

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Kontekstual

1. Konsep Disiplin Belajar

a. Definisi Disiplin Belajar

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (Bahasa, 2025), disiplin diartikan sebagai ketaatan dan kepatuhan terhadap peraturan yang berlaku, sedangkan belajar berarti berusaha memperoleh kepandaian atau ilmu. Dengan demikian, disiplin belajar dapat diartikan sebagai sikap patuh dan tertib seseorang dalam menjalani proses memperoleh pengetahuan. Dalam konteks pendidikan, (Slameto, 2020:2) menjelaskan bahwa disiplin belajar adalah kebiasaan siswa dalam menaati tata tertib sekolah serta mengatur waktu belajar secara efektif dan bertanggung jawab (Daryanto, 2021:45) menambahkan bahwa disiplin belajar mencakup kontrol diri, keteraturan, dan kesadaran untuk melaksanakan kewajiban akademik tanpa paksaan. Berdasarkan definisi-definisi tersebut, disiplin belajar secara konseptual dapat disimpulkan sebagai kemampuan siswa untuk mengatur perilaku belajar secara sadar, patuh terhadap peraturan, dan konsisten dalam melaksanakan kegiatan akademik guna mencapai tujuan pembelajaran secara optimal (Bahasa, 2025; Daryanto, 2021:45; Slameto, 2020:2).

b. Indikator Disiplin Belajar

Indikator disiplin belajar berfungsi sebagai dasar operasional dalam mengukur tingkat kedisiplinan siswa selama mengikuti proses pembelajaran. Disiplin belajar tidak hanya dipahami sebagai kepatuhan formal terhadap aturan, tetapi juga mencerminkan keteraturan perilaku dan tanggung jawab siswa dalam menjalankan kewajiban belajarnya secara konsisten. Hurlock menegaskan bahwa disiplin belajar tercermin melalui kepatuhan terhadap peraturan, keteraturan dalam bertindak, serta tanggung jawab terhadap tugas yang diberikan dalam lingkungan belajar. (Hurlock, 2019:48).

Dalam konteks pendidikan jasmani, disiplin belajar perlu disesuaikan dengan karakteristik pembelajaran yang menuntut keterlibatan fisik, kerja sama, serta kepatuhan terhadap prosedur keselamatan. Yusuf menyatakan bahwa disiplin belajar dalam pembelajaran praktik menekankan pada kesiapan mengikuti kegiatan, kepatuhan terhadap instruksi guru, serta konsistensi dalam menyelesaikan tugas-tugas pembelajaran. Oleh karena itu, indikator disiplin belajar dalam pembelajaran PJOK tidak berkaitan dengan kualitas gerak, melainkan pada sikap dan perilaku siswa saat mengikuti aktivitas jasmani. (Yusuf, 2022:45).

Berdasarkan kajian tersebut serta penyesuaian dengan indikator operasional yang digunakan dalam instrumen penelitian, indikator disiplin belajar dalam penelitian ini meliputi: (1) kehadiran dalam pembelajaran PJOK sebagai bentuk keteraturan mengikuti kegiatan belajar, (2) ketepatan waktu dalam mengikuti pembelajaran dan instruksi guru sebagai wujud manajemen waktu dan kesiapan belajar, (3) penyelesaian tugas PJOK sebagai bentuk tanggung jawab terhadap kewajiban akademik, (4) kesiapan mengikuti aktivitas fisik yang mencakup kesiapan perlengkapan dan kesiapan sikap belajar, serta (5) kepatuhan terhadap aturan pembelajaran PJOK sebagai bentuk ketaatan terhadap tata tertib dan prosedur kegiatan. Indikator-indikator ini disusun dengan mengacu dan diselaraskan dengan kisi-kisi instrumen penelitian sehingga memiliki konsistensi antara konsep teoretis dan pengukuran empiris di lapangan. (Awiria, 2021:1-8).

Indikator-indikator tersebut dipilih karena merepresentasikan aspek disiplin belajar yang dapat diamati secara nyata dalam pembelajaran PJOK dan relevan untuk mengukur perilaku belajar siswa secara objektif dan terstruktur, serta telah disesuaikan dengan indikator disiplin belajar yang digunakan dalam penelitian sebelumnya yang menekankan aspek kehadiran, ketepatan waktu, tanggung jawab,

kesiapan, dan kepatuhan sebagai dimensi utama disiplin belajar siswa. (Awiria, 2021:1-8; Hurlock, 2019:48; Yusuf, 2022:45).

c. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Disiplin Belajar

Disiplin belajar siswa dipengaruhi oleh berbagai faktor yang berasal dari dalam diri siswa maupun dari lingkungan sekitarnya. Menurut Sardiman (2020:85), faktor-faktor yang memengaruhi disiplin belajar dapat dikelompokkan menjadi faktor internal dan faktor eksternal.

1) Faktor Internal

Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri siswa dan berpengaruh langsung terhadap perilaku belajarnya. Faktor internal yang memengaruhi disiplin belajar meliputi:

a) Motivasi Belajar

Motivasi belajar merupakan dorongan yang muncul dari dalam diri siswa untuk melakukan kegiatan belajar dan mencapai tujuan pembelajaran. Siswa yang memiliki motivasi belajar tinggi cenderung lebih disiplin dalam mengikuti pembelajaran, mengerjakan tugas, dan mematuhi aturan sekolah. (Sardiman, 2020:85).

b) Minat Belajar

Minat belajar adalah ketertarikan siswa terhadap kegiatan belajar atau mata pelajaran tertentu. Semakin tinggi minat siswa terhadap pembelajaran, semakin besar pula kecenderungannya untuk mengikuti pembelajaran secara tertib dan bertanggung jawab. (Slameto, 2020:180).

c) Kesadaran Diri

Kesadaran diri merupakan kemampuan siswa untuk memahami dan mengendalikan perilakunya sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Kesadaran diri yang baik akan mendorong siswa untuk mematuhi aturan, mengatur waktu belajar, dan melaksanakan kewajiban akademik secara konsisten. (Daryanto, 2021:52).

