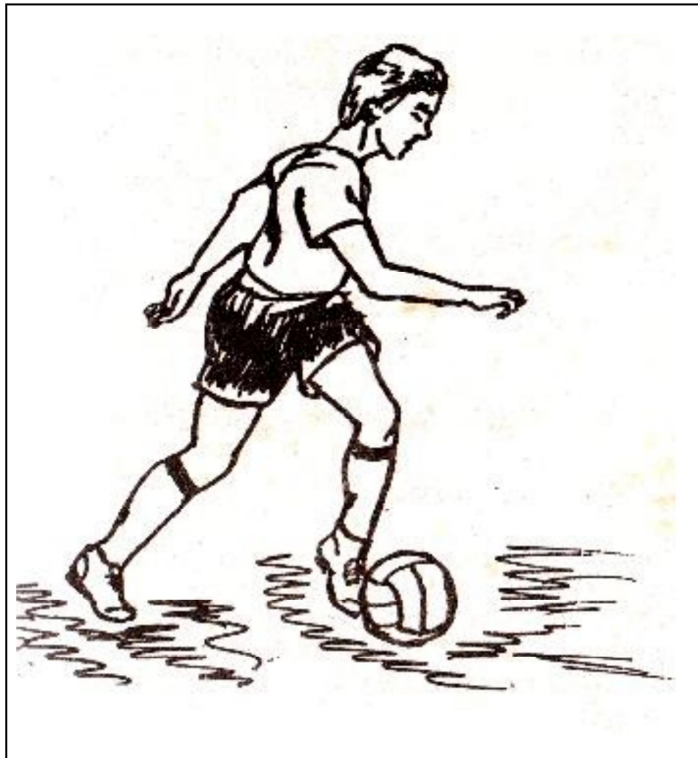
- a. Untuk melewati lawan
- b. Untuk mencari kesempatan memberikan bola umpan kepada teman dengan tepat.
- c. Untuk menahan bola tetap dalam penguasaan, menyelamatkan bola apabila tidak terdapat kemungkinan atau kesempatan untuk dengan segera memberikan operan kepada teman.

Untuk bisa menggiring bola dengan baik harus terlebih dahulu bisa menendang dan mengontrol bola dengan baik. Dengan kata lain, seorang pemain tidak akan bisa menggiring bola dengan baik apabila belum bisa menendang dan mengontrol bola dengan baik.

Tidak setiap teknik dasar dalam permainan sepakbola akan selalu berhasil dilakukan dalam setiap pelaksanaan permainan. Akan tetapi, teknik-teknik dasar tersebut dipengaruhi oleh berbagai hal dan tentunya memiliki kelebihan dan kekurangan. Tidak terkecuali pada teknik dasar menggiring bola (*dribbling*).

Berikut ini dapat penulis jelaskan mengenai kelebihan dan kekurangan teknik menggiring bola (*dribbling*) :

- a. Kelebihan *dribbling* menggunakan kaki bagian luar yaitu bila menggunakan kaki kanan dapat mengecoh ke sebelah kiri lawan atau sebaliknya. Sedangkan kelemahannya adalah tidak bisa mengecoh lawan ke sebelah kanan bila menggunakan kaki kanan, begitu pula sebaliknya.



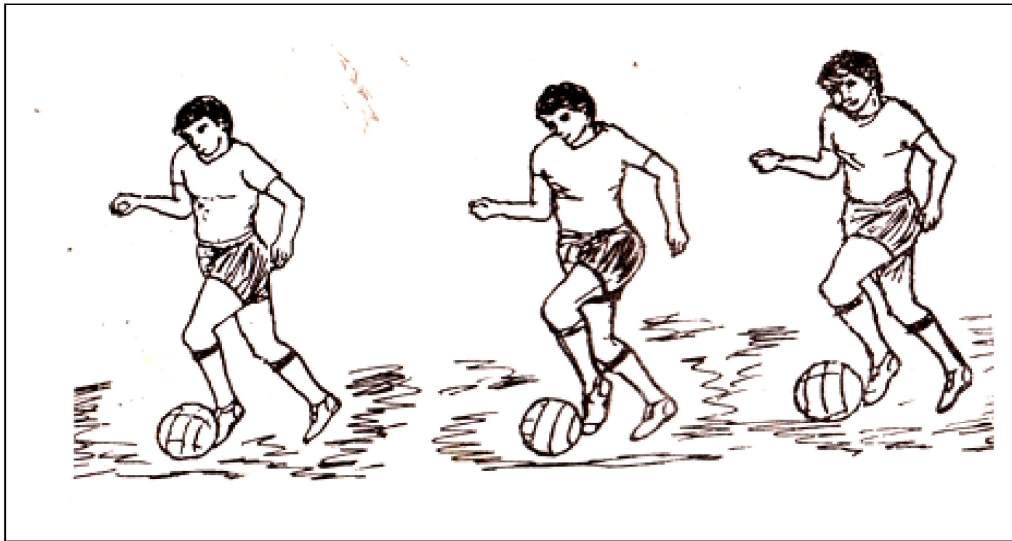
Gambar 3. Menggiring Bola Dengan Kaki Bagian Luar

