



PENINGKATAN KEDISIPLINAN DENGAN PEMBELAJARAN AKTIF DALAM MATA PELAJARAN PJOK DI UPT SPF SDI BERTINGKAT MAMAJANG 3

Ainul Suharman¹, Irfan², Hasrianti³

¹ PJKR Universitas Negeri Makassar

Email: ainulsuharman27@gmail.com

² PJKR, Universitas Negeri Makassar

Email: irfan7705@unm.ac.id

³ PJKR, SDI Bertingkat Mamajang 3

Email: hasrianti89@guru.sd.belajar.id

Artikel info

Received; 02-03-2023

Revised; 03-04-2023

Accepted; 04-05-2023

Published; 25-05-2023

Abstrak

Tujuan utama dalam terbitnya penelitian ini berfokus pada kurangnya disiplin peserta didik ketika mengikuti pembelajaran PJOK di UPT SPF SDI Bertingkat Mamajang 3 Kelas 6 dengan memberikan pembelajaran aktif agar mampu memperbaiki sikap-sikap non disiplin yang ditunjukkan ketika mengikuti pembelajaran PJOK kelas 6 di UPT SPF SDI Bertingkat Mamajang 3. Dengan melaksanakan pembelajaran aktif yang membuat peserta didik secara langsung terlibat di kegiatan pembelajaran, mencakup diskusi kelompok, simulasi, proyek kelompok, studi kasus, dan lain-lain yang mewujudkan peserta didik yang lebih mandiri, percaya diri, dan kreatif. Pembelajaran aktif juga mampu di asumsikan bahwa sebuah investasi untuk masa depan peserta didik. Dengan melibatkan peserta secara aktif dalam proses belajar, kita tidak hanya membekali mereka dengan pengetahuan, tetapi juga dengan keterampilan yang akan berguna sepanjang hidup mereka.

Key words:

Pembelajaran aktif,

Kedisiplinan



artikel *global journal sport* dengan akses terbuka dibawah lisensi CC

BY-4.0

PENDAHULUAN

Pembelajaran jasmani adalah studi, praktik, serta apresiasi terhadap seni serta pengetahuan gerak manusia. Pembelajaran ini adalah aspek integral dari keseluruhan sistem pembelajaran. Pengetahuan gerak adalah salah satu ciri makhluk hidup, dan aktivitas fisik merupakan bagian tak terpisahkan dari manusia. Oleh karena itu, pembelajaran tentang gerak atau aktivitas fisik sangat penting untuk kualitas hidup dan perkembangan manusia. Pendidikan jasmani dan olahraga memiliki visi jangka panjang yang diwujudkan melalui langkah-langkah jangka pendek, agar tujuan yang diharapkan dapat tercapai. Pendidikan jasmani dan olahraga juga selaras dengan tujuan pendidikan umum. Bidang ini berupaya membentuk manusia yang utuh, tidak hanya dari segi fisik, tetapi juga turut berperan dalam membangun aspek spiritual dan sosial. Olahraga sendiri berfungsi sebagai dasar filosofi hidup, yang mencerminkan keseimbangan antara tubuh yang sehat dan pikiran yang kuat, serta mengharmonisasikan kehidupan olahraga, budaya, dan pendidikan, sehingga tercipta keseimbangan hidup yang berlandaskan kebahagiaan, nilai-nilai pendidikan, dan penghargaan terhadap prinsip-prinsip etika yang baik (S. Setiawan, 2017).

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan adalah elemen kunci untuk pembelajaran serta menyeluruh, berpusat pada pengembangan kebugaran fisik, skill motorik, pemikiran analitis, skill sosial, penalaran logis, keseimbangan emosional, etika, gaya hidup sehat, serta kesadaran lingkungan bersih. Semua ini dicapai melalui kegiatan fisik, olahraga, dan tubuh sehat yang dirancang dengan sistematis guna mendukung tercapainya tujuan pendidikan nasional (Hardiyanto, 2015). Pendidikan ini adalah proses pembinaan manusia sepanjang hidup, di mana peserta didik diberi peluang agar bisa terlibat dalam banyaknya pengalaman belajar dalam aktivitas fisik, olahraga, dan tubuh sehat yang dipilih dengan cermat. Pengalaman ini dirancang untuk mendukung perkembangan fisik dan mental yang lebih baik di masa depan, sekaligus membentuk gaya hidup sehat yang berkelanjutan.

Menurut peneliti, kedisiplinan adalah faktor kunci dalam meraih kesuksesan di berbagai aspek kehidupan, termasuk dalam proses pembelajaran. Disiplin dalam belajar mencakup pengelolaan waktu, kepatuhan pada jadwal, dan fokus pada tugas. Disiplin dalam pembelajaran bukan hanya soal mengikuti aturan, tetapi juga melibatkan pengendalian diri dan sikap positif terhadap proses belajar.