2) Faktor Eksternal

Faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar diri siswa dan memengaruhi pembentukan perilaku disiplin dalam belajar. Faktor eksternal tersebut meliputi:

a) Lingkungan Keluarga

Keluarga merupakan lingkungan pendidikan pertama bagi anak. Perhatian, pengawasan, serta pembiasaan yang diberikan orang tua berpengaruh terhadap pembentukan

sikap disiplin belajar siswa. Dukungan keluarga yang baik akan membantu siswa mengembangkan kebiasaan belajar yang teratur. (Fitriyani, Hakim, & Sudrajat, 2022:49)

b) Lingkungan Sekolah

Lingkungan sekolah yang kondusif, tertib, dan mendukung proses pembelajaran dapat meningkatkan disiplin belajar siswa. Tata tertib sekolah, budaya belajar, serta suasana akademik yang positif berperan dalam membentuk perilaku disiplin siswa. (Fitriyani, Hakim, & Sudrajat, 2022:51).

c) Guru

Guru memiliki peran penting dalam menanamkan disiplin melalui keteladanan, pembinaan, pengawasan, dan penegakan aturan selama proses pembelajaran. Sikap tegas dan konsisten guru dapat membantu siswa membentuk kebiasaan disiplin dalam belajar. (Fitriyani, Hakim, & Sudrajat, 2022:51).

d) Lingkungan Teman Sebaya

Teman sebaya dapat memberikan pengaruh positif maupun negatif terhadap disiplin belajar siswa. Lingkungan pertemanan yang mendukung kegiatan belajar akan

mendorong siswa untuk lebih disiplin, sedangkan lingkungan yang kurang mendukung dapat menghambat pembentukan perilaku disiplin. (Fitriyani, Hakim, & Sudrajat, 2022:53).

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa disiplin belajar dipengaruhi oleh faktor internal yang meliputi motivasi belajar, minat belajar, dan kesadaran diri, serta faktor eksternal yang meliputi lingkungan keluarga, sekolah, guru, dan teman sebaya. Kedua faktor tersebut saling berinteraksi dalam membentuk perilaku disiplin siswa selama mengikuti proses pembelajaran. (Rusni & Agustan, 2024:94).

d. Tujuan Disiplin Belajar

Disiplin belajar memiliki tujuan untuk membentuk perilaku belajar yang teratur, bertanggung jawab, dan konsisten dalam menjalankan kegiatan akademik. Melalui disiplin belajar, siswa dibiasakan untuk mematuhi aturan, menghargai waktu, serta melaksanakan tugas-tugas pembelajaran dengan penuh tanggung jawab. Pembiasaan tersebut penting karena dapat membantu siswa mengembangkan kebiasaan belajar yang positif dan mendukung pencapaian tujuan pendidikan secara optimal. Disiplin belajar juga berfungsi sebagai sarana pembentukan karakter yang memungkinkan siswa memiliki kontrol

diri dalam menghadapi berbagai tuntutan pembelajaran. (Sardiman, 2020: 98).

Selain membentuk keteraturan perilaku belajar, disiplin belajar bertujuan meningkatkan efektivitas proses pembelajaran. Siswa yang memiliki disiplin belajar yang baik cenderung lebih siap mengikuti pembelajaran, mampu mengelola waktu secara efektif, serta menunjukkan keterlibatan yang lebih tinggi dalam kegiatan belajar. Kondisi tersebut berdampak pada meningkatnya kualitas proses belajar dan peluang pencapaian hasil belajar yang lebih baik. Dengan demikian, disiplin belajar tidak hanya berfungsi sebagai sarana pengendalian perilaku, tetapi juga sebagai faktor pendukung keberhasilan belajar siswa. (Fitriyani, Hakim, & Sudrajat, 2022).

e. Simpulan Konsep Disiplin Belajar

Berdasarkan berbagai teori yang telah diuraikan, dapat disimpulkan bahwa disiplin belajar merupakan sikap dan perilaku siswa yang menunjukkan kepatuhan terhadap aturan, tanggung jawab dalam melaksanakan tugas, keteraturan dalam mengikuti pembelajaran, serta konsistensi dalam menjalankan kewajiban akademik secara sadar dan berkelanjutan. Disiplin belajar tidak hanya dipengaruhi oleh faktor internal seperti motivasi, minat, dan kesadaran diri, tetapi juga dipengaruhi oleh

faktor eksternal seperti keluarga, guru, sekolah, dan lingkungan teman sebaya.

Dalam penelitian ini, disiplin belajar digunakan sebagai variabel bebas (X) yang didefinisikan sebagai tingkat kepatuhan dan keteraturan siswa kelas VI SD Negeri 20 Kota Bengkulu dalam mengikuti pembelajaran PJOK. Variabel ini diukur melalui indikator kehadiran dalam pembelajaran, ketepatan waktu, penyelesaian tugas, kesiapan mengikuti aktivitas fisik, dan kepatuhan terhadap aturan pembelajaran PJOK. Indikator-indikator tersebut menjadi dasar dalam penyusunan instrumen penelitian yang digunakan untuk mengukur disiplin belajar siswa. (Awiria, 2021: 1–8; Yusuf, 2022: 45).

