

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Kajian Teori**

##### **1. Model Pembelajaran *Self Direct Learning* Berbasis Permainan pos berantai**

###### **1.1 Model Pembelajaran**

###### **a. Pengertian Model Pembelajaran**

Model pembelajaran merupakan suatu perencanaan atau pola yang digunakan sebagai pedoman dalam merencanakan pembelajaran di kelas atau pembelajaran tutorial. Menurut Joyce, Well, dan Calhoun (dalam Warsono dan Hariyanto, 2013: 172) model pembelajaran adalah suatu deskripsi dari lingkungan pembelajaran, termasuk perilaku guru menerapkan dalam pembelajaran. Model Pembelajaran memiliki beberapa manfaat yaitu bermula dari perancangan pengkajian dan perancangan kurikulum sampai proses pembelajaran.

###### **b. Ciri-ciri Model Pembelajaran**

Model pembelajaran secara umum yang dapat dikenali sebagai berikut:

- 1) Bersikap sistematis. Oleh karena itu, model pembelajaran adalah suatu prosedur sistematis untuk mengubah perilaku anak berdasarkan asumsi tertentu.
- 2) Hasil belajar ditetapkan secara khusus. Setiap model pembelajaran mendefinisikan secara rinci hasil belajar spesifik yang diharapkan

siswa dalam bentuk kinerja yang dapat diamati. Terdapat daftar yang jelas dan spesifik tentang apa saja yang wajib didemonstrasikan siswa setelah selesai.

- 3) Menentukan lingkungan spesifik. Menentukan kondisi lingkungan spesifik dalam model pendidikan.
- 4) Ukuran keberhasilan. Menjelaskan hasil belajar dalam kaitannya dengan karakter yang harus ditunjukkan siswa setelah menyelesaikan serangkaian pengajaran.
- 5) Interaksi lingkungan. Semua model pembelajaran menetapkan jalur yang memungkinkan siswa berinteraksi dan bereaksi terhadap lingkungan mereka.

## 1.2 Model Pembelajaran *Self Direct Learning*

### a. Pengertian Model Pembelajaran *Self Direct Learning*

Model Pembelajaran *Self Direct Learning* adalah metode pembelajaran yang dilaksanakan selama perencanaan, pelaksanaan, dan penilaian pembelajaran. Model ini siswa mendapatkan kebebasan untuk memilih materi yang dipelajari dan menentukan cara belajar yang sesuai dengan kebutuhan mereka.

### b. Karakteristik Pembelajaran Model *Self Direct Learning*

Beberapa ciri model pembelajaran SDL antara lain:

- 1) Siswa mempunyai kebebasan untuk menentukan mata pelajaran yang ingin dipelajarinya dan menentukan cara belajarnya sesuai dengan kebutuhannya.

- 2) Siswa lebih berperan di proses pembelajaran serta bertanggung jawab tentang hasil belajarnya sendiri.
- 3) Pembelajaran berlangsung secara mandiri serta fleksibel sehingga siswa dapat belajar sesuai kecepatan dan gaya belajarnya sendiri.
- 4) Pembelajaran dilakukan dengan bantuan berbagai sumber belajar, seperti buku, internet, dan lain-lain.
- 5) Pembelajaran dilakukan dengan menggunakan berbagai strategi pembelajaran, seperti membaca, menulis, berdiskusi, dan lain-lain.

c. Langkah-Langkah Pembelajaran Model *Self Direct Learning*

Berikut adalah langkah-langkah model pembelajaran Self-Directed Learning (SDL) yang dapat dilakukan:

- 1) Menentukan tujuan belajar. Siswa harus menentukan tujuan belajar yang ingin dicapai dan mengidentifikasi kebutuhan belajar mereka sendiri.
- 2) Merencanakan pembelajaran. Siswa harus merencanakan pembelajaran mereka sendiri, termasuk memilih materi pembelajaran, sumber daya, dan strategi belajar yang sesuai dengan preferensi dan gaya belajar mereka.
- 3) Melaksanakan pembelajaran. Siswa harus melaksanakan pembelajaran mereka sendiri dengan menggunakan sumber daya dan strategi belajar yang telah dipilih.

- 4) Mengevaluasi hasil belajar. Siswa harus mengevaluasi hasil belajar mereka sendiri dan menilai apakah tujuan belajar telah tercapai atau tidak.
- 5) Merefleksikan pembelajaran. Siswa harus merefleksikan pembelajaran mereka sendiri dan memikirkan cara untuk meningkatkan pembelajaran di masa depan.

