

**PERANAN DAN IMPLEMENTASI PEMBINAAN DISIPLIN SISWA
MELALUI AKTIVITAS PEMBELAJARAN PJOK
DI SMA NEGERI 1 SIMPANG TIGA
TAHUN AJARAN 2024/2025**

rizky11maramis@gmail.com

Muhammad Rizky S Maramis, Amirzan, Muhammad Yahya
Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Jabal Ghafur

ABSTRAK

Pembinaan disiplin siswa merupakan salah satu aspek penting dalam pendidikan karakter yang perlu ditanamkan secara konsisten melalui berbagai aktivitas pembelajaran di sekolah. Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) memiliki peran strategis dalam membina disiplin siswa karena menekankan pada kepatuhan terhadap aturan, ketertiban, kerja sama, serta pengendalian diri melalui aktivitas fisik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peranan pembinaan disiplin siswa, implementasi pembinaan disiplin melalui aktivitas pembelajaran PJOK, serta faktor pendukung dan penghambat dalam pelaksanaannya di SMA Negeri 1 Simpang Tiga Tahun Ajaran 2024/2025. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Populasi sekaligus sampel dalam penelitian ini adalah seluruh guru PJOK di SMA Negeri 1 Simpang Tiga yang berjumlah dua orang, dengan teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling. Instrumen penelitian berupa angket tertutup sebanyak 25 butir pernyataan yang disusun berdasarkan indikator pembinaan disiplin siswa melalui pembelajaran PJOK dan menggunakan skala Likert lima tingkat. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui angket, wawancara, dan dokumentasi. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan statistik deskriptif berupa perhitungan skor rata-rata, persentase, serta pengkategorian tingkat pembinaan disiplin. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara umum pembinaan disiplin siswa melalui pembelajaran PJOK di SMA Negeri 1 Simpang Tiga berada pada kategori baik. Indikator keteladanan guru PJOK menunjukkan kategori sangat baik, sementara indikator disiplin pada awal pembelajaran dan kegiatan inti berada pada kategori baik. Namun demikian, beberapa aspek seperti pengelolaan waktu, kesiapan siswa, serta konsistensi penerapan reward dan sanksi masih berada pada kategori cukup hingga kurang. Faktor pendukung pembinaan disiplin meliputi keteladanan guru, struktur pembelajaran PJOK yang jelas, serta aturan sekolah yang mendukung. Adapun faktor penghambatnya antara lain keterbatasan waktu pembelajaran, karakteristik siswa yang beragam, serta keterbatasan sarana dan prasarana. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran PJOK memiliki peranan penting dalam pembinaan disiplin siswa, namun masih diperlukan upaya peningkatan dan penguatan pada beberapa aspek agar pembinaan disiplin dapat berjalan lebih optimal dan berkelanjutan.

Kata kunci: Pembinaan Disiplin, Pendidikan Jasmani, PJOK, Pendidikan Karakter, Sekolah Menengah Atas

Pendahuluan

Pendidikan merupakan sebuah proses yang dibutuhkan untuk mencapai keseimbangan dan kesempurnaan dalam perkembangan seseorang dan masyarakat. Pendidikan memiliki peran yang sangat

penting bagi kehidupan manusia karena memberi orang pandangan dan jalan hidup yang lebih jelas dan terarah. Oleh karena itu, pendidikan yang baik adalah pendidikan yang tidak hanya mempersiapkan siswa untuk karir atau

jabatan, tetapi juga mengajarkan siswa untuk menangani masalah sehari-hari dan menerapkannya dalam situasi apa pun.

Pendidikan menjadi sarana utama dalam membentuk karakter dan kepribadian peserta didik. Salah satu aspek penting dalam pendidikan karakter adalah pembinaan disiplin, yang menjadi fondasi utama dalam membentuk pribadi yang bertanggung jawab, konsisten, dan berkomitmen terhadap nilai-nilai positif. Disiplin merupakan bagian integral dari pendidikan karakter yang harus ditanamkan sejak dini agar siswa mampu tumbuh menjadi individu yang bertanggung jawab, patuh terhadap aturan, dan mampu mengendalikan diri (Ramadhan, 2022).

Pembinaan disiplin merupakan kegiatan yang dilakukan secara terus menerus dalam kehidupan siswa sehari-hari di sekolah, sehingga diharapkan menjadi kebiasaan yang baik. Pembentukan perilaku melalui pembiasaan yang dimaksud meliputi pendidikan moral Pancasila, pendidikan akhlak, agama, perasaan/emosi, kemampuan bermasyarakat dan disiplin. Pada dasarnya membentuk disiplin adalah suatu proses mengajar bagi kita dan proses belajar bagi mereka. Banyak metode mengajar efektif yang dapat dipakai, tetapi kebanyakan orang tua/guru hanya menguasai sedikit saja. Tipe yang paling efektif untuk mendisiplinkan anak/siswa, melalui penggunaan pendekatan yang positif yaitu sebagai contoh teladan, persuasi atau bujukan, pujian dan hadiah. Sedangkan dari pendekatan yang negatif seperti hukuman (Kemdikbudristek, 2022).

Disiplin akan membuat seseorang tahu dan dapat membedakan hal-hal apa yang seharusnya dilakukan, yang wajib dilakukan, yang boleh dilakukan, yang tak sepatutnya dilakukan (karena merupakan hal-hal yang dilarang). Bagi seorang yang berdisiplin, karena sudah menyatu dalam dirinya, maka sikap atau perbuatan yang dilakukan bukan lagi dirasakan sebagai

beban, namun sebaliknya akan membebani dirinya apabila ia tidak berbuat disiplin. Nilai-nilai kepatuhan telah menjadi bagian dari perilaku dalam kehidupannya. Disiplin yang mantap pada hakikatnya akan tumbuh dan terpancar dari hasil kesadaran manusia. Sebaliknya, disiplin yang tidak bersumber dari kesadaran hati nurani akan menghasilkan disiplin yang lemah dan tidak akan bertahan lama, atau disiplin yang statis, tidak hidup (Sutrisno, 2024).