2. Konsep Hasil Belajar

a. Definisi Hasil Belajar

Menurut (KBBI, 2025), hasil diartikan sebagai sesuatu yang diperoleh dari suatu usaha, sedangkan belajar berarti usaha memperoleh pengetahuan atau keterampilan. Dengan demikian, hasil belajar berarti capaian atau prestasi yang diperoleh siswa setelah menjalani proses belajar. (Sudjana, 2021) mendefinisikan hasil belajar sebagai kemampuan yang dimiliki siswa setelah melalui proses pembelajaran, meliputi ranah kognitif, afektif, dan psikomotorik. (Winkel, 2020) menjelaskan bahwa hasil belajar

mencerminkan perubahan perilaku siswa dalam pengetahuan, sikap, dan keterampilan setelah menerima pengalaman belajar. Dalam konteks pembelajaran PJOK, hasil belajar tidak hanya berupa pengetahuan teori, tetapi juga keterampilan gerak dan perilaku sportif. Oleh karena itu, hasil belajar secara konseptual dapat dipahami sebagai kemampuan siswa yang terbentuk melalui pengalaman belajar, mencakup aspek pengetahuan, sikap, dan keterampilan jasmani yang dapat diamati dan diukur (KBBI, 2025; Sudjana, 2021; Winkel, 2020).

b. Indikator Hasil Belajar (Ranah Psikomotor)

Indikator hasil belajar pada ranah psikomotor digunakan untuk menilai tingkat keterampilan gerak siswa sebagai hasil dari proses pembelajaran. Ranah psikomotor menitikberatkan pada kemampuan siswa dalam melakukan aktivitas fisik yang melibatkan koordinasi otot, ketepatan gerak, keseimbangan tubuh, serta penguasaan teknik sesuai tujuan pembelajaran. Dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), ranah psikomotor menjadi fokus utama karena keberhasilan belajar lebih banyak ditunjukkan melalui kemampuan praktik dan performa gerak yang dapat diamati secara langsung (Harrow, 2020; Suprijono, 2021)

Secara konseptual, hasil belajar psikomotor menggambarkan tingkat penguasaan siswa terhadap

keterampilan gerak dasar dan keterampilan olahraga yang diperoleh melalui latihan dan pengalaman belajar yang berkelanjutan. Indikator hasil belajar psikomotor tidak hanya menilai hasil akhir berupa benar atau salahnya suatu gerakan, tetapi juga memperhatikan kesiapan siswa dalam melakukan aktivitas fisik, ketepatan pelaksanaan teknik gerak, serta keterpaduan gerak tubuh selama aktivitas berlangsung. Oleh karena itu, penilaian psikomotor dilakukan melalui observasi langsung terhadap performa siswa dalam kegiatan praktik PJOK (Ermalinda, Usman, & Sari, 2022).

Berdasarkan kajian taksonomi ranah psikomotor dan karakteristik pembelajaran PJOK di sekolah dasar, indikator hasil belajar psikomotor dalam penelitian ini meliputi: (1) kesiapan melakukan aktivitas motorik, yaitu kesiapan fisik dan mental siswa sebelum melaksanakan kegiatan gerak; (2) ketepatan pelaksanaan gerakan olahraga, yang mencerminkan kemampuan siswa melakukan gerakan sesuai instruksi dan teknik yang diajarkan; (3) koordinasi dan keseimbangan tubuh, yaitu kemampuan mengoordinasikan anggota tubuh secara terpadu dan stabil selama melakukan aktivitas fisik; serta (4) kualitas performa gerak sesuai materi pembelajaran PJOK, yang mencakup kelancaran, ketepatan, dan kesesuaian gerakan dengan standar

pembelajaran yang ditetapkan (Harrow, 2020; Suprijono, 2021).

Kualitas performa gerak menjadi indikator penting karena menunjukkan sejauh mana siswa mampu menerapkan keterampilan yang dipelajari secara konsisten dan efektif dalam situasi pembelajaran yang nyata. Penilaian terhadap indikator ini memungkinkan guru untuk menilai perkembangan keterampilan siswa secara menyeluruh, baik dari segi proses maupun hasil praktik yang ditampilkan selama pembelajaran berlangsung (Ermalinda et al., 2022)

Dengan menggunakan indikator-indikator tersebut, hasil belajar PJOK ranah psikomotor dapat diukur secara objektif dan terstruktur. Penilaian tidak hanya berfokus pada capaian akhir, tetapi juga pada kualitas keterampilan gerak yang berkembang melalui proses pembelajaran. Hal ini sejalan dengan tujuan PJOK di sekolah dasar yang menekankan pengembangan keterampilan jasmani, koordinasi gerak, serta pembentukan kebiasaan hidup aktif melalui pengalaman belajar langsung (Suprijono, 2021).

c. Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Hasil Belajar

Hasil belajar merupakan kemampuan yang diperoleh siswa setelah mengikuti proses pembelajaran. Tinggi rendahnya hasil belajar tidak hanya ditentukan oleh kemampuan siswa, tetapi juga

dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berkaitan. Menurut Slameto, faktor-faktor yang memengaruhi hasil belajar dapat dikelompokkan menjadi faktor internal, faktor eksternal, dan faktor pendekatan belajar. Faktor-faktor tersebut dijelaskan sebagai berikut. (Slameto, 2020:54–72).