Anak-anak dapat belajar memperbaiki perilaku melalui disiplin. Kedisiplinan membantu mereka merasakan kepuasan karena kesetiaan dan kepatuhan, serta mengajarkan cara berpikir teratur. Dalam konteks nilai karakter bangsa, kedisiplinan menunjukkan perilaku tertib dan patuh terhadap aturan serta otoritas yang ada (Diah Ristianan, 2020). Dengan adanya batasan, siswa didorong untuk memperbaiki kedisiplinan mereka dalam pembelajaran.

Disiplin dalam belajar melibatkan ketaatan pada aturan, baik tertulis maupun tidak tertulis, dalam proses perubahan perilaku. Ini adalah hasil dari pengalaman belajar, baik melalui pengamatan, membaca, mencoba, mendengarkan, maupun mengikuti instruksi (Sugiarto, 2019:234). Aturan tertulis maupun tidak tertulis yang diberikan guru memberikan kesadaran diri kepada peserta didik untuk membangun karakter positif. Secara keseluruhan, disiplin adalah investasi jangka panjang yang memberikan manfaat besar, karena membiasakan disiplin akan membentuk pribadi yang lebih baik dan sukses.

Disiplin memiliki dampak besar terhadap keberhasilan akademis siswa, sementara metode belajar yang efektif memungkinkan siswa meraih hasil yang lebih baik dibandingkan dengan mereka yang tidak menerapkan cara belajar yang tepat (Ariananda, 2014).

Konsep pembelajaran aktif, atau *active learning*, adalah pendekatan yang menekankan keterlibatan intelektual dan emosional peserta didik dalam proses belajar. Pembelajaran ini diarahkan untuk membantu siswa memahami cara belajar, memperoleh, dan memproses pengetahuan, keterampilan, sikap, serta nilai-nilai.

Menurut Silberman (2016), kegiatan pembelajaran aktif membantu siswa memahami perasaan, nilai, dan sikap mereka, sehingga guru dapat lebih mudah memfasilitasi kesadaran belajar siswa. Dengan kesadaran ini, pembelajaran aktif menumbuhkan sikap disiplin dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan hasil observasi di Kelas 6 UPT SPF SDI Bertingkat Mamajang 3, ditemukan bahwa beberapa siswa belum mampu menerapkan disiplin. Hal ini terkait dengan kreativitas guru yang kurang, sehingga pembelajaran menjadi monoton dan tidak menarik bagi siswa, membuat mereka kurang ekspresif selama proses pembelajaran.

METODE PENELITIAN

Penelitian yang dilaksanakan adalah model penelitian eksperimen. Penelitian eksperimen merupakan jenis penelitian secara umum untuk menilai dan mengukur kegiatan suatu perlakuan atau intervensi tertentu terhadap variabel lain dalam kondisi yang dikendalikan secara ketat. Situasi yang telah dalam kontrol ini berarti bahwa faktor ini mampu menghasilkan penelitian yang dipantau dan diatur dengan hati-hati sehingga hasil akhir bisa diukur dengan akurat. Hasil dari penelitian ini biasanya dikonversi ke dalam bentuk angka untuk memudahkan dalam pengolahan dan analisis data menggunakan metode statistik. Statistik digunakan untuk menentukan apakah perlakuan tersebut memberikan pengaruh yang signifikan terhadap variabel yang diteliti (Sugiyono, 2012:72).

Dari variabel yang ada pada penelitian ini, mendapati dua metode yang ingin diberi definisi untuk memperjelas konteks penelitian. Kedua metode yang dimaksud merupakan pengaplikasian penerapan pembelajaran aktif kepada peserta didik dengan langsung, yang dikenal dengan istilah Student-Centered Learning, dan kedisiplinan dalam belajar peserta didik yang diterapkan di UPT SPF SDI Bertingkat Mamajang 3.

