

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan usaha sadar dan terencana untuk mengembangkan potensi siswa agar memiliki kemampuan intelektual, keterampilan, sikap, dan karakter yang diperlukan dalam kehidupan bermasyarakat. Dalam lingkungan Sekolah Menengah Kejuruan (SMK), pendidikan tidak hanya berorientasi pada penguasaan teori, tetapi juga pada pengembangan keterampilan dan kesiapan siswa dalam menghadapi dunia kerja (Mulawarman, 2024). Salah satu mata pelajaran yang memiliki peran penting dalam mendukung tujuan tersebut adalah Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Melalui pembelajaran PJOK, siswa diharapkan mampu meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan gerak, menanamkan sikap sportif, serta membentuk pola hidup sehat (Mulawarman, 2024).

Dalam proses pembelajaran PJOK, siswa sering menghadapi berbagai permasalahan yang dapat memengaruhi keterlibatan mereka dalam kegiatan belajar. Permasalahan tersebut dapat berupa kesulitan memahami materi teori, keterbatasan kemampuan fisik, kurangnya penguasaan keterampilan gerak tertentu, rasa kurang percaya diri saat melakukan praktik di depan teman-teman, hingga kondisi lingkungan belajar yang kurang mendukung (Pratiwi et al., 2023). Berbagai permasalahan tersebut menuntut siswa untuk mencari dan

menerapkan solusi agar tetap dapat mengikuti pembelajaran dengan baik (Jasmani et al., 2020).

Solusi belajar merupakan berbagai upaya atau cara yang dilakukan siswa untuk mengatasi hambatan yang dihadapi selama proses pembelajaran. Dalam konteks PJOK, solusi belajar dapat berupa meminta bantuan guru atau teman, berlatih secara mandiri di luar jam pelajaran, mencari informasi tambahan melalui media digital, meningkatkan kebugaran fisik, maupun mengatur strategi belajar yang sesuai dengan kemampuan masing-masing (Wibowo & Ferianto, 2020). Solusi yang dipilih oleh setiap siswa dapat berbeda-beda sesuai dengan kebutuhan, pengalaman, dan kondisi yang mereka hadapi (Pratiwi et al., 2023).

Namun demikian, solusi belajar yang digunakan siswa tidak selalu bersifat tetap. Dalam praktiknya, solusi yang diterapkan dapat berubah sesuai dengan situasi dan permasalahan yang dihadapi. Pada kondisi tertentu, siswa dapat menunjukkan kemampuan yang baik dalam mengatasi kesulitan belajar melalui berbagai strategi yang efektif. Akan tetapi, pada kondisi lain siswa dapat mengalami kebingungan dalam menentukan cara mengatasi masalah belajar yang dihadapinya. Perubahan penggunaan solusi belajar tersebut menunjukkan adanya fluktuasi solusi belajar yang terjadi selama proses pembelajaran berlangsung (Andriana et al., 2023).

Fluktuasi solusi belajar dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik yang berasal dari dalam diri siswa maupun dari lingkungan sekitarnya. Faktor internal meliputi tingkat pemahaman materi, kondisi fisik, rasa percaya diri, pengalaman belajar, serta kemampuan siswa dalam memecahkan masalah. Sementara itu,

faktor eksternal mencakup metode pembelajaran yang digunakan guru, dukungan teman sebaya, ketersediaan sarana dan prasarana olahraga, serta kondisi lingkungan belajar. Perbedaan faktor-faktor tersebut menyebabkan setiap siswa memiliki cara yang berbeda dalam mencari dan menerapkan solusi terhadap kesulitan belajar yang mereka alami.

Berdasarkan hasil observasi awal selama pelaksanaan Program Pengalaman Lapangan (PPL) di SMK Negeri 5 Kupang, ditemukan bahwa siswa kelas X menunjukkan berbagai bentuk solusi belajar yang berbeda ketika menghadapi kesulitan dalam pembelajaran PJOK. Sebagian siswa memilih bertanya kepada guru atau teman ketika mengalami kesulitan memahami materi maupun melakukan gerakan tertentu. Sebagian lainnya lebih memilih mengamati teman yang dianggap lebih mampu, mencari informasi tambahan melalui internet, atau berlatih secara mandiri. Namun, tidak sedikit siswa yang belum memiliki solusi yang tepat sehingga cenderung pasif dan kurang terlibat dalam kegiatan pembelajaran.

Selain itu, penggunaan solusi belajar oleh siswa juga mengalami perubahan sesuai dengan jenis materi yang dipelajari. Pada materi permainan olahraga, siswa cenderung lebih mudah mencari bantuan dari teman atau bekerja sama dalam kelompok. Sebaliknya, pada materi yang membutuhkan kemampuan fisik tertentu atau materi teori kesehatan, sebagian siswa mengalami kesulitan dalam menentukan cara belajar yang efektif. Kondisi ini menunjukkan bahwa solusi belajar siswa bersifat dinamis dan dapat mengalami perubahan atau fluktuasi selama proses pembelajaran PJOK berlangsung.