1) Faktor Internal

Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri siswa dan secara langsung memengaruhi proses serta hasil belajar. Faktor internal meliputi:

a) Kondisi Fisik dan Kesehatan

Kondisi fisik yang sehat memungkinkan siswa mengikuti proses pembelajaran dengan baik. Sebaliknya, kondisi kesehatan yang terganggu dapat menghambat konsentrasi dan kemampuan siswa dalam menerima materi pembelajaran. (Slameto, 2020:54).

b) Intelegensi

Intelegensi merupakan kemampuan siswa dalam memahami, mengolah, dan memecahkan masalah yang dihadapi selama proses pembelajaran. Siswa dengan tingkat intelegensi yang baik cenderung lebih mudah memahami materi pelajaran sehingga

berpengaruh terhadap hasil belajar yang dicapai. (Slameto, 2020:55).

c) Bakat

Bakat merupakan kemampuan potensial yang dimiliki siswa sejak lahir. Bakat yang sesuai dengan bidang pembelajaran tertentu dapat membantu siswa mencapai hasil belajar yang lebih optimal. (Slameto, 2020:57).

d) Minat Belajar

Minat belajar menunjukkan ketertarikan siswa terhadap suatu mata pelajaran atau aktivitas pembelajaran. Siswa yang memiliki minat tinggi cenderung lebih aktif dan bersemangat dalam mengikuti proses pembelajaran sehingga hasil belajarnya menjadi lebih baik. (Slameto, 2020:57).

e) Motivasi Belajar

Motivasi belajar merupakan dorongan yang menyebabkan siswa melakukan aktivitas belajar untuk mencapai tujuan tertentu. Motivasi yang tinggi akan mendorong siswa belajar lebih giat dan berusaha mencapai prestasi yang optimal. (Slameto, 2020:58).

f) Kesiapan Belajar

Kesiapan belajar merupakan kondisi fisik dan psikologis yang memungkinkan siswa mengikuti pembelajaran secara efektif. Siswa yang memiliki kesiapan belajar yang baik akan lebih mudah menerima dan memahami materi yang dipelajari. (Slameto, 2020:59).

2) Faktor Eksternal

Faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar diri siswa dan memengaruhi proses pembelajaran. Faktor eksternal meliputi:

a) Lingkungan Keluarga

Keluarga merupakan lingkungan pendidikan pertama bagi siswa. Perhatian orang tua, kondisi ekonomi keluarga, suasana rumah, serta pola asuh yang diterapkan dapat memengaruhi keberhasilan belajar siswa. (Slameto, 2020:60).

b) Lingkungan Sekolah

Lingkungan sekolah meliputi kualitas guru, metode pembelajaran, kurikulum, sarana dan prasarana, serta suasana belajar di sekolah. Lingkungan sekolah yang kondusif akan mendukung pencapaian hasil belajar yang optimal. (Slameto, 2020:64).

c) Lingkungan Masyarakat

Lingkungan masyarakat tempat siswa berinteraksi juga dapat memengaruhi hasil belajar. Lingkungan yang mendukung kegiatan pendidikan akan membantu siswa mengembangkan kebiasaan belajar yang positif. (Slameto, 2020:69).

3) Faktor Pendekatan Belajar

Pendekatan belajar merupakan cara atau strategi yang digunakan siswa dalam mempelajari suatu materi. Pemilihan strategi belajar yang tepat dapat membantu siswa memahami materi secara lebih efektif sehingga berdampak pada peningkatan hasil belajar. Sebaliknya, penggunaan strategi belajar yang kurang tepat dapat menghambat pencapaian hasil belajar yang optimal. (Slameto, 2020:72).

Dalam konteks pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), hasil belajar ranah psikomotor tidak hanya dipengaruhi oleh faktor-faktor akademik, tetapi juga oleh kondisi fisik, kebugaran jasmani, pengalaman gerak, intensitas latihan, serta kesempatan siswa untuk melakukan praktik secara langsung. Oleh karena itu, keberhasilan belajar PJOK memerlukan dukungan berbagai faktor yang memungkinkan siswa mengembangkan keterampilan geraknya

secara optimal. (Muhamad, Dinangsit, & Rahman, 2023).

d. Jenis-Jenis Hasil Belajar

Hasil belajar merupakan perubahan kemampuan yang diperoleh siswa setelah mengikuti proses pembelajaran. Menurut Sudjana, hasil belajar dapat dikelompokkan ke dalam tiga jenis utama, yaitu hasil belajar kognitif, afektif, dan psikomotor. Ketiga jenis hasil belajar tersebut saling berkaitan dan menjadi indikator keberhasilan proses pendidikan secara menyeluruh. (Sudjana, 2021: 22).

Hasil belajar kognitif berkaitan dengan kemampuan berpikir yang mencakup aspek pengetahuan, pemahaman, penerapan, analisis, sintesis, dan evaluasi. Hasil belajar afektif berkaitan dengan sikap, nilai, minat, dan apresiasi siswa terhadap suatu objek atau kegiatan pembelajaran. Sementara itu, hasil belajar psikomotor berkaitan dengan keterampilan fisik, koordinasi gerak, dan kemampuan melakukan suatu aktivitas secara terampil. (Sudjana, 2021: 23).