Dalam konteks sekolah menengah atas (SMA), pembinaan disiplin menjadi semakin penting karena siswa berada pada tahap perkembangan remaja, yang rentan terhadap pengaruh lingkungan dan perubahan psikologis (Hasanah & Fitriyadi, 2023). Oleh karena itu, dibutuhkan pendekatan yang tepat dan relevan dengan kondisi siswa, salah satunya melalui pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK).

Pembelajaran PJOK memiliki kontribusi besar dalam pendidikan karakter karena melibatkan kegiatan yang menuntut keteraturan, kepatuhan terhadap aturan permainan, serta pengendalian emosi dalam berbagai bentuk interaksi sosial. Aktivitas seperti permainan tim, olahraga, dan senam mengajarkan siswa untuk mematuhi instruksi, mengikuti jadwal, serta menghargai perbedaan (Suryani dan Prasetyo, 2023). Aktivitas pembelajaran inilah yang memiliki potensi besar dalam menanamkan nilai-nilai kedisiplinan karena sifatnya yang langsung, interaktif, berbasis pengalaman nyata dan pembiasaan perilaku positif di lapangan maupun di kelas (Wibowo, 2023).

Namun, dalam implementasinya, pembinaan disiplin melalui aktivitas PJOK tidak selalu berjalan optimal. Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan di SMA Negeri 1 Simpang Tiga, masih ditemukan siswa yang kurang menunjukkan sikap disiplin baik dalam mengikuti kegiatan pembelajaran maupun dalam kehidupan sekolah secara umum. Guru PJOK sering menghadapi tantangan

seperti kurangnya motivasi siswa, keterbatasan fasilitas, serta kurangnya dukungan dari lingkungan sekitar. Selain itu, masih banyak siswa yang sering mengulurkan waktu dengan berlama-lama berganti pakaian olahraga sehingga terlambat berkumpul di lapangan yang kemudian mengganggu aktivitas pembelajaran.

Kedisiplinan siswa pada saat pembelajaran umumnya, dan saat melaksanakan aktivitas PJOK khususnya memang menjadi permasalahan yang lazim di setiap sekolah, hal ini dikarenakan sifat alami siswa yang notabene masih remaja yang mengalami proses perubahan dari anak-anak menuju dewasa sehingga masih membutuhkan arahan dan bimbingan. Markus Uriatman (dalam Amirzan dkk, 2021), Keberhasilan proses belajar mengajar di sekolah juga dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah penerapan kedisiplinan yang ditetapkan atau diterapkan di sekolah. Kepala sekolah bersama staf dan dewan guru merupakan penanggung jawab pendidikan di sekolah dan wajib melaksanakan, serta mengawasi siswa agar tidak terjadi atau meminimalisir terjadinya pelanggaran disiplin di sekolah. Dengan demikian, diharapkan kepala sekolah, staf bersama dewan guru harus selalu mendukung penerapan kedisiplinan di sekolah dengan harapan dapat melahirkan siswa yang nantinya dapat menjadi sumber daya manusia yang unggul dan memiliki disiplin yang tinggi, sehingga tujuan pendidikan yang telah dirancang dalam kurikulum dapat terlaksana dengan baik.

Kemauan dan kesediaan mematuhi disiplin itu datang dari dalam diri orang yang bersangkutan atau tanpa paksaan dari luar tau orang lain, khususnya dari siswa. Akan tetapi dalam keadaan seseorang belum memiliki kesadaran untuk mematuhi tata tertib, yang sering dirasakanya memberatkan atau tidak mengetahui manfaat dan kegunaannya, maka diperlukan tindakan memaksakan dari luar

atau orang yang bertanggung jawab dalam melaksanakan dan mewujudkan sikap disiplin. Kebijakan mengharuskan guru untuk berlaku adil dalam memberikan sanksi bagi anak didik yang melanggar ketentuan disiplin yang diberlakukan bagi mereka, yang pada akhirnya akan menyadarkan anak pada hak dan kewajibannya sebagai siswa maupun anggota masyarakat. Sehingga dalam proses kegiatan belajar mengajar di sekolah akan berjalan dengan tertib, efektif dan efisien.

Berdasarkan uraian di atas, Penulis ingin melakukan penelitian tentang bagaimana peranan dan implementasi pembinaan disiplin siswa dalam pembelajaran PJOK di sekolah. Karena itu, penulis ingin melakukan penelitian dengan judul **"Peranan Dan Implementasi Pembinaan Disiplin Siswa Melalui Aktivitas Pembelajaran PJOK di SMA Negeri 1 Simpang Tiga Tahun Ajaran 2024/2025"**.

TEORI

Menurut Suharsimi Arikunto, kedisiplinan merupakan kepatuhan seseorang dalam mengikuti peraturan dan tata tertib karena didorong oleh ada kesadaran yang ada padanya (Arikunto, 2008). Kedisiplinan adalah suatu sikap yang taat dan patuh terhadap suatu peraturan yang berlaku. Kedisiplinan artinya suatu hal yang membuat manusia untuk melakukan sesuatu yang berhubungan dengan kehendak langsung, keta'atan atau kepatuhan kepada peraturan tata tertib.

Kedisiplinan memiliki kata dasar disiplin yang artinya tata tertib, keta'atan kepatuhan peraturan. Makna dasar disiplin ialah tertib sedangkan dalam pengertian yang lebih luas, disiplin sama maksudnya dengan kepatuhan atau ketaatan terhadap semua aturan dan tatanan dihunjug tinggi oleh masyarakat (Warsdi dan Rachman, 2009).

Berdasarkan beberapa pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa disiplin

merupakan pokok dasar tiap individu. Disiplin berarti aturan-aturan yang harus dipatuhi setiap orang. Disiplin adalah latihan kesadaran dan watak dengan maksud supaya segala perbuatannya selalu menta'ati tata tertib di madrasah, disiplin juga merupakan suatu sikap yang timbul dalam diri seseorang untuk mengatakan perubahan ke arah lebih baik agar mencapai masa depan yang cerah. Kedisiplinan sangat penting dalam kehidupan. Oleh karena itu kedisiplinan harus ditanamkan terhadap individu mulai sejak dini. Jika disiplin ditanamkan terus menerus maka akan menjadi kebiasaan bagi siswa.