1. Penerapan pembelajaran aktif berfokus pada peserta didik (Student-Centered Learning) merupakan metode pengajaran yang menempatkan peserta didik sebagai pusat dari seluruh proses pembelajaran. Dalam metode ini, siswa bukan hanya penerima informasi pasif, melainkan terlibat secara aktif dalam proses belajar mengajar. Langkah-langkah dalam pendekatan Student-Centered Learning meliputi beberapa teknik, antara lain: 1) Berbagi informasi (Information Sharing) yang dilakukan melalui berbagai metode seperti curah pendapat (Brainstorming), pembelajaran kooperatif dan kolaboratif, diskusi kelompok, diskusi panel, simposium, dan seminar; 2) Pembelajaran berbasis pengalaman (Experience-Based Learning), yang mencakup aktivitas seperti simulasi, bermain peran (Role-Playing), permainan (Games), dan kegiatan pertemuan kelompok; serta 3) Pembelajaran berbasis pemecahan masalah (Problem Solving-Based Learning), yang dilakukan melalui studi kasus, tutorial, dan lokakarya. Metode ini dirancang untuk memberdayakan peserta didik agar mampu memaksimalkan potensi mereka dalam berpikir kritis, kreatif, serta bekerja sama dengan orang lain dalam lingkungan yang interaktif.
2. Disiplin belajar peserta didik mengacu pada sikap, perilaku, dan tindakan siswa dalam menjalankan aktivitas belajar yang sesuai dengan aturan, norma, dan kesepakatan yang telah disusun baik secara tertulis maupun tidak tertulis. Kedisiplinan ini mencakup kepatuhan terhadap peraturan yang diterapkan di sekolah oleh guru, serta aturan yang ditetapkan di rumah oleh orang tua. Disiplin belajar tidak hanya terbatas pada ketaatan terhadap aturan formal, tetapi juga melibatkan komitmen pribadi siswa untuk mengikuti rutinitas belajar dengan konsisten dan bertanggung jawab.

Dalam penerapan analisis, hal pertama yang dilakukan merupakan penentuan variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas merupakan faktor yang akan diuji dalam penelitian ini, yaitu penerapan metode pembelajaran aktif yang berfokus pada peserta didik (Student-Centered Learning), yang dilambangkan sebagai variabel X. Sementara itu, variabel terikat adalah aspek yang akan dipengaruhi oleh variabel bebas, dalam hal ini adalah kedisiplinan belajar peserta didik di UPT SPF SDI Bertingkat Mamajang 3, yang dilambangkan sebagai variabel Y.

Secara keseluruhan, penelitian ini bertujuan untuk menilai sejauh mana penerapan metode pembelajaran aktif yang berfokus pada siswa dapat mempengaruhi disiplin belajar siswa, dengan harapan bahwa metode pembelajaran ini dapat mendorong peningkatan kedisiplinan dan partisipasi aktif peserta didik dalam proses pembelajaran.

Teknik Pengumpulan Data

1. Observasi

Observasi adalah metode yang digunakan untuk memantau dan mencatat seluruh aktivitas di dalam kelas selama proses pembelajaran berlangsung. Peneliti akan mengamati bagaimana guru menyampaikan materi, teknik mengajar yang digunakan, serta bagaimana siswa merespons dan berpartisipasi dalam kegiatan belajar-mengajar. Observasi ini tidak hanya penting untuk melihat interaksi yang terjadi di dalam kelas, tetapi juga berperan dalam mengidentifikasi potensi masalah atau kendala yang mungkin mempengaruhi proses pembelajaran. Melalui observasi yang cermat, peneliti dapat memahami kondisi kelas secara menyeluruh, termasuk perilaku siswa dan dinamika interaksi yang terjadi antara guru dan siswa. Observasi ini dilakukan oleh seorang rekan sejawat yang bertindak sebagai pengamat independen, menggunakan lembar observasi yang telah disiapkan sebelumnya untuk mendokumentasikan setiap aspek yang relevan dalam proses pembelajaran. Dengan cara ini, peneliti dapat memperoleh gambaran yang lebih akurat tentang situasi nyata di kelas dan memiliki dasar yang kuat untuk mengambil tindakan dalam penelitian selanjutnya.

2. Tes

Tes merupakan salah satu alat evaluasi yang digunakan peneliti untuk mengukur tingkat kedisiplinan belajar siswa. Dalam penelitian ini, jenis tes yang dipilih adalah tes tertulis, karena dinilai paling efektif untuk menilai pemahaman dan disiplin siswa saat menerima pelajaran dari guru. Tes tertulis ini berbentuk soal uraian, di mana siswa diminta untuk menjawab dengan penjelasan yang mendalam dan orisinal. Melalui soal uraian, siswa diberi kebebasan untuk mengemukakan pendapat dan memberikan jawaban yang berbeda satu sama lain, sehingga memunculkan aspek individualitas dan kemampuan berpikir kritis. Selain itu, tes ini juga menjadi sarana untuk melihat bagaimana siswa menerapkan kedisiplinan dalam memahami materi yang telah diajarkan, terutama dalam konteks penerapan dan pengelolaan waktu saat menjawab soal-soal tersebut. Tes tertulis ini dirancang untuk memberikan penilaian yang komprehensif terhadap sikap disiplin siswa, baik dalam hal kesiapan belajar, tanggung jawab terhadap tugas, maupun kemampuan untuk memecahkan masalah secara mandiri.