Dalam model pembelajaran SDL, guru memiliki peran sebagai fasilitator dan pembimbing dalam proses pembelajaran. Guru membantu siswa dalam mengidentifikasi kebutuhan belajar mereka, memberikan saran dan masukan, serta memberikan umpan balik terhadap hasil belajar siswa.

d. Kelebihan dan Kekurangan Pembelajaran Model *Self Direct Learning*

Beberapa Kelebihan dari model pembelajaran SDL (Self-Directed Learning) adalah:

1. Meningkatkan kemandirian siswa dalam belajar. Dalam model pembelajaran SDL, siswa diberikan kesempatan untuk memilih materi yang ingin dipelajari dan menentukan cara belajar yang sesuai dengan kebutuhan mereka. Hal ini dapat meningkatkan motivasi dan kemandirian siswa dalam belajar.
2. Meningkatkan kemampuan siswa dalam memecahkan masalah. Dalam model pembelajaran SDL, siswa diajarkan untuk memecahkan masalah secara mandiri dan mengambil inisiatif

dalam belajar. Hal ini dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam memecahkan masalah dan mengambil keputusan.

3. Meningkatkan minat siswa dalam belajar. Dalam model pembelajaran SDL, siswa diberikan kebebasan untuk memilih materi yang ingin dipelajari dan menentukan cara belajar yang sesuai dengan kebutuhan mereka. Hal ini dapat meningkatkan minat siswa dalam belajar.

Namun, terdapat beberapa kekurangan dari model pembelajaran SDL, antara lain:

1. Memerlukan kemandirian dan motivasi yang tinggi dari siswa. Pada model pembelajaran SDL, siswa harus mempunyai kemandirian serta motivasi yang tinggi dalam belajar. Hal ini dapat menjadi kendala bagi siswa yang kurang memiliki kemandirian serta motivasi untuk belajar.
2. Memerlukan waktu yang lebih lama dalam pembelajaran. Dalam model pembelajaran SDL, siswa perlu waktu yang lebih lama belajar karena mereka harus memilih materi yang ingin dipelajari dan menentukan cara belajar yang sesuai dengan kebutuhan mereka.
3. Memerlukan pengawasan dan bimbingan yang tepat dari guru. Dalam model pembelajaran SDL, guru harus memberikan pengawasan dan bimbingan yang tepat kepada siswa agar mereka belajar dengan efektif serta efisien.

Penerapan model pembelajaran SDL tersebut, perlu diperhatikan kelebihan dan kekurangan dari model tersebut agar dapat digunakan secara efektif di dalam meningkatkan hasil belajar siswa.

### 1.3 Permainan Pos Berantai *Challenge*

#### a. Pengertian Pos Berantai *Challenge*

Permainan Pos Berantai *Challenge* merupakan permainan modifikasi yang dapat melatih kecepatan dan ketepatan dalam melakukan tantangan telah diberikan. Permainan ini memiliki langkah-langkah sebagai berikut.

1. Siswa melakukan pemanasan agar tidak cedera
2. Penjelasan dari guru mengenai permainan pos *challenge*
3. Siswa berbaris sesuai intruksi yang diberikan guru
4. Siswa mempraktikkan gerakan di masing –masing pos yaitu berupa pos: kuda-kuda, pukulan, tendangan, push up dan sit up
5. Setelah melakukan praktik siswa melanjutkan ke pos terakhir yang membahas mengenai gerakan apa saja yang sudah dipraktikkan siswa tersebut.

#### b. Fungsi Pos Berantai *Challenge*

Fungsi dari permainan pos berantai *challenge* ini yaitu agar siswa dapat mempraktikkan gerakan yang terdiri dari push up, sit up, dan gerakan dasar bela diri silat diantaranya yaitu kuda-kuda, pukulan dan tendangan dengan baik.

## 2. Hasil Belajar

#### a. Pengertian Hasil Belajar

Hasil belajar merupakan kemampuan diri setelah memperoleh sesuatu/pengalaman yang dipelajari. Menurut (Nasution:2000) hasil belajar adalah kemampuan yang dimiliki oleh peserta didik setelah menerima pengalaman pembelajaran. Hasil belajar juga dapat dijadikan sebagai evaluasi

dari pembelajaran. Menurut Slameto (2010:54) faktor-faktor yang berdampak pada hasil belajar tersebut dapat dijabarkan dalam dua bagian, meliputi :

#### 1. Faktor Dari Dalam Hasil Belajar Siswa

Faktor internal merujuk pada faktor yang berasal dari diri siswa itu sendiri. Faktor ini meliputi:

##### a. Faktor Kesehatan

Sehat artinya seluruh badan serta bagian-bagiannya di saat keadaan baik/bebas dari penyakit. Kesehatan adalah keadaan atau hal menjadi sehat. Kesehatan seseorang mempengaruhi pembelajarannya. Ketika kesehatan seseorang terganggu, maka proses belajar seseorang akan terganggu, ia juga akan cepat lelah dan kurang aktif.