Kedisiplinan adalah bentuk tindakan yang patuh kepada peraturan baik di dalam madrasah maupun di luar madrasah. Jika orang bertindak sesuai dengan aturan-aturannya maka dia telah melakukan kedisiplinan. Kedisiplinan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah peran dan implementasi pembinaan disiplin siswa melalui aktivitas pembelajaran PJOK di SMA Negeri 1 Simpang Tiga Tahun Ajaran 2024/2025.

2.1.1 Tujuan Disiplin

Tujuan disiplin diterapkan di madrasah untuk mengontrol tingkah laku siswa termasuk guru agar tugas-tugas sekolah berjalan dengan optimal. Disiplin tidak hanya sekedar membentuk siswa untuk mematuhi peraturan yang berlaku, akan tetapi disiplin juga bertujuan untuk membentuk siswa yang bertanggung jawab terhadap dirinya dan orang lain (Gunawan, 2011).

Disiplin di sekolah bertujuan untuk membantu siswa menemukan dirinya, mengatasi serta mencegah timbulnya problem-problem disiplin dan berusaha menciptakan situasi yang menyenangkan bagi siswa. Dengan demikian disiplin merupakan bantuan kepada siswa agar mereka mampu berdiri sendiri (Mulyasa, 2019).

Menurut Charles Schaefer tujuan disiplin ada dua macam antara lain:(a)

tujuan jangka pendek adalah membuat siswa terlatih dan terkontrol, dengan mengajarkan pada mereka bentuk-bentuk tingkah laku yang pantas. (b) tujuan jangka panjang adalah mengembangkan pengendalian diri sendiri yaitu dalam diri anak itu sendiri tanpa pengaruh pengendalian diri dari luar. Kedisiplinan mempunyai pengaruh positif terhadap kehidupan siswa-siswa setelah mereka keluar dari jenjang pendidikan. Kedisiplinan itu akan tumbuh menjadi bekal dimasa depan. Dengan menerapkannya dalam kehidupannya, maka siswa akan dapat mengendalikan diri dan kedisiplinan itu akan terbentuk dengan sendirinya.

Dapat disimpulkan bahwa tujuan disiplin adalah untuk membuat siswa terlatih dan terkontrol, dengan mengajarkan kepada mereka bentuk tingkah laku yang pantas dan tidak pantas atau masih terasa asing bagi mereka. Maka munculnya sikap disiplin karena keseriusan dan kesungguhan dalam mematuhi peraturan yang sudah ada. Munculnya sikap disiplin juga tidak dari diri sendiri, namun adanya dorongan dari orang-orang di sekitar, terutama bagi orangtua.

2.1.2 Fungsi Disiplin

Disiplin sangat penting dan dibutuhkan oleh setiap siswa. Disiplin menjadi prasyarat bagi pembentukan sikap, perilaku dan tata kehidupan berdisiplin. Fungsi disiplin yaitu untuk mengajarkan bahwa perilaku tentu selalu akan diikuti hukuman, namun yang lain akan diikuti dengan pujian untuk mengajar siswa suatu tindakan yang wajar.

Fungsi disiplin adalah mengajarkan siswa untuk menerima pengekangan yang dilakukan dan membentuk mengarahkan energi siswa ke dalam jalur yang benar dan diterima oleh sosial. Adapun beberapa faktor yang mempengaruhi disiplin (Tu'u, 2004) adalah sebagai berikut:

- a. Kesadaran diri berfungsi sebagai pemahaman diri bahwa

disiplin dianggap penting bagi kebaikan dan keberhasilan dirinya. Selain kesadaran diri juga motif sangat kuat bagi terbentuknya disiplin.

- b. Pengikut dan keta'atan sebagai langkah penerapan dan praktik atas peraturan-peraturan yang mengatur perilaku individunya. Hal ini sebagai kelanjutan dari adanya kesadaran diri yang dihasilkan oleh kemampuan dan kemauan diri yang kuat.
- c. Alat pendidikan untuk mempengaruhi, mengubah membina dan membentuk perilaku yang sesuai dengan nilai yang ditentukan dan diajarkan.
- d. Hukuman sebagai menyadarkan, mengoreksi dan meluruskan yang salah sehingga orang kembali pada perilaku yang sesuai dengan harapan.

Selain memperhatikan faktor yang mempengaruhi timbulnya sikap disiplin yang baik diperlukan metode yang tepat. Dengan metode penerapan disiplin yang tepat, maka setiap orang tidak merasa disiplin diperintah dan dipaksa untuk melaksanakan suatu aturan atau tatanan.

2.1.3 Ciri-ciri Orang Disiplin

Orang yang disiplin mempunyai ciri-ciri (Metasari, 2010), sebagai berikut:

- a. Selalu mentaati peraturan atau tata tertib yang ada

Tata tertib yang dibuat untuk kemaslahatan bersama biasanya berisi hal-hal positif yang harus dipatuhi dan dilaksanakan. Supaya tata tertib berjalan lancar harus disusun dan disosialisasikan dengan penerapan konsisten dan konsekuen. Seseorang yang disiplin selalu mentaati peraturan dan tata tertib yang berlaku karena disiplin adalah sikap atau tindakan yang sesuai dengan aturan atau tata tertib yang berlaku.

- b. Selalu melaksanakan tugas dan kewajiban yang diterimanya dengan tepat waktu.

Seseorang yang disiplin pasti dapat mengatur dan memanfaatkan waktu dengan sebaik-baiknya untuk melaksanakan tugas dan kewajiban yang diterimanya. Disiplin membutuhkan kemampuan mengatur waktu dengan baik sehingga tidak ada waktu yang terbuang sia-sia.

- c. Kehidupannya tertib dan teratur.

Untuk menciptakan kehidupan yang tertib dan teratur seseorang harus mempunyai kedisiplinan yang tinggi dalam berbagai aspek, diantaranya aspek waktu, sikap, ibadah dan pekerjaan. Seseorang yang disiplin biasanya kehidupannya selalu tertib dan teratur karena segala kegiatan dilaksanakan sesuai waktu yang telah ditentukan.