3. Wawancara

Metode wawancara digunakan untuk mengumpulkan informasi langsung dari para informan yang relevan dengan penelitian ini. Informan yang akan diwawancarai mencakup kepala Sekolah SDI Bertingkat Mamajang 3, guru wali kelas VI, serta siswa yang terlibat dalam proses pembelajaran. Wawancara dilakukan untuk mendapatkan sudut pandang yang lebih mendalam mengenai dinamika pembelajaran di sekolah tersebut, mulai dari pandangan guru mengenai kedisiplinan siswa hingga pengalaman siswa dalam menghadapi proses belajar-mengajar. Agar wawancara berlangsung lebih sistematis dan fokus pada tujuan penelitian, peneliti terlebih dahulu menyusun daftar pertanyaan yang disusun secara rinci dan telah dikaitkan dengan masalah yang sedang diteliti. Dengan pedoman wawancara ini, diharapkan komunikasi dengan informan dapat lebih terarah, sehingga informasi yang diperoleh lebih lengkap dan mendalam. Wawancara ini juga memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi aspek-aspek yang mungkin tidak terlihat dalam observasi atau tes, seperti perasaan, motivasi, dan pandangan pribadi dari para informan terkait pembelajaran.

4. Dokumentasi

Metode dokumentasi digunakan untuk memperoleh data yang bersumber dari berbagai catatan tertulis, foto, atau sumber-sumber lain yang relevan dengan penelitian ini. Dokumentasi berperan penting dalam melengkapi data observasi dan wawancara, karena memungkinkan peneliti untuk mengakses informasi yang bersifat historis atau administratif. Data yang dikumpulkan bisa berupa buku-buku panduan, peraturan sekolah, catatan kehadiran siswa, foto-foto kegiatan pembelajaran, hingga film dokumenter yang berkaitan dengan topik penelitian. Dengan menggabungkan data dari berbagai sumber dokumentasi, peneliti dapat memperoleh pandangan yang lebih komprehensif dan mendalam mengenai konteks penelitian. Selain itu, metode dokumentasi juga memungkinkan peneliti untuk memverifikasi atau melengkapi informasi yang diperoleh dari sumber-sumber lain, sehingga hasil penelitian menjadi lebih valid dan dapat diandalkan. Data dokumentasi ini sangat penting dalam memberikan landasan teoritis serta mendukung temuan-temuan penelitian yang telah dihasilkan melalui observasi, tes, dan wawancara.

Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan langkah penting dalam penelitian yang bertujuan untuk mengatur dan menyusun data agar lebih terstruktur. Proses ini melibatkan pengorganisasian data ke dalam pola-pola tertentu, kategori yang relevan, serta pembuatan deskripsi dasar yang membantu dalam memahami informasi yang terkandung di dalamnya. Dengan demikian, analisis data mencakup serangkaian kegiatan yang mencakup penelaahan mendalam, pengelompokan informasi, sistematisasi data, penafsiran hasil, serta verifikasi untuk memastikan bahwa fenomena yang diteliti memiliki nilai-nilai yang dapat dipertanggungjawabkan secara sosial, akademis, dan ilmiah. Dalam konteks penelitian ini, peneliti menerapkan analisis data kuantitatif, yang berarti fokus pada pengumpulan dan pengolahan data numerik untuk mendapatkan hasil yang objektif. Salah satu statistik yang digunakan dalam analisis ini adalah Uji test, yang berguna untuk membandingkan rata-rata dari dua kelompok data.

Sebelum pelaksanaan Uji test, ada beberapa persyaratan yang perlu dipenuhi agar hasil analisis dapat dianggap valid. Dua persyaratan utama yang harus diperhatikan adalah sebagai berikut:

1. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk menentukan apakah data yang dianalisis memiliki distribusi yang normal. Konsep normal di sini merujuk pada distribusi data yang mengikuti pola tertentu, yang sering kali diharapkan dalam analisis statistik. Untuk menguji normalitas data, peneliti dapat menggunakan metode One Sample Kolmogorov-Smirnov Test. Dalam pengujian ini, jika nilai Asymp. Sig lebih besar dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa data tersebut berdistribusi normal. Mengetahui apakah data terdistribusi normal sangat penting karena banyak teknik analisis statistik, termasuk Uji t, memerlukan asumsi normalitas agar hasilnya dapat diinterpretasikan dengan akurat.