##### b. Faktor Minat

Minat merupakan kecondongan yang terbukti untuk menaruh perhatian dan mengenali aktivitas tertentu. Minat yang tinggi berdampak pada pembelajaran karena bila materi pembelajaran yang dipelajari tidak sesuai dengan minat siswa maka siswa tersebut tidak akan belajar dengan baik karena tidak menarik baginya.

##### c. Faktor Bakat

Bakat adalah kemahiran untuk belajar. Kemahiran tersebut hanya dapat diwujudkan menjadi suatu keterampilan konkret melalui pembelajaran dan latihan. Terlihat bahwa bakat mempengaruhi belajar, apabila materi pembelajaran yang dipelajari siswa sesuai dengan bakatnya maka hasil belajarnya tentu lebih baik, karena mereka suka belajar dan pasti akan belajar makin rajin.

##### d. Faktor Motivasi

Motivasi erat kaitannya dengan tujuan yang ingin dicapai. Pada saat menetapkan suatu tujuan, barangkali dapat meraih tujuan tersebut ataupun tidak, namun guna mencapainya membutuhkan aksi.

## 2. Faktor Dari Luar Hasil Belajar Siswa

Faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari luar diri siswa, yang tercantum dalam faktor eksternal yakni:

### a. Faktor dari Keluarga

Faktor ini seperti tata cara orang tua mendidik anak tersebut, hubungan antar anggota keluarga, lingkungan rumah tangga, dan keadaan keuangan keluarga semua berpengaruh pada siswa yang belajar.

### b. Faktor dari Sekolah

Faktor sekolah yang mempengaruhi pembelajaran meliputi metode pengajaran, kurikulum, hubungan guru-siswa, hubungan siswa-siswa, disiplin sekolah dan kehadiran siswa, standar pengajaran, kondisi struktural, metode pembelajaran, dan pekerjaan rumah.

### c. Faktor dari Masyarakat

Faktor dari Masyarakat sangatlah berpengaruh terhadap belajar siswa karena keberadaan siswa di masyarakat. Seperti kegiatan siswa dalam masyarakat, pengaruh dari teman bergaul siswa dan kehidupan masyarakat disekitar siswa juga berpengaruh terhadap belajar siswa.

## b. Macam-macam Hasil Belajar

Peranan penting dari hasil belajar dapat mengetahui sejauh mana pemahaman siswa mengenai materi yang disampaikan. Berikut ada tiga hasil belajar.

1. Hasil Belajar Kognitif terdiri dari: Pengetahuan (Knowlage), Pemahaman atau Persepsi (Comprehension), Penerapan (Application), Penguraian atau penjabaran (Analysis), Pemanduan (Synthesis), Penilaian (Evaluation).