- d. Tidak mengulur-ulur waktu dan menunda pekerjaan.

Seseorang yang disiplin selalu mengerjakan segala sesuatu tepat waktu dengan tidak menunda-nunda pekerjaan dan waktunya.

2.1.4 Tips Membiasakan Disiplin

Ada beberapa cara yang dapat diterapkan dalam membiasakan disiplin dalam kehidupan sehari-hari (Mustari, 2014), diantaranya:

- a. Melihat kesempatan baru sebagai pengalaman-pengalaman hidup baru yang menyenangkan.
- b. Mengerjakan tugas, lebih cepat lebih baik, sehingga tidak mengganggu pikiran terus-menerus.
- c. Membiasakan diri membereskan apa yang sudah dimulai.
- d. Menghindari mengulur-ngulur waktu. Sibukkan diri pada pekerjaan.

- e. Berusaha untuk menjadi professional yang membina kepercayaan diri dan keyakinan diri dalam potensi untuk menyempurnakan tugas.
- f. Menghindari kecemasan. Mayoritas hal-hal yang dicemaskan ternyata tidak pernah terjadi.
- g. Menyiapkan diri atas tugas yang akan datang, sehingga selalu bersikap baik.
- h. Menanyai atau meminta tolong yang ahlinya, jika kita tidak bisa sesudah berusaha.
- i. Mengambil resiko yang terukur dalam rangka kemajuan.
- j. Sering-sering bertanya, "Apakah yang saya lakukan itu membawa saya menuju tujuan-tujuan saya?"
- k. Merencanakan yang akan datang, dengan tetap menghadapi masa sekarang.

Demikianlah disiplin memang harus terus ditanamkan dalam diri kita dan selalu dilatih dalam kehidupan sehari-hari. Adanya sikap disiplin maka hidup akan lebih tertata dan patuh terhadap peraturan. Kedisiplinan juga berfungsi sebagai alat menyesuaikan diri dalam lingkungan yang ada. Dalam hal ini kedisiplinan dapat mengarahkan seseorang untuk menyesuaikan diri terutama dalam menta'ati peraturan dan tata tertib yang berlaku di lingkungan tersebut. Dalam konteks tersebut kedisiplinan sebagai alat menyesuaikan diri berarti kedisiplinan dapat mengarahkan siswa dengan cara menta'ati tata tertib.

2.1 Pembelajaran

2.2.1 Pengertian Pembelajaran

Pembelajaran secara sederhana dapat diartikan sebagai sebuah usaha mempengaruhi emosi, intelektual, dan spiritual seseorang agar mau belajar dengan kehendaknya sendiri, melalui pembelajaran akan terjadi proses pengembangan moral keagamaan,

aktivitas, dan kreativitas peserta didik melalui berbagai interaksi dan pengalaman belajar (Fathurrohman, 2017). Pembelajaran adalah usaha sadar yang dilakukan oleh guru untuk membuat anak belajar, yaitu terjadinya perubahan tingkah laku pada diri siswa yang belajar, dimana perubahan itu karena adanya usaha dan ditandai dengan didapatkannya kemampuan baru yang berlaku dalam waktu yang relatif lama.

Pembelajaran pada dasarnya merupakan suatu proses yang dilakukan oleh guru dan siswa sehingga terjadinya proses belajardalam arti adanya perubahan perilaku individu siswa itu sendiri (Ngalimun, 2017). Hamalik (2018), menyatakan bahwa pembelajaran merupakan suatu kombinasi yang tersusun meliputi unsur manusiawi (siswa dan guru, fasilitas (ruang kelas, visual, audio, material (papan tulis, buku, spidol, dan alat belajar) dan dalam proses saling mempengaruhi dalam mencapai tujuan pembelajaran.

Pembelajaran merupakan suatu perubahan perilaku yang relatif tetap dan merupakan hasil praktik yang diulang-ulang. Sejalan dengan itu, pembelajaran dapat dikatakan sebagai upaya untuk mengaitkan suatu peristiwa pembelajaran eksternal dan hasil belajar dengan menunjukkan bagaimana peristiwa-peristiwa proses belajar dapat mendukung dalam meningkatkan proses pembelajaran internal (Mahmudi, 2018).

Pembelajaran adalah suatu proses interaksi yang terjadi antara siswa, pendidik, serta sumber atau media belajar yang digunakan dalam mencapai suatu kompetensi tertentu melalui kegiatan belajar yang dilakukan, baik secara langsung maupun tidak langsung (Wahyuni, 2020). Pembelajaran adalah suatu kegiatan yang dilakukan guru atau pendidik dalam merangsang, mengarahkan, membimbing dan mendorong serta mengorganisir dalam proses belajar peserta didik sehingga

memiliki pengetahuan dan kebudayaan dengan mampu mengembangkan pengetahuan yang sesuai dengan tujuan kegiatan pendidikan (Hanafi, 2019).

Jadi dapat disimpulkan bahwa, kegiatan pembelajaran dilakukan oleh guru sebagai seseorang yang mengajar dan siswa yang menerima pembelajaran yang tidak terlepas dari berbagai bahan pelajaran. Dengan demikian, pembelajaran pada dasarnya adalah kegiatan terencana yang mengondisikan seseorang agar dapat belajar dengan baik sehingga melakukan perubahan tingkah laku melalui kegiatan belajar dan bagaimana seseorang melakukan tindakan penyampaian ilmu pengetahuan.

2.2.2 Unsur-unsur Sistem Pembelajaran

Kegiatan pembelajaran merupakan kegiatan yang melibatkan beberapa komponen dalam proses pembelajaran (Fathurrohman, 2017) sebagai berikut:

- a. Siswa. Siswa merupakan yang bertindak sebagai pencari, penerima, dan penyimpan isi pembelajaran yang dibutuhkan untuk mencapai tujuan.
- b. Guru. Guru merupakan seseorang yang bertindak sebagai pengelola, dan peran lainnya yang memungkinkan berlangsungnya kegiatan belajar mengajar yang efektif.
- c. Tujuan. Tujuan yang diinginkan terjadi pada siswa setelah mengikuti kegiatan pembelajaran pernyataan tentang perubahan perilaku (kognitif, psikomotorik, dan afektif).
- d. Materi pelajaran. Materi pelajaran segala informasi yang diperlukan untuk mencapai tujuan berupa fakta, prinsip, dan konsep.