2. Uji Homogenitas

Selanjutnya, Uji homogenitas digunakan untuk menentukan apakah varians data dalam suatu model pengujian bersifat homogen atau tidak. Homogenitas berarti bahwa varians antar kelompok data yang dibandingkan tidak berbeda secara signifikan. Jika asumsi homogenitas ini terpenuhi, peneliti dapat melanjutkan ke tahap analisis data yang lebih lanjut. Namun, jika tidak terpenuhi, perlu dilakukan pembetulan yang bersifat metodologis untuk memastikan keakuratan hasil analisis. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan perangkat lunak SPSS 16.0 for Windows untuk memudahkan proses penghitungan dan analisis. Langkah-langkah yang diikuti untuk melakukan uji homogenitas mirip dengan prosedur yang digunakan oleh mahasiswa PPS

UNM dalam Program Studi Administrasi Pendidikan Kekhususan Pendidikan Dasar. Prosedurnya meliputi: pertama, membuka menu Analyze, lalu memilih Compare Means dan mengklik One Way ANOVA. Setelah itu, peneliti memasukkan nilai Post Test pada kolom Dependent dan menentukan kelas pada kolom Factor. Untuk menyelesaikan proses, peneliti juga mencentang opsi Homogeneity of Variance Test sebelum melanjutkan dengan menekan tombol Continue dan akhirnya mengklik OK untuk menjalankan uji tersebut.

Ketentuan dari penelitian ini merupakan probabilitas atau nilai Asymp. Sig. (2-tailed) lebih besar dari level signifikansi yang ditentukan (α), maka dapat diartikan bahwa data berdistribusi normal. Selain itu, jika nilai Sig. atau signifikansi, yang juga dikenal sebagai nilai probabilitas, lebih besar dari 0,05, ini menunjukkan bahwa data yang dianalisis memiliki varian yang sama atau homogen. Dengan memastikan kedua syarat ini terpenuhi, peneliti dapat melanjutkan analisis data dengan keyakinan akan hasil yang diperoleh akan memberikan gambaran yang akurat dan dapat diandalkan mengenai fenomena yang sedang diteliti.

$$F_{max} = \frac{\text{Varian Tertinggi}}{\text{Varian Terendah}}$$
$$\text{Varian } (SD^2) = \frac{\Sigma X^2 - \frac{(\Sigma X)^2}{N}}{N - 1}$$

3. Uji Test

Untuk menganalisis dampak metode pembelajaran yang berfokus pada peserta didik terhadap kedisiplinan belajar, peneliti menerapkan Uji t. Uji t digunakan dalam situasi di mana informasi mengenai variabilitas populasi tidak tersedia, dan data yang digunakan memiliki skala interval dan rasio. Pola yang diterapkan untuk Uji t dalam analisis ini yaitu:

$$t - \text{test} = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\left[\frac{SD_1^2}{N_1 - 1} \right] + \left[\frac{SD_2^2}{N_2 - 1} \right]}}$$

Penjelasan :

X1 : berarti pengumpulan *representative* 1

X2 : berarti pengumpulan *representative* 2

SD2 1 : Angka yang terdapat pada distribusi *representative* 1

SD2 2 : Angka yang terdapat pada distribusi *representative* 2

N1 : Berapa banyak personel pada *representative* 1

N2 : Berapa banyak personel pada *representative* 2 (Sugiyono, 2012:145)

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil

Model pengaplikasian Metode Pembelajaran Aktif Bertumpu ke Peserta Didik di UPT SPF SDI Bertingkat Mamajang 3

1. Kelompok Eksperimen

Pelaksanaan perlakuan pada hasil ini difokuskan kepada Kumpulan penelitian yang terdiri dari siswa kelas VI. Perlakuan yang diterapkan dalam konteks penelitian ini mencakup penerapan pembelajaran aktif yang menargetkan peserta didik secara langsung. Metode ini diterapkan pada mapel Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), dengan materi yang berhubungan dengan penyesuaian terhadap lingkungan serta adaptasi tumbuhan terhadap kondisi lingkungannya.

Sebelum melaksanakan perlakuan tersebut, peneliti melakukan serangkaian langkah persiapan yang penting. Pertama, peneliti menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yang

dirancang khusus untuk materi yang akan diajarkan. RPP ini adalah dokumen penting yang memuat langkah-langkah dan strategi pembelajaran yang akan digunakan. Setelah RPP selesai, peneliti melakukan konsultasi dengan guru kelas VI di UPT SPF SDI Bertingkat Mamajang 3 untuk memastikan bahwa rencana tersebut seperti kurikulum yang aktif dan kebutuhan peserta didik. Selanjutnya, peneliti mempersiapkan alat dan bahan yang dibutuhkan pada aktivitas pembelajaran, contohnya perangkat media, alat peraga, dan sumber belajar lainnya. Selain itu, peneliti juga menentukan waktu pelaksanaan kegiatan pembelajaran, memastikan bahwa jadwal yang dibuat dapat diakomodasi dengan baik oleh semua pihak yang terlibat.