## 2. Hasil Belajar Afektif:

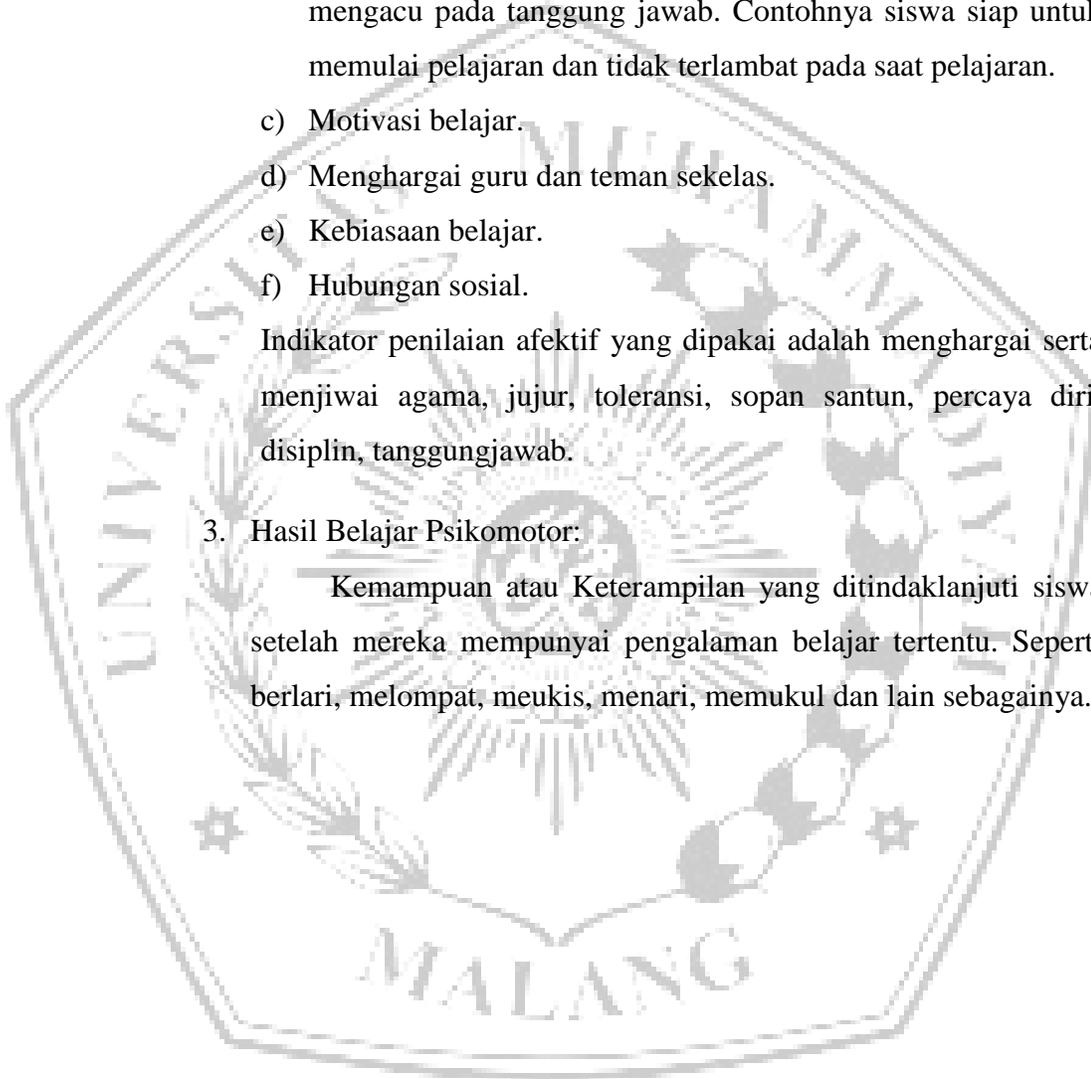
Berikut merupakan penilaian hasil belajar afektif, meliputi;

- a) Perhatian dalam pembelajaran. Siswa memperhatikan pelajaran yang telah disampaikan dari guru.
- b) Disiplin. Siswa menaati maupun menunjukkan sikap yang mengacu pada tanggung jawab. Contohnya siswa siap untuk memulai pelajaran dan tidak terlambat pada saat pelajaran.
- c) Motivasi belajar.
- d) Menghargai guru dan teman sekelas.
- e) Kebiasaan belajar.
- f) Hubungan sosial.

Indikator penilaian afektif yang dipakai adalah menghargai serta menjiwai agama, jujur, toleransi, sopan santun, percaya diri, disiplin, tanggungjawab.

## 3. Hasil Belajar Psikomotor:

Kemampuan atau Keterampilan yang ditindaklanjuti siswa setelah mereka mempunyai pengalaman belajar tertentu. Seperti berlari, melompat, meukis, menari, memukul dan lain sebagainya.



## B. Kajian Penelitian Yang Relevan

Tabel 2.1 Kajian Penelitian Yang Relevan

No.	Judul Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1.	“PENGEMBANGAN GERAK DASAR SENAM PENCAK SILAT UNTUK SEKOLAH DASAR” (2018)	Penelitian ini juga menggunakan penelitian pengembangan yang membahas materi bela diri.	Penelitian ini mengambil pembelajaran senam
2.	“PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN FLEKSIBILITAS TINGKAT LANJUT DALAM PEMBELAJARAN PENCAK SILAT” (2019)	Penelitian ini sama-sama penelitian pengembangan model dan membahas mengenai pencak silat (bela diri)	Penelitian ini mengambil mengenai latihan fleksibel tingkat lanjut.
3.	“PENGEMBANGAN MODEL PEMBELAJARAN SENAM KARATE KIDS (SKK) DI SDI AT’TAQWA SURABAYA” (2020)	Penelitian ini sama-sama penelitian pengembangan model pembelajaran bela diri gerak fisik	Penelitian ini mengambil tentang Senam Karate Kids (SKK).

### C. Kerangka Pikir