- e. Metode. Metode merupakan cara yang teratur untuk memberikan kesempatan kepada siswa agar mendapat informasi yang dibutuhkan mereka mencapai tujuan.
- f. Media. Media merupakan bahan pengajaran dengan atau tanpa peralatan yang digunakan untuk menyajikan informasi kepada siswa.
- g. Evaluasi: Evaluasi merupakan cara teratur yang digunakan untuk menilai suatu proses dan hasilnya.

2.2.3 Ciri-ciri Pembelajaran

Menurut Sutikno (2013), terdapat ciri-ciri pembelajaran yaitu sebagai berikut:

- a. Memiliki tujuan, yaitu untuk membentuk siswa dalam suatu perkembangan tertentu.
- b. Terdapat mekanisme, langkah-langkah, metode dan teknik yang direncanakan untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan.
- c. Fokus materi jelas, terarah dan terencana dengan baik.
- d. Adanya aktivitas siswa merupakan syarat mutlak bagi berlangsungnya kegiatan pembelajaran.
- e. Tindakan guru yang cermat dan tepat.
- f. Terdapat pola aturan yang ditaati guru dan siswa dalam proporsi masing-masing.
- g. Limit waktu untuk mencapai tujuan pembelajaran.
- h. Evaluasi, baik evaluasi proses maupun evaluasi produk.

2.2.4 Prinsip-Prinsip Pembelajaran

Terdapat tiga prinsip penting dalam pembelajaran (Fathurrohman, 2017), diantaranya:

- a. Proses pembelajaran adalah bentuk kreasi lingkungan yang dapat membentuk atau mengubah struktur kognitif peserta didik. Dalam pengaturan lingkungan ini bertujuan untuk menyediakan pengalaman belajar yang memberi latihan-latihan penguasaan fakta-fakta.
- b. Berhubungan dengan adanya tipe-tipe pengetahuan yang harus dipelajari yaitu pengetahuan fisis, sosial, dan logika yang masing-masing memerlukan situasi yang berbeda dalam pembelajarannya.
- c. Dalam proses pembelajaran diharuskan melibatkan peran lingkungan sosial. Dengan mempelajari pengetahuan logika dan sosial dari temannya sendiri. Anak akan belajar lebih efektif dibandingkan dengan belajar yang menjauhkan dari hubungan sosial dan akan lebih baik melalui pergaulan dan hubungan sosial.

2.2 Pembiasaan Kedisiplinan Melalui Aktivitas Pembelajaran PJOK

Disiplin belajar siswa merupakan satu kunci yang dapat mewujudkan suasana belajar yang kondusif dan optimal. Idealnya siswa yang mengikuti pembelajaran di kelas memiliki perhatian yang baik saat belajar. Dapat mematuhi tata tertib menepati jadwal ataupun waktu dapat berpartisipasi aktif, memiliki kesopanan, memiliki kehadiran yang baik di kelas (Puspita dan Hadi, 2018). Kedisiplinan dalam pembelajaran PJOK adalah serangkaian kegiatan siswa yang didalamnya meliputi tata tertib yang dilakukan oleh siswa yang sesuai dengan peraturan yang berlaku, perilaku tidak menyimpang, ketepatan mengikuti pembelajaran sampai selesai dan

Terdapat beberapa cara untuk melakukan pembinaan kedisiplinan pada siswa salah satunya dengan pembiasaan.

Pembinaan kedisiplinan kepada siswa tidak selalu dengan memberikannya aturan yang tegas. Yang paling penting yaitu harus membimbingnya serta memberikan pembelajaran hidup yang sehat. Selain pembiasaan dalam tahap pembinaan kedisiplinan meliputi tiga unsur yang mendorong tahapannya (Desi H, 2018), yaitu :

- a. Aturan. Seperti aturan sekolah dan aturan kelas yang telah disepakati antara guru dan siswa. Bentuk peraturan kelas seperti tidak berbicara sendiri, tidak berteriak saat sedang pembelajaran berlangsung dan mendengarkan ketika guru sedang berbicara.
- b. Hukuman. Hukuman fisik tidak di berlakukan namun diganti dengan hukuman masihat atau teguran.
- c. Penghargaan. Diberikan reward dengan pujian atau dengan nilai.

Disiplin merupakan suatu sikap moral siswa yang terbentuk melalui serangkaian perilaku yang menunjukkan nilai-nilai kepatuhan, ketaatan, keteraturan dan ketertiban berdasarkan acuan nilai moral. Siswa yang mempunyai disiplin akan menunjukkan sikap taat dan teratur terhadap perannya sebagai seorang pelajar yaitu belajar secara terarah dan teratur.

METODE PENELITIAN

Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Penelitian kuantitatif bertujuan untuk menggambarkan secara sistematis dan objektif fenomena yang diteliti melalui data numerik yang diperoleh dari hasil pengukuran menggunakan instrumen penelitian (Sugiyono, 2020).

Penelitian ini dimaksudkan untuk memperoleh gambaran mengenai pembinaan disiplin siswa melalui pembelajaran Pendidikan Jasmani,

Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di SMA Negeri 1 Simpang Tiga Tahun Ajaran 2024/2025 berdasarkan persepsi guru PJOK. Data dikumpulkan menggunakan angket skala Likert, kemudian dianalisis secara deskriptif untuk mengetahui kategori tingkat pembinaan disiplin yang dilakukan.

3.1 Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi dan sampel dalam penelitian merupakan dua hal yang menjadi penentu dalam sebuah penelitian karena keduanya dapat memberikan jawaban dari hasil penelitian yang dilakukan, sebagaimana uraian berikut:

3.2.1 Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas subjek atau objek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2018). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Guru PJOK di SMA Negeri 1 Simpang Tiga Tahun Ajaran 2024/2025, yang berjumlah 2 orang.