Pelaksanaan perlakuan pada dua kali kegiatan pembelajaran, di mana setiap kegiatan pembelajaran berlangsung dalam 2 jam pelajaran, dan 1 jam pelajaran berdurasi 35 menit. Dalam melaksanakan rancangan pembelajaran dengan penerapan pembelajaran aktif yang dikhususkan kepada peserta didik, juga melaksanakan identifikasi untuk mencatat aktivitas pengajar dan peserta didik selama proses pembelajaran. Observasi ini penting untuk menganalisis efektivitas metode yang diterapkan dan melihat bagaimana siswa terlibat dalam kegiatan belajar. Hasil dari observasi menunjukkan bahwa pada pertemuan pertama, pelaksanaan perlakuan pada kelompok eksperimen memperoleh nilai sebanyak 62,5%, pada kategori cukup. Namun, pada pertemuan kedua, nilai tersebut meningkat menjadi 75%, yang juga masih masuk dalam kategori cukup. Kenaikan nilai ini menunjukkan adanya perkembangan dalam keterlibatan dan kedisiplinan siswa selama proses pembelajaran berlangsung. Dengan demikian, analisis ini untuk melaksanakan refleksi terpapar untuk efektivitas penerapan pembelajaran aktif berfokus langsung ke peserta didik dalam meningkatkan kedisiplinan belajar siswa.

2. Kelompok Kontrol

Untuk kelompok kontrol yang berlangsung di kelas VI, dengan fokus pada pembelajaran mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) mengenai cara tumbuhan beradaptasi dengan lingkungan. Dalam kelompok ini, metode yang diterapkan adalah metode konvensional, yang mengandalkan ceramah sebagai cara utama. Pembelajaran dilakukan dalam dua sesi, masing-masing dengan durasi 2 jam pelajaran (2 x 35 menit). Selama kegiatan ini, peneliti melakukan observasi terhadap aktivitas guru dan siswa guna menilai partisipasi mereka. Hasil dari perlakuan di kelompok kontrol menunjukkan bahwa pada pertemuan pertama, siswa memperoleh nilai rata-rata 56,25%, yang tergolong sedang. Namun, pada pertemuan kedua, nilai tersebut meningkat menjadi 75%, yang masuk dalam kategori cukup.

Gambaran Kedisiplinan Belajar Murid di UPT SPF SDI Bertingkat Mamajang 3

Observasi terhadap aktivitas guru dalam kelompok eksperimen yang menerapkan metode pembelajaran aktif berbasis siswa menunjukkan hasil yang konsisten pada beberapa aspek. Pada pertemuan pertama, nilai untuk aspek pra-pembelajaran mencapai 50, dan angka ini tetap sama pada pertemuan kedua. Aspek kegiatan awal menunjukkan hasil sempurna, dengan nilai 100 pada kedua pertemuan. Sementara itu, dalam aspek kegiatan inti, terjadi peningkatan signifikan, dari 57 pada pertemuan pertama menjadi 71 pada pertemuan kedua. Aspek kegiatan penutup tetap stabil di angka 75 di kedua pertemuan. Secara keseluruhan, persentase aktivitas guru pada pertemuan pertama adalah 62,5%, yang meningkat menjadi 75% pada pertemuan kedua, mencerminkan peningkatan sebesar 12,5%.

Adapun aktivitas siswa dalam penelitian yang juga memakai metode pembelajaran aktif berfokus kepada peserta didik, menunjukkan tren peningkatan yang jelas. Pada aspek disiplin waktu, nilai awal adalah 14 dan naik menjadi 19 pada pertemuan kedua. Disiplin dalam mematuhi aturan meningkat signifikan dari 13 pada pertemuan pertama menjadi 25 pada

pertemuan kedua. Aspek disiplin sikap mengalami kenaikan dari 14 menjadi 18, sementara disiplin dalam beribadah mencatat lonjakan dari nilai 10 menjadi 23. Secara total, persentase aktivitas siswa naik dari 32,25% pada pertemuan pertama menjadi 51,75% pada pertemuan kedua, mencerminkan peningkatan sebesar 19,5%. Hasil ini menunjukkan bahwa penerapan metode pembelajaran aktif yang berfokus pada siswa memiliki pengaruh positif terhadap kedisiplinan belajar siswa di UPT SPF SDI Bertingkat Mamajang 3.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan cara agar menentukan data ini didapat pada analisis mendapati distribusi yang normal atau tidak. Uji ini sangat penting karena banyak analisis statistik, seperti uji t dan ANOVA, mengandalkan asumsi bahwa data mengikuti distribusi normal. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan perangkat lunak SPSS dengan metode Chi-Square untuk melaksanakan uji normalitas. Kriteria yang digunakan adalah bahwa data dianggap normal jika nilai signifikansi melebihi 0,05.

Hasil uji menunjukkan bahwa pre-test pada kelompok eksperimen memiliki nilai signifikansi sebesar 0,130, yang melebihi batas 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa data pre-test berdistribusi normal. Demikian juga, nilai signifikansi post-test kelompok eksperimen sebesar 0,233, mengonfirmasi bahwa data tersebut juga berdistribusi normal.