- b. Kelebihan *dribbling* menggunakan kaki bagian dalam adalah dapat mengecoh lawan ke sebelah kanan lawan apabila menggunakan kaki kanan atau sebaliknya. Sedangkan kelemahannya adalah tidak bisa mengecoh lawan ke sebelah kiri bila menggunakan kaki kanan, begitu pula sebaliknya.



Gambar 4. Menggiring Bola Dengan Kaki Bagian Dalam

- c. Kelebihan *dribbling* menggunakan bagian punggung kaki adalah dapat menggiring bola dengan arah lurus apabila tidak ada lawan yang menghalangi. Sedangkan kelemahannya adalah kurang efektif untuk mengecoh lawan ke sebelah kiri atau sebelah kanan.



Gambar 5. Menggiring Bola Dengan Punggung Kaki

2.6 Kerangka Pikir

Minat merupakan salah satu dari aspek psikologis yang juga harus mendapat perhatian dari para pembina/ pelatih olahraga dan guru Pendidikan Jasmani. Dalam suatu kegiatan, termasuk kegiatan Pendidikan Jasmani, minat merupakan hal yang penting karena minat dapat mempengaruhi seberapa besar perhatian seseorang terhadap kegiatan atau aktivitas yang ia lakukan baik dalam bidang Pendidikan Jasmani seperti bermain sepakbola maupun di bidang lainnya.

Minat merupakan pendorong bagi peserta didik dalam belajar. Dengan minat tersebut, belajar bukan lagi sebagai beban bagi peserta didik. Belajar menjadi hal yang menggembirakan bahkan peserta didik dapat belajar dengan perasaan senang karena mengetahui hal-hal yang baru. Dengan kata lain, memperkecil kebosanan peserta didik terhadap pelajaran. Hal ini, menunjukkan bahwa minat sangat erat hubungannya dengan belajar.

Dalam suatu kegiatan, termasuk kegiatan Pendidikan Jasmani, minat merupakan hal yang penting karena minat dapat mempengaruhi seberapa besar perhatian seseorang terhadap kegiatan atau aktivitas yang ia lakukan baik dalam bidang Pendidikan Jasmani seperti bermain sepakbola maupun di bidang lainnya.

Namun pada kenyataannya minat peserta didik berbeda atau bahkan tidak adanya minat pada diri peserta didik. Tapi, ada kalanya minat tersebut perlu mendapatkan pengaruh dari lingkungan. Minat dari lingkungan tersebut, karena adanya pengaruh dari guru yang menggunakan variasi gaya belajar.

2.7 Hipotesis

Menurut Sudjana (1996: 219) hipotesis adalah asumsi atau dugaan mengenai sesuatu hal yang dibuat untuk menjelaskan hal itu yang sering dituntut melakukan pengecekan. Sedangkan menurut Sutrisno Hadi (2001: 257) hipotesis adalah pernyataan yang masih lemah kebenarannya dan masih perlu dibuktikan kenyataannya.

Berdasarkan kajian teoritis yang berhubungan dengan permasalahan, maka dapat dirumuskan hipotesis penelitian sebagai berikut:

H_a : Ada hubungan yang signifikan antara minat dengan hasil belajar sepakbola pada siswa kelas X SMA/ SMK se-Kecamatan Tanjung Bintang Lampung Selatan.