3.2.2 Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2018). Karena jumlah populasi dalam penelitian ini relatif kecil, yaitu hanya 2 orang guru, maka teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah total sampling atau sensus, yaitu seluruh populasi dijadikan sampel penelitian. Teknik ini sesuai dengan pendapat Sugiyono (2016) yang menyatakan bahwa apabila jumlah populasi kurang dari 100, maka sebaiknya seluruh anggota populasi dijadikan sampel penelitian.

3.2 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang sangat penting dalam penelitian karena berkaitan langsung dengan kualitas data yang diperoleh. Menurut Sugiyono (2020:16), teknik pengumpulan data adalah cara yang

digunakan oleh peneliti untuk memperoleh data yang diperlukan dalam penelitian. Oleh karena itu, pemilihan teknik pengumpulan data harus disesuaikan dengan pendekatan dan tujuan penelitian.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif, yaitu penelitian yang menekankan pada pengumpulan data berupa angka-angka dan analisis statistik. Hal ini sejalan dengan pendapat Sugiyono (2020:13) yang menyatakan bahwa penelitian kuantitatif digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu dengan tujuan menguji hipotesis atau menggambarkan fenomena secara objektif.

Dalam penelitian kuantitatif, data harus bersifat objektif, terukur, dan dapat dianalisis secara statistik. Oleh karena itu, teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini harus mampu menghasilkan data numerik yang valid dan reliabel.

Hasil Penelitian

4.1.1 Gambaran Umum Responden

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Simpang Tiga, yang merupakan salah satu sekolah menengah atas negeri yang berada dalam wilayah administratif Kabupaten Pidie, Provinsi Aceh. Sekolah ini menyelenggarakan proses pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) sesuai dengan kurikulum yang berlaku dan secara rutin melaksanakan aktivitas pembelajaran PJOK sebagai sarana pembinaan karakter, khususnya disiplin siswa. Penelitian ini dilaksanakan pada tahun ajaran 2024/2025.

Subjek dalam penelitian ini adalah guru PJOK SMA Negeri 1 Simpang Tiga, yang berjumlah 2 orang guru PJOK. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah total sampling, yaitu seluruh anggota populasi dijadikan sebagai sampel penelitian. Teknik ini digunakan karena jumlah populasi relatif kecil, sehingga seluruh guru PJOK dapat dijadikan responden untuk memperoleh data yang lebih akurat dan representatif.

Instrumen utama yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket tertutup yang disusun untuk mengukur peranan dan implementasi pembinaan disiplin siswa melalui aktivitas pembelajaran PJOK. Angket tersebut terdiri dari 25 butir pernyataan, yang dikembangkan berdasarkan indikator-indikator pembinaan disiplin, meliputi pemahaman disiplin dalam pembelajaran PJOK, disiplin pada awal pembelajaran, disiplin dalam kegiatan inti, penerapan aturan, reward dan sanksi, serta keteladanan guru PJOK.

Angket disusun menggunakan skala Likert lima pilihan, yaitu Sangat Setuju (SS) dengan skor 5, Setuju (S) dengan skor 4, Ragu-ragu (R) dengan skor 3, Tidak Setuju (TS) dengan skor 2, dan Sangat Tidak Setuju (STS) dengan skor 1. Skor dari setiap butir pernyataan digunakan untuk mengetahui tingkat peranan dan implementasi pembinaan disiplin siswa melalui aktivitas pembelajaran PJOK di SMA Negeri 1 Simpang Tiga.

Proses pengumpulan data dilakukan secara langsung di sekolah setelah memperoleh izin dari pihak sekolah dan persetujuan dari guru PJOK sebagai responden. Peneliti memberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian serta tata cara pengisian angket agar responden memahami maksud dari setiap pernyataan. Pengisian angket dilakukan secara mandiri oleh responden untuk menjaga objektivitas dan kejujuran jawaban.

Setelah seluruh angket terkumpul, data kemudian direkapitulasi dan diolah menggunakan bantuan program pengolah data statistik. Data dianalisis untuk memperoleh nilai rata-rata dan persentase pada setiap indikator pembinaan disiplin. Hasil analisis tersebut selanjutnya disajikan dalam bentuk tabel dan grafik, serta diinterpretasikan secara deskriptif pada subbab berikutnya guna memberikan gambaran yang jelas mengenai peranan dan implementasi pembinaan disiplin siswa melalui aktivitas pembelajaran PJOK di SMA Negeri 1 Simpang Tiga.

4.1.2 Rata – rata Skor Angket

Untuk mengetahui gambaran tingkat pembinaan disiplin siswa melalui pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), peneliti melakukan analisis terhadap hasil angket yang diisi oleh guru PJOK. Analisis ini bertujuan untuk memperoleh informasi mengenai persepsi guru terhadap pelaksanaan pembinaan disiplin siswa selama proses pembelajaran PJOK berlangsung.

Instrumen angket yang digunakan terdiri atas 25 butir pernyataan yang disusun berdasarkan indikator-indikator pembinaan disiplin siswa, meliputi pemahaman disiplin dalam pembelajaran PJOK, disiplin pada awal pembelajaran, disiplin pada kegiatan inti, penerapan aturan, reward dan sanksi, serta keteladanan guru. Setiap pernyataan diukur menggunakan skala Likert lima tingkat, dengan rentang skor 1 sampai dengan 5.

Data yang diperoleh dari angket kemudian diolah dengan cara menghitung skor masing-masing responden pada setiap butir pernyataan. Selanjutnya, skor tersebut dirata-ratakan untuk mengetahui kecenderungan penilaian responden terhadap setiap aspek pembinaan disiplin. Penggunaan nilai rata-rata dimaksudkan untuk memberikan gambaran kuantitatif yang lebih objektif mengenai tingkat pelaksanaan pembinaan disiplin siswa melalui pembelajaran PJOK.