Sementara itu, untuk kelompok kontrol, nilai signifikansi pre-test tercatat sebesar 0,432, yang berarti data memiliki distribusi normal. Post-test untuk kelompok ini menunjukkan nilai signifikansi 0,728, sekali lagi mengonfirmasi distribusi normal pada data post-test.

Secara keseluruhan, hasil uji normalitas pada kedua kelompok, baik kelompok eksperimen maupun kontrol, mengindikasikan bahwa data yang dihasilkan memiliki distribusi normal. Ini memberikan landasan yang kuat untuk melanjutkan analisis statistik berikutnya, karena asumsi dasar distribusi normal telah terpenuhi. Dengan demikian, validitas hasil penelitian ini semakin terjamin, karena data yang akan dianalisis telah memenuhi kriteria normalitas yang diperlukan.

Tabel 4.10. Hasil Uji Normalitas Kelompok Eksperimen dan Kontrol

Variabel		Chi-Square	Asymp. Sig.	Keterangan
Eksperimen	Pre-test	16,100	0,130	Normal
	Post-test	11,335	0,233	Normal
Kontrol	Pre-test	11,128	0,432	Normal
	Post-test	7,827	0,728	Normal

Dari keseluruhan hasil uji normalitas yang dilakukan pada kedua kelompok, baik kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol, dapat disimpulkan bahwa data yang diperoleh dalam penelitian ini menunjukkan distribusi normal. Hal ini memberikan dasar yang kuat untuk melanjutkan analisis statistik berikutnya, mengingat asumsi dasar ini telah terpenuhi. Dengan kata lain, validitas dari hasil penelitian ini semakin terjamin, karena data yang digunakan dalam analisis selanjutnya sudah memenuhi kriteria normalitas yang diperlukan.

b. Uji Homogenitas

Uji Homogenitas memiliki tujuan untuk mengevaluasi kesamaan antara kelompok-kelompok yang berbeda. Dalam penelitian ini, uji homogenitas dilakukan dengan memanfaatkan program komputer SPSS dan menggunakan rumus Levene. Kriteria yang diterapkan dalam analisis ini

adalah data dianggap homogen jika nilai F hitung lebih kecil daripada F tabel, yang ditetapkan pada 4,02, serta nilai taraf signifikansi ditetapkan pada 5% (0,05).

Tabel 4.11 Hasil Uji Homogenitas

Varabel	Levene Statistic	Sig.	Keterangan
Pre-test kelompok eksperimen-kontrol	1,321	0,254	Homogen
Post-test kelompok eksperimen-kontrol	0,042	0,821	Homogen

Ketika melakukan uji homogenitas di pre-test untuk kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,244. Sementara itu, untuk post-test, nilai signifikansi yang ditemukan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol adalah 0,820. Dari hasil tersebut, dapat dilihat jika nilai signifikansi yang diperoleh lebih besar dari 0,05. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa populasi yang dianalisis mempunyai varian yang homogen, atau data tersebut dari populasi dengan varian yang serupa.

Hasil analisis dari uji t memperlihatkan jika nilai t adalah 0,113 dengan nilai signifikansi sebesar 0,032. Karena nilai signifikansi ini lebih kecil dari 0,05, maka bisa dikatakan jika hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nol (H_o) ditolak. Ini berarti terdapat perbedaan besar antara jumlah post-test kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Dari pada itu, bisa dikatakan jika ada perbedaan yang besar dalam hasil post-test antara kelompok eksperimen yang menggunakan metode pembelajaran aktif yang berpusat pada peserta didik dan kelompok kontrol yang menerapkan metode konvensional berupa ceramah.

Pembahasan

Dari penelitian ini memperlihatkan tingkat disiplin Pendidikan siswa pada mata pelajaran PJOK di kelompok eksperimen dan kontrol menghasilkan jumlah rata-rata 99,97, dengan skor tertinggi 90 dan terendah 60. Kelompok kontrol yang menggunakan metode konvensional mencatat nilai rata-rata 99,05, dengan skor tertinggi 75 dan terendah 50. Jika membandingkan hasil pre-test dan post-test dalam materi PJOK antara dua golongan ini, Dimana dengan peningkatan kedisiplinan dalam pembelajaran di kelompok eksperimen, signifikan dari kelompok kontrol.

Naiknya jumlah rata-rata disiplin belajar di kelompok eksperimen yang menerapkan metode pembelajaran aktif tekhusus kepada peserta didik yang memperlihatkan bahwa siswa lebih mampu berdisiplin pada proses pembelajaran. Sebagaimana dikemukakan oleh Maria (2016: 67), pembelajaran kedisiplinan merupakan proses pengajaran yang berfokus membentuk kebiasaan dan kecenderungan sifat yang membantu mengembangkan kapasitas psikologis dan moral individu.