Dalam mata pelajaran PJOK, ketiga jenis hasil belajar tersebut tetap dikembangkan secara terpadu. Akan tetapi, hasil belajar psikomotor menjadi fokus utama karena berkaitan langsung dengan penguasaan keterampilan gerak dan aktivitas fisik yang menjadi

tujuan pembelajaran PJOK di sekolah dasar. (Winarno, 2017: 145).

e. Ranah Hasil Belajar

Ranah hasil belajar terdiri atas ranah kognitif, afektif, dan psikomotor. Ranah kognitif berkaitan dengan kemampuan berpikir dan penguasaan pengetahuan. Ranah afektif berkaitan dengan sikap, nilai, dan karakter yang ditunjukkan siswa dalam kehidupan sehari-hari. Adapun ranah psikomotor berkaitan dengan kemampuan melakukan gerakan atau keterampilan fisik sebagai hasil dari proses pembelajaran. (Sudjana, 2021: 22).

Ketiga ranah tersebut memiliki hubungan yang saling melengkapi. Pengetahuan yang dimiliki siswa akan memengaruhi sikap dan perilakunya, sedangkan sikap yang positif dapat mendorong siswa untuk melakukan aktivitas pembelajaran secara lebih optimal. Dalam pembelajaran PJOK, penguasaan pengetahuan tentang teknik gerak dan pemahaman terhadap aturan permainan akan membantu siswa menampilkan keterampilan gerak yang lebih baik. Oleh karena itu, meskipun penelitian ini berfokus pada ranah psikomotor, keberadaan ranah kognitif dan afektif tetap memiliki kontribusi dalam pencapaian hasil belajar secara keseluruhan. (Winkel, 2020: 162).

f. Simpulan Konsep Hasil Belajar

Berdasarkan berbagai teori yang telah dikemukakan, hasil belajar dapat disimpulkan sebagai kemampuan yang diperoleh siswa setelah mengikuti proses pembelajaran yang meliputi aspek pengetahuan, sikap, dan keterampilan. Dalam penelitian ini, hasil belajar yang menjadi fokus kajian adalah hasil belajar PJOK pada ranah psikomotor, yaitu kemampuan siswa dalam menampilkan keterampilan gerak sebagai hasil dari proses pembelajaran dan latihan yang dilakukan secara berkelanjutan.

Dengan demikian, hasil belajar PJOK ranah psikomotor dalam penelitian ini didefinisikan sebagai tingkat penguasaan keterampilan gerak siswa kelas VI SD Negeri 20 Kota Bengkulu yang ditunjukkan melalui kesiapan melakukan aktivitas motorik, ketepatan pelaksanaan gerakan, koordinasi dan keseimbangan tubuh, serta kualitas performa gerak sesuai materi pembelajaran PJOK. Indikator-indikator tersebut digunakan sebagai dasar dalam penyusunan instrumen observasi hasil belajar psikomotor yang digunakan dalam penelitian. (Ermalinda, Usman, & Sari, 2022; Harrow, 2020; Winarno, 2017).

3. Konsep Ranah Psikomotor

a. Pengertian Ranah Psikomotor

Ranah psikomotor merupakan salah satu domain hasil belajar yang berkaitan dengan kemampuan peserta didik dalam menampilkan keterampilan fisik, kemampuan motorik, koordinasi gerakan, serta kemampuan mengaplikasikan pengetahuan ke dalam bentuk tindakan nyata. Ranah ini menekankan aspek keterampilan yang dapat diamati dan diukur melalui penampilan atau unjuk kerja peserta didik setelah mengikuti proses pembelajaran. Dalam kegiatan pembelajaran, ranah psikomotor menjadi indikator penting untuk mengetahui sejauh mana peserta didik mampu menerapkan pengetahuan yang dimiliki ke dalam aktivitas yang membutuhkan keterampilan tertentu. Oleh karena itu, ranah psikomotor tidak hanya berkaitan dengan hasil akhir suatu gerakan, tetapi juga proses penguasaan keterampilan yang diperoleh melalui latihan dan pengalaman belajar yang berkesinambungan. (Simatupang, Siregar, & Lubis, 2024:46).

Dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), ranah psikomotor memiliki peran yang sangat penting karena tujuan pembelajaran tidak hanya menekankan penguasaan konsep dan pengetahuan, tetapi juga pengembangan keterampilan gerak peserta didik. Melalui berbagai aktivitas fisik yang dilakukan selama pembelajaran,

siswa memperoleh kesempatan untuk mengembangkan kemampuan motorik dasar, koordinasi gerak, keseimbangan, ketangkasan, dan kebugaran jasmani. Dengan demikian, keberhasilan pembelajaran PJOK sangat ditentukan oleh tingkat pencapaian hasil belajar pada ranah psikomotor yang ditunjukkan melalui kemampuan siswa dalam melakukan berbagai keterampilan gerak secara benar, efektif, dan terampil. (Komarudin et al., 2023:5-6).

Perkembangan kemampuan psikomotor tidak terjadi secara instan, tetapi memerlukan proses latihan yang dilakukan secara berulang dan berkesinambungan. Semakin sering peserta didik melakukan praktik dan memperoleh pengalaman belajar secara langsung, maka semakin baik pula keterampilan yang dimilikinya. Oleh karena itu, pembelajaran yang berorientasi pada pengembangan ranah psikomotor harus memberikan kesempatan yang luas kepada peserta didik untuk melakukan aktivitas praktik sehingga keterampilan yang diharapkan dapat berkembang secara optimal sesuai dengan tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan. (Sugiono, 2024:49).