Hasil perhitungan rata-rata skor tiap butir pernyataan selanjutnya diklasifikasikan ke dalam kategori penilaian berdasarkan kriteria skala Likert, yaitu sangat baik, baik, cukup, kurang, dan sangat kurang. Pengkategorian ini bertujuan untuk memudahkan interpretasi data serta memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai aspek-aspek pembinaan disiplin yang telah berjalan dengan baik maupun yang masih memerlukan perbaikan.

Adapun hasil analisis rata-rata skor tiap butir pernyataan angket pembinaan

disiplin siswa melalui pembelajaran PJOK disajikan pada tabel 4.1 berikut.

Tabel 4.1
Rata-rata Skor Tiap Butir Pernyataan

| N o | Pernyataan | Skor R1 | Skor R2 | Rata- rata | Kategori |
|--------|---|------------|------------|---------------|-------------|
| 1 | Disiplin dalam pembelajaran PJOK mencerminkan kepatuhan siswa terhadap aturan pembelajaran. | 4 | 4 | 4,00 | Baik |
| 2 | Disiplin PJOK berkaitan dengan kesadaran siswa dalam menjaga keselamatan diri dan orang lain. | 5 | 4 | 4,50 | Sangat Baik |
| 3 | Pembelajaran PJOK menanamkan nilai pengendalian diri pada siswa. | 4 | 3 | 3,50 | Baik |
| 4 | Disiplin dalam PJOK tidak hanya bersifat formal, | 4 | 3 | 3,50 | Baik |

| | | | | | |
|---|--|---|---|------|-------------|
| | tetapi membantu kesadaran moral siswa. | | | | |
| 5 | Disiplin PJOK berperan penting dalam pembentukan karakter siswa. | 5 | 4 | 4,50 | Sangat Baik |
| 6 | Guru PJOK selalu memulai pembelajaran dengan apel pembukaan. | 4 | 4 | 4,00 | Baik |
| 7 | Pemanasan terstruktur wajib dilakukan sebelum kegiatan inti PJOK. | 4 | 3 | 3,50 | Baik |
| 8 | Siswa dibiasakan datang tepat waktu dalam pembelajaran PJOK. | 3 | 3 | 3,00 | Cukup |
| 9 | Persiapan alat dan lapangan dilakukan secara tertib sebelum pembelajaran | 3 | 2 | 2,50 | Kurang |

| | | | | | |
|----|--|---|---|------|-------------|
| | ran dimulai. | | | | |
| 10 | Guru memberikan arahan disiplin sebelum kegiatan inti berlangsung. | 4 | 4 | 4,00 | Baik |
| 11 | Guru menegakkan disiplin selama proses pembelajaran PJOK berlangsung. | 5 | 4 | 4,50 | Sangat Baik |
| 12 | Siswa diwajibkan mengikuti instruksi guru dalam setiap aktivitas PJOK. | 4 | 4 | 4,00 | Baik |
| 13 | Disiplin keselamatan menjadi prioritas utama dalam pembelajaran PJOK. | 5 | 5 | 5,00 | Sangat Baik |
| 14 | Guru mengawasi sportivitas siswa selama aktivitas PJOK. | 3 | 3 | 3,00 | Cukup |
| 15 | Pembelajaran PJOK | 4 | 3 | 3,50 | Baik |

| | | | | | |
|----|--|---|---|------|--------|
| | melatih kerja sama dan tanggung jawab siswa. | | | | |
| 16 | Sekolah memiliki aturan khusus terkait disiplin dalam pembelajaran PJOK. | 4 | 4 | 4,00 | Baik |
| 17 | Guru menerapkan aturan disiplin PJOK secara konsisten. | 3 | 3 | 3,00 | Cukup |
| 18 | Guru memberikan penghargaan kepada siswa yang menunjukkan perilaku disiplin. | 3 | 4 | 3,50 | Baik |
| 19 | Sanksi yang diberikan kepada siswa bersifat mendidik dan proporsional. | 2 | 3 | 2,50 | Kurang |
| 20 | Penerapan reward dan sanksi membantu meningkatkan | 3 | 3 | 3,00 | Cukup |

| | | | | | |
|----|---|---|---|------|-------------|
| | kedisiplinan siswa. | | | | |
| 21 | Guru PJOK menjadi teladan dalam kedisiplinan waktu. | 5 | 4 | 4,50 | Sangat Baik |
| 22 | Guru PJOK menunjukkan sikap disiplin melalui perilaku sehari-hari. | 4 | 4 | 4,00 | Baik |
| 23 | Pembelajaran PJOK meningkatkan kedisiplinan siswa di sekolah. | 4 | 3 | 3,50 | Baik |
| 24 | Siswa menjadi lebih tertib setelah mengikuti pembelajaran PJOK. | 3 | 3 | 3,00 | Cukup |
| 25 | Nilai disiplin yang diperoleh dari PJOK diterapkan siswa dalam kehidupan sehari-hari. | 4 | 3 | 3,50 | Baik |

Berdasarkan Tabel Rata-rata Skor Tiap Angket Skala Likert, diketahui bahwa secara umum pembinaan disiplin siswa melalui pembelajaran PJOK berada pada kategori baik, dengan variasi penilaian

pada setiap butir pernyataan. Hal ini menunjukkan bahwa pembelajaran PJOK telah berperan dalam menanamkan dan membina disiplin siswa, meskipun belum seluruh aspek terlaksana secara optimal.

Beberapa butir pernyataan memperoleh nilai rata-rata yang berada pada kategori sangat baik, khususnya yang berkaitan dengan aspek keselamatan, penegakan disiplin selama kegiatan inti pembelajaran, serta keteladanan guru PJOK. Temuan ini mengindikasikan bahwa guru PJOK telah menjalankan perannya dengan baik sebagai teladan disiplin dan mampu menciptakan suasana pembelajaran yang menekankan pentingnya kepatuhan terhadap aturan dan keselamatan selama aktivitas jasmani.

Sebagian besar butir pernyataan lainnya berada pada kategori baik, yang menunjukkan bahwa pembinaan disiplin siswa telah dilaksanakan secara konsisten, terutama dalam hal pemberian arahan, pengawasan selama pembelajaran, serta pembiasaan sikap disiplin melalui aktivitas PJOK. Kondisi ini mencerminkan bahwa pembelajaran PJOK tidak hanya berorientasi pada penguasaan keterampilan fisik, tetapi juga berkontribusi terhadap pembentukan sikap dan karakter siswa.