Apabila fenomena fluktuasi solusi belajar ini tidak dipahami secara mendalam, maka guru akan mengalami kesulitan dalam merancang strategi pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan siswa. Padahal, pemahaman mengenai solusi belajar yang digunakan siswa dapat membantu guru dalam memberikan pendampingan, bimbingan, serta dukungan yang tepat untuk mengatasi berbagai hambatan pembelajaran. Oleh karena itu, diperlukan suatu kajian yang mampu menggambarkan bagaimana bentuk fluktuasi solusi belajar siswa, faktor-faktor yang memengaruhinya, serta peran guru dalam membantu siswa menemukan solusi yang efektif selama mengikuti pembelajaran PJOK.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan Penelitian dengan judul **“Fluktuasi Solusi Belajar Siswa Kelas X dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di SMK Negeri 5 Kupang”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan dalam pembelajaran PJOK di SMK Negeri 5 Kupang sebagai berikut:

1. Siswa kelas X SMK Negeri 5 Kupang menghadapi berbagai kesulitan dalam mengikuti pembelajaran PJOK, baik pada materi teori maupun praktik.
2. Terdapat perbedaan solusi belajar yang digunakan siswa dalam mengatasi kesulitan yang dihadapi selama proses pembelajaran PJOK.

3. Solusi belajar yang digunakan siswa cenderung berubah-ubah sesuai dengan jenis materi, kondisi fisik, dan situasi pembelajaran yang dihadapi.
4. Sebagian siswa belum mampu menentukan solusi belajar yang efektif ketika mengalami kesulitan dalam pembelajaran PJOK.
5. Faktor internal dan eksternal diduga memengaruhi munculnya fluktuasi solusi belajar siswa dalam pembelajaran PJOK.
6. Belum terdapat kajian yang mendalam mengenai bentuk fluktuasi solusi belajar siswa kelas X dalam pembelajaran PJOK di SMK Negeri 5 Kupang.

C. Batasan Masalah

Agar Penelitian ini lebih terarah dan tidak menyimpang dari tujuan yang telah ditetapkan, maka Penelitian ini dibatasi pada kajian mengenai fluktuasi solusi belajar siswa kelas X di SMK Negeri 5 Kupang dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Fokus Penelitian diarahkan pada bentuk-bentuk solusi belajar yang digunakan siswa dalam mengatasi kesulitan belajar, faktor-faktor yang memengaruhi perubahan solusi belajar tersebut, serta peran guru dalam membantu siswa menemukan solusi belajar yang tepat selama proses pembelajaran berlangsung pada semester genap tahun ajaran 2025/2026.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan batasan masalah tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Bagaimanakah fluktuasi solusi belajar siswa kelas X dalam pembelajaran PJOK di SMK Negeri 5 Kupang, faktor-faktor yang memengaruhinya, serta upaya guru dalam membantu siswa mengatasi kesulitan belajar melalui penerapan solusi belajar yang tepat?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah ditetapkan, maka penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran yang mendalam mengenai fluktuasi solusi belajar siswa kelas X dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di SMK Negeri 5 Kupang, termasuk faktor-faktor yang memengaruhi perubahan solusi belajar yang digunakan siswa serta upaya guru dalam membantu siswa menemukan dan menerapkan solusi belajar yang efektif guna mengatasi berbagai kesulitan yang dihadapi selama proses pembelajaran.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat akademis

- a. Memberikan kontribusi bagi pengembangan psikologi pendidikan, khususnya mengenai pemahaman dinamika fluktuasi motivasi belajar siswa pada mata pelajaran yang mengandalkan aktivitas fisik.

- b. Memperkuat relevansi teori-teori motivasi, seperti teori harapan (*expectancy theory*) serta konsep motivasi intrinsik dan ekstrinsik, dalam konteks lingkungan Sekolah Menengah Kejuruan (SMK).
- c. Menjadi referensi atau literatur pendukung bagi peneliti selanjutnya yang ingin memperdalam kajian mengenai motivasi belajar dalam ranah pendidikan jasmani melalui cakupan yang lebih luas.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi Guru PJOK: Sebagai bahan evaluasi dan gambaran nyata di lapangan untuk merancang strategi serta metode pembelajaran yang lebih adaptif dan variatif guna menjaga stabilitas motivasi siswa.
- b. Bagi Siswa: Sebagai sarana refleksi diri untuk menumbuhkan kesadaran akan pentingnya motivasi internal agar dapat berpartisipasi secara aktif dan disiplin dalam kegiatan pembelajaran.
- c. Bagi Sekolah: Sebagai dasar pertimbangan bagi SMK Negeri 5 Kupang dalam mengambil kebijakan terkait optimalisasi sarana prasarana olahraga serta penciptaan iklim sekolah yang mendukung aktivitas fisik siswa