b. Karakteristik Ranah Psikomotor

Ranah psikomotor memiliki karakteristik yang berbeda dengan ranah kognitif dan afektif. Karakteristik utama ranah psikomotor adalah adanya

keterlibatan aktivitas fisik yang memerlukan koordinasi antara sistem saraf, fungsi otot, dan kemampuan berpikir dalam menghasilkan suatu tindakan atau gerakan yang terarah. Ranah ini berorientasi pada kemampuan melakukan suatu keterampilan yang dapat diamati secara langsung melalui penampilan peserta didik. Selain itu, perkembangan kemampuan psikomotor sangat dipengaruhi oleh frekuensi latihan, pengalaman belajar, dan keterlibatan aktif peserta didik dalam proses pembelajaran. Oleh karena itu, hasil belajar psikomotor umumnya diukur melalui tes praktik atau penilaian kinerja yang menunjukkan kemampuan nyata peserta didik dalam melakukan suatu aktivitas tertentu. (Simatupang et al., 2024:48)

Karakteristik lain dari ranah psikomotor adalah adanya proses perkembangan yang berlangsung secara bertahap dari kemampuan yang sederhana menuju kemampuan yang lebih kompleks. Dalam pembelajaran PJOK, perkembangan tersebut tampak melalui kemampuan siswa dalam melakukan gerakan dasar, aktivitas kebugaran jasmani, permainan olahraga, senam, maupun berbagai keterampilan motorik lainnya. Penguasaan keterampilan tersebut tidak hanya dinilai dari hasil akhir yang dicapai, tetapi juga dari kualitas proses gerakan yang meliputi ketepatan, koordinasi, keseimbangan, kecepatan, dan

kelancaran gerakan. Oleh karena itu, pengembangan ranah psikomotor memerlukan pembelajaran yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk berlatih secara konsisten dan berkelanjutan. (Komarudin et al., 2023:7; Sugiono, 2024:51).

c. Tingkatan Ranah Psikomotor

Perkembangan ranah psikomotor berlangsung melalui beberapa tingkatan yang menunjukkan proses penguasaan keterampilan secara bertahap. Tingkatan pertama adalah persepsi (perception), yaitu kemampuan peserta didik dalam menggunakan indera untuk mengenali dan memahami informasi yang diperlukan sebelum melakukan suatu gerakan. Tingkatan kedua adalah kesiapan (set), yaitu kondisi mental, fisik, dan emosional yang menunjukkan kesiapan peserta didik untuk melakukan suatu aktivitas atau keterampilan tertentu. Kedua tingkatan ini menjadi dasar bagi perkembangan kemampuan psikomotor yang lebih kompleks karena membantu peserta didik memahami dan mempersiapkan diri sebelum melakukan tindakan. (Sugiono, 2024:52).

Tingkatan berikutnya adalah respon terbimbing (guided response), yaitu kemampuan melakukan gerakan berdasarkan contoh atau arahan yang diberikan oleh guru. Setelah itu terdapat tingkatan mekanisme (mechanism), yaitu kemampuan melakukan suatu keterampilan dengan tingkat

ketepatan dan kepercayaan diri yang lebih baik. Pada tahap ini peserta didik mulai mampu melakukan gerakan secara mandiri tanpa terlalu bergantung pada bantuan guru. Kemampuan tersebut menunjukkan bahwa keterampilan yang dipelajari mulai dikuasai dan dapat dilakukan secara lebih efektif dibandingkan tahap sebelumnya. (Simatupang et al., 2024:50).

Tingkatan yang lebih tinggi meliputi respon kompleks terbuka (complex overt response), adaptasi (adaptation), dan originasi (origination). Respon kompleks terbuka menunjukkan kemampuan melakukan keterampilan secara cepat, tepat, dan efisien. Adaptasi merupakan kemampuan memodifikasi keterampilan yang telah dikuasai sesuai dengan situasi yang dihadapi. Sementara itu, originasi merupakan kemampuan menciptakan pola gerakan baru secara kreatif berdasarkan pengalaman dan keterampilan yang telah dimiliki sebelumnya. Tingkatan tersebut menunjukkan bahwa perkembangan psikomotor berlangsung dari keterampilan dasar menuju kemampuan yang lebih kompleks dan kreatif. (Sugiono, 2024:53-54).

d. Penilaian Ranah Psikomotor dalam Pembelajaran PJOK

Penilaian ranah psikomotor merupakan proses pengukuran kemampuan peserta didik dalam menampilkan keterampilan atau unjuk kerja yang

diperoleh melalui kegiatan pembelajaran. Dalam pembelajaran PJOK, penilaian psikomotor dilakukan untuk mengetahui tingkat penguasaan siswa terhadap berbagai keterampilan gerak yang diajarkan selama proses pembelajaran berlangsung. Penilaian tersebut dapat dilakukan melalui observasi, tes praktik, penilaian kinerja (performance assessment), maupun penggunaan rubrik penilaian yang disusun berdasarkan indikator keterampilan yang ingin dicapai. Melalui penilaian tersebut, guru dapat mengetahui tingkat perkembangan kemampuan motorik peserta didik secara objektif dan sistematis. (Simatupang et al., 2024:55).