Penelitian hipotesis kedua menunjukkan nilai t hitung sebesar 0,113 dengan signifikansi 0,032. Karena nilai ini lebih kecil dari 0,05, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara hasil post-test kelompok eksperimen dan kontrol. Dari analisis data ini, dapat disimpulkan bahwa mengaplikasikan penerapan pembelajaran aktif yang khusus kepada siswa memengaruhi tingkat disiplin Pendidikan siswa selama proses pendidikan.

Dalam penerapan metode pembelajaran aktif yang berpusat pada siswa, yang dilihat merupakan kegiatan guru dan siswa dalam terjadinya pembelajaran. Beberapa poin penting dari pelaksanaan metode ini mencakup:

1. Berbagi informasi melalui berbagai bentuk seperti diskusi kelompok, seminar, dan kolaborasi.
2. Pengetahuan melalui pengalaman dari contoh, bermain peran, dan aktivitas kelompok.
3. Pendidikan berbasis *problem solving* melalui studi kasus, Langkah-langkah, dan lokakarya.

Di akhir pembelajaran, guru membimbing siswa untuk merangkum pelajaran yang telah dipelajari, memberi arahan untuk menutup pelajaran dengan doa, serta memberi tindak lanjut. Sementara itu, di kelompok kontrol, guru memulai dengan memeriksa kesiapan siswa, memberikan pre-test, lalu menyampaikan materi menggunakan metode ceramah. Siswa lebih banyak mendengarkan penjelasan daripada terlibat aktif.

Dalam kegiatan IV di kelas eksperimen menerapkan pembelajaran aktif dengan materi penyesuaian tumbuhan, pembelajaran mirip dengan pertemuan I, dan ditutup dengan evaluasi mengenai keragaman suku bangsa. Di kelompok kontrol, metode ceramah masih menjadi pendekatan utama, dan siswa mengerjakan evaluasi mengenai materi yang sama.

Dari hasil observasi, pada pertemuan I di kelompok eksperimen, sebagian besar siswa aktif dan terlibat dalam pembelajaran, menunjukkan minat tinggi yang bersungguh-sungguh bertanya dan berdiskusi. Sebaliknya, pada kelompok kontrol, peserta didik biasanya pasif, dan tidak tertarik pada penjelasan guru tanpa banyak berinteraksi.

Secara umum, siswa di kelompok eksperimen lebih menunjukkan tingkat kreativitas, keterlibatan, dan kesenangan dalam belajar dibandingkan dengan siswa di kelompok kontrol. Pembelajaran yang berpusat pada siswa melalui metode aktif berkontribusi positif dalam pemahaman materi, membuat proses belajar lebih bermakna dan pengalaman yang didapat lebih mudah diingat.

PENUTUP

Pembelajaran aktif terbukti menjadi salah satu cara efektif untuk meningkatkan kedisiplinan peserta didik. Ketika siswa dilibatkan secara langsung dalam proses belajar, seperti berdiskusi, melakukan eksperimen, atau menyelesaikan proyek, mereka cenderung lebih fokus, termotivasi, dan merasa mempunyai beban atas Pendidikannya. Hal ini secara tidak langsung mendorong terbentuknya sikap disiplin yang lebih baik.

Penting untuk diingat bahwa penerapan pembelajaran aktif membutuhkan persiapan yang matang dan komitmen dari guru. Selain itu, keberhasilan pembelajaran aktif juga dipengaruhi oleh faktor-faktor lain seperti karakteristik siswa, lingkungan belajar, dan dukungan dari pihak sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Setiyawan S. (2017). Visi Pendidikan Jasmani dan Olahraga. Jurnal Ilmiah Penjas (Penelitian, Pendidikan, dan Pengajaran).
- Hardiyanto (2017). Pentingnya Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Bagi Anak Usia Sekolah Dasar. Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar STKIPBJM.
- Diah Ristianan (2020). Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas IV SD Negeri Pogading. Journal for Lesson and Learning Studies Vol. 3 No.2, July 2020.

- Sugiarto (2019:234). Faktor Kedisiplinan Belajar Pada Siswa Kelas X SMK LARENDRA BREBES. Jurnal Mimbab Ilmu. Vol. 24; No. 2; 2019; 232-238
- Ariananda (2014). Pengaruh Kedisiplinan Siswa di Sekolah Terhadap Prestasi Belajar Siswa Teknik Pendingin. Jurnal of Medichal Engineering Education, Vol. 01; No. 2; 2014;238.
- Silberman (2016). *Active Learning 101* cara belajar siswa aktif. Penerjemah: Muttaqien Raisul. Bandung: Nuansa Cendekia
- Sugiyono (2012:72). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Maria (2016:67). Ilmu Pendidikan. Bandung: Remaja Rosdakarya