Penilaian hasil belajar psikomotor dalam PJOK umumnya memperhatikan beberapa aspek penting, seperti ketepatan gerakan, koordinasi tubuh, keseimbangan, kecepatan, kelincahan, ketangkasan, dan kemampuan mengikuti instruksi yang diberikan oleh guru. Aspek-aspek tersebut dipilih karena mampu menggambarkan kemampuan siswa dalam melakukan berbagai aktivitas fisik yang menjadi tujuan utama pembelajaran PJOK. Dengan demikian, penilaian psikomotor tidak hanya berfungsi untuk menentukan nilai siswa, tetapi juga menjadi sarana evaluasi bagi guru dalam meningkatkan kualitas proses pembelajaran yang dilaksanakan. (Simatupang et al., 2024:56; Sugiono, 2024:55).

e. Indikator Hasil Belajar PJOK Ranah Psikomotor

Hasil belajar PJOK pada ranah psikomotor dapat diukur melalui sejumlah indikator yang mencerminkan kemampuan siswa dalam melakukan keterampilan gerak secara efektif dan terampil. Indikator tersebut meliputi ketepatan melakukan gerakan, kelancaran gerakan, koordinasi gerak tubuh, keseimbangan, kecepatan, ketangkasan, kemampuan mengikuti instruksi guru, serta penguasaan keterampilan olahraga yang diajarkan. Indikator-indikator tersebut dipandang mampu menggambarkan tingkat pencapaian keterampilan motorik siswa secara objektif dan sesuai dengan karakteristik pembelajaran PJOK pada jenjang sekolah dasar. Melalui pengukuran indikator tersebut, guru dapat memperoleh gambaran yang lebih akurat mengenai perkembangan kemampuan psikomotor peserta didik selama mengikuti proses pembelajaran. (Komarudin et al., 2023:10; Simatupang et al., 2024:57)

B. Penelitian Yang Relevan

Penelitian yang dilakukan oleh Zahrotun Nasihah dan Isa Ansori (2020:45) meneliti hubungan antara motivasi dan disiplin belajar dengan hasil belajar PJOK siswa kelas V SD menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional. Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini terletak pada penggunaan variabel disiplin belajar serta mata pelajaran PJOK sebagai konteks penelitian. Namun, perbedaannya

terletak pada fokus hasil belajar yang diteliti. Penelitian Nasihah dan Ansori menilai hasil belajar PJOK secara umum tanpa membedakan ranah kognitif, afektif, dan psikomotor, sedangkan penelitian ini secara khusus memfokuskan hasil belajar pada ranah psikomotor sehingga memberikan gambaran yang lebih spesifik mengenai keterampilan motorik siswa.

Penelitian oleh Pulung Riyanto dan Syamsudin (2021:55) menggunakan desain kuasi-eksperimen untuk mengkaji pengaruh pembelajaran PJOK terhadap peningkatan kompetensi motorik siswa sekolah dasar. Persamaan dengan penelitian ini terletak pada objek kajian berupa keterampilan motorik atau hasil belajar psikomotor siswa. Adapun perbedaannya, penelitian Riyanto dan Syamsudin tidak memasukkan variabel disiplin belajar sebagai faktor yang dianalisis, melainkan berfokus pada efektivitas program PJOK. Sebaliknya, penelitian ini menempatkan disiplin belajar sebagai variabel utama yang diuji hubungannya dengan hasil belajar psikomotor.

Studi yang dilakukan oleh Candra Dwi Ayu Hartati (2020:80) meneliti hubungan kedisiplinan belajar dengan hasil belajar siswa sekolah dasar secara umum. Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini adalah penggunaan variabel disiplin belajar dan pendekatan kuantitatif korelasional. Namun, perbedaannya terletak pada konteks mata pelajaran dan ranah hasil belajar. Penelitian Hartati tidak meneliti pembelajaran PJOK maupun ranah psikomotor,

sedangkan penelitian ini secara khusus mengkaji disiplin belajar dalam konteks PJOK dan hasil belajar psikomotor.

Penelitian oleh Ary Dwijayanti, I. P. Wisna Ariawan, dan I. Wayan Gunartha (2021:25) mengkaji hubungan disiplin belajar dengan hasil belajar matematika. Persamaan dengan penelitian ini terdapat pada variabel disiplin belajar dan pendekatan kuantitatif. Akan tetapi, perbedaannya sangat jelas karena penelitian tersebut berfokus pada mata pelajaran matematika yang bersifat kognitif, sedangkan penelitian ini menitikberatkan pada hasil belajar PJOK ranah psikomotor yang berorientasi pada keterampilan fisik.

Penelitian Izzatul Fitriah dan Sulistyawati (2022:45) menganalisis hubungan disiplin belajar dengan hasil belajar kognitif pada mata pelajaran PPKn. Persamaan penelitian ini dengan penelitian Fitriah dan Sulistyawati adalah penggunaan variabel disiplin belajar sebagai faktor yang memengaruhi hasil belajar. Namun, perbedaannya terletak pada ranah hasil belajar dan konteks mata pelajaran, karena penelitian tersebut hanya mengkaji aspek kognitif, sedangkan penelitian ini memfokuskan pada ranah psikomotor dalam pembelajaran PJOK.

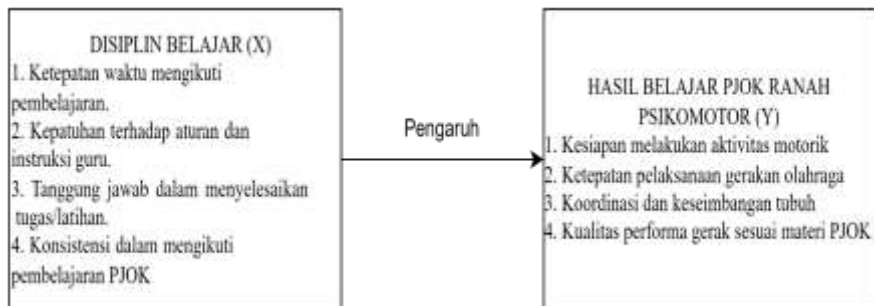
Studi oleh Novita Sari, Susy A. Sibagariang, dan Leo F. Simatupang (2022:47) meneliti pengaruh disiplin belajar dan motivasi terhadap hasil belajar IPS pada jenjang SMP. Persamaan dengan penelitian ini adalah pengkajian variabel disiplin belajar dan hasil belajar. Adapun perbedaannya terletak pada jenjang pendidikan dan mata pelajaran.

Penelitian tersebut dilakukan pada siswa SMP dengan mata pelajaran IPS, sedangkan penelitian ini dilakukan pada siswa sekolah dasar dengan mata pelajaran PJOK.

Penelitian Nabilla Wahyuni Deevona dkk. (2024:56) mengkaji faktor-faktor yang memengaruhi hasil praktik PJOK di sekolah dasar, khususnya aspek kebugaran jasmani dan keterampilan motorik. Persamaan dengan penelitian ini terletak pada fokus hasil belajar praktik PJOK atau ranah psikomotor. Namun, perbedaannya adalah penelitian Deevona dkk. tidak memasukkan variabel disiplin belajar sebagai faktor penentu hasil belajar, sedangkan penelitian ini secara eksplisit menguji disiplin belajar sebagai variabel bebas.

Penelitian oleh Cahyo Wibowo (2024:57) bersifat deskriptif kuantitatif dan menggambarkan kondisi keterampilan motorik dasar serta aktivitas fisik siswa sekolah dasar. Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini terletak pada objek kajian berupa keterampilan motorik siswa SD. Akan tetapi, perbedaannya terletak pada tujuan penelitian, karena penelitian Wibowo tidak menguji hubungan antarvariabel, khususnya tidak mengkaji pengaruh disiplin belajar terhadap hasil psikomotor.

C. Kerangka Berfikir



Gambar 1 Bagan Kerangka Berfikir

Bagan kerangka berpikir tersebut menggambarkan hubungan antara variabel bebas Disiplin Belajar (X) dengan variabel terikat Hasil Belajar PJOK Ranah Psikomotor (Y) pada siswa sekolah dasar. Disiplin belajar diposisikan sebagai faktor yang memengaruhi kualitas proses pembelajaran PJOK, yang tercermin melalui ketepatan waktu mengikuti pembelajaran, kepatuhan terhadap aturan dan instruksi guru, tanggung jawab dalam menyelesaikan tugas atau latihan, serta konsistensi dalam mengikuti kegiatan pembelajaran PJOK.

Disiplin belajar yang baik mendorong siswa untuk lebih siap secara fisik dan mental dalam mengikuti aktivitas jasmani, sehingga proses latihan motorik dapat berlangsung secara terstruktur, berulang, dan sesuai arahan guru. Kondisi ini secara teoritis mendukung perkembangan ranah psikomotor siswa, khususnya dalam kesiapan melakukan aktivitas motorik, ketepatan pelaksanaan gerakan olahraga, koordinasi dan keseimbangan tubuh, serta kualitas performa gerak sesuai materi PJOK.

Dengan demikian, bagan tersebut menunjukkan alur hubungan searah, yaitu semakin tinggi tingkat disiplin belajar siswa, maka semakin baik pula hasil belajar PJOK pada ranah psikomotor. Kerangka berpikir ini menjadi dasar konseptual dalam merumuskan hipotesis penelitian serta menentukan variabel, indikator, dan teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian.

D. Asumsi Penelitian

Dalam pelaksanaan penelitian ini, ditetapkan beberapa asumsi mendasar yang dipandang benar dan tidak perlu dibuktikan kembali agar penelitian dapat berjalan dengan baik dan hasilnya dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah. Asumsi tersebut sebagai berikut:

1. Siswa sebagai responden memiliki kemampuan fisik dan peluang yang relatif sama dalam mengikuti pembelajaran PJOK, sehingga hasil belajar psikomotor yang diukur merupakan representasi kemampuan asli siswa.
2. Disiplin belajar merupakan faktor internal yang dapat memengaruhi hasil belajar siswa, termasuk dalam aktivitas psikomotor pada pembelajaran PJOK. Oleh sebab itu, tingkat kedisiplinan belajar siswa memiliki potensi hubungan terhadap pencapaian keterampilan motorik.
3. Proses pembelajaran PJOK di sekolah telah dilaksanakan sesuai kurikulum dan program pembelajaran yang berlaku, sehingga setiap siswa memperoleh pengalaman

belajar jasmani secara merata dan terstruktur sebagai dasar penilaian hasil psikomotor.

4. Instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini dianggap mampu mengukur variabel secara tepat dan konsisten, sehingga data yang diperoleh mencerminkan kondisi sebenarnya.
5. Jawaban yang diberikan oleh responden dianggap jujur dan sesuai kondisi nyata, sehingga informasi yang dikumpulkan dapat mencerminkan tingkat disiplin belajar siswa secara faktual.
6. Lingkungan sekolah dan kondisi fisik siswa mendukung keterlaksanaan aktivitas pembelajaran PJOK, sehingga hasil psikomotor yang diukur bukan merupakan akibat dari hambatan eksternal di luar variabel penelitian.

E. Hipotesis

- a. **Hipotesis Nol (H_0):** Tidak terdapat hubungan antara disiplin belajar dengan hasil belajar PJOK ranah psikomotor siswa kelas VI SD Negeri 20 Kota Bengkulu.
- b. **Hipotesis Alternatif (H_1):** Terdapat hubungan antara disiplin belajar dengan hasil belajar PJOK ranah psikomotor siswa kelas VI SD Negeri 20 Kota Bengkulu.