Namun demikian, terdapat beberapa butir pernyataan yang memperoleh nilai rata-rata pada kategori cukup dan kurang, khususnya pada aspek ketepatan waktu siswa, ketertiban dalam persiapan alat, serta konsistensi penerapan reward dan sanksi. Temuan ini menunjukkan bahwa masih terdapat kendala dalam pelaksanaan pembinaan disiplin, baik yang disebabkan oleh faktor siswa, keterbatasan waktu pembelajaran, maupun kondisi sarana dan prasarana.

Variasi hasil penilaian tersebut menunjukkan bahwa pembinaan disiplin siswa melalui pembelajaran PJOK merupakan proses yang dinamis dan dipengaruhi oleh berbagai faktor. Oleh karena itu, meskipun secara umum pembinaan disiplin telah berjalan dengan

baik, diperlukan upaya peningkatan secara berkelanjutan, khususnya pada aspek-aspek yang masih berada pada kategori cukup dan kurang. Hasil analisis ini menjadi dasar dalam pembahasan lebih lanjut serta perumusan kesimpulan dan saran pada bab selanjutnya.

Untuk memperjelas gambaran distribusi kategori rata-rata skor pada setiap item pernyataan angket, hasil perhitungan tersebut selanjutnya disajikan dalam bentuk visualisasi grafik. Penyajian grafik dimaksudkan untuk memudahkan pembaca dalam memahami variasi tingkat pembinaan disiplin siswa melalui pembelajaran PJOK pada setiap butir pernyataan yang diukur.

Gambar 4.1 menyajikan visualisasi skor rata-rata dari 25 item pernyataan angket pembinaan disiplin siswa melalui pembelajaran PJOK. Setiap batang pada grafik merepresentasikan satu item pernyataan, sedangkan perbedaan warna menunjukkan kategori penilaian berdasarkan kriteria skala Likert, yaitu sangat baik, baik, cukup, dan kurang. Dengan demikian, grafik ini memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai kecenderungan hasil penelitian secara keseluruhan.

Gambar 4.1 **Grafik Rata-rata Skor Tiap Item Pernyataan Pembinaan**

Berdasarkan Gambar 4.1, terlihat bahwa rata-rata skor tiap item pernyataan menunjukkan variasi tingkat pembinaan disiplin siswa melalui pembelajaran PJOK. Perbedaan tersebut divisualisasikan melalui penggunaan warna yang merepresentasikan kategori penilaian, sehingga memudahkan interpretasi terhadap kecenderungan hasil penelitian secara komprehensif.

Item pernyataan yang berada pada kategori sangat baik (ditandai dengan warna hijau) menunjukkan bahwa pada aspek-aspek tertentu guru PJOK telah melaksanakan pembinaan disiplin secara optimal dan konsisten. Aspek-aspek tersebut umumnya

berkaitan dengan keteladanan guru, penegakan aturan selama pembelajaran, serta perhatian terhadap keselamatan dan keteraturan aktivitas siswa. Temuan ini menegaskan bahwa pembelajaran PJOK memiliki peran strategis dalam menanamkan nilai disiplin melalui praktik langsung di lapangan.

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data yang telah disajikan pada subbab sebelumnya, diketahui bahwa secara umum pembinaan disiplin siswa melalui pembelajaran PJOK berada pada kategori baik. Hal ini menunjukkan bahwa pembelajaran PJOK memiliki kontribusi positif dalam membentuk dan membina sikap disiplin siswa, meskipun pelaksanaannya belum sepenuhnya optimal pada seluruh aspek yang diteliti.

Temuan ini sejalan dengan pendapat Sugiyono (2020:16) yang menyatakan bahwa hasil penelitian kuantitatif mencerminkan kecenderungan fenomena yang terjadi di lapangan berdasarkan pengukuran yang sistematis. Dalam konteks penelitian ini, kecenderungan positif pada pembinaan disiplin menunjukkan bahwa aktivitas pembelajaran PJOK telah dirancang dan dilaksanakan dengan memperhatikan aspek pembentukan sikap, bukan hanya penguasaan keterampilan fisik semata.

SIMPULAN

5.1.1 Peranan pembinaan disiplin siswa melalui aktivitas pembelajaran PJOK berada pada kategori baik. Hal ini menunjukkan bahwa pembelajaran PJOK memiliki peran yang cukup signifikan dalam membina sikap disiplin siswa. Peran tersebut tercermin melalui keteladanan guru PJOK, pengelolaan pembelajaran yang terstruktur, serta penerapan aturan selama aktivitas pembelajaran berlangsung. Guru PJOK tidak hanya berperan sebagai pengajar

keterampilan jasmani, tetapi juga sebagai pendidik yang menanamkan nilai-nilai disiplin kepada siswa melalui aktivitas fisik yang terarah.

5.1.2 Implementasi pembinaan disiplin siswa melalui aktivitas pembelajaran PJOK telah dilaksanakan dengan cukup baik, meskipun belum sepenuhnya optimal pada seluruh aspek. Implementasi pembinaan disiplin terlihat pada pembiasaan disiplin di awal pembelajaran, kedisiplinan selama kegiatan inti, serta upaya pengawasan terhadap perilaku siswa. Namun demikian, beberapa aspek seperti konsistensi penerapan aturan, pemberian reward dan sanksi, serta pengelolaan waktu pembelajaran masih memerlukan penguatan agar pembinaan disiplin dapat berjalan lebih efektif dan merata.

5.1.3 Terdapat faktor pendukung dan faktor penghambat dalam pelaksanaan pembinaan disiplin siswa melalui aktivitas pembelajaran PJOK. Faktor pendukung meliputi keteladanan guru PJOK, struktur pembelajaran yang jelas, serta karakteristik pembelajaran PJOK yang menuntut keteraturan dan kepatuhan terhadap aturan. Sementara itu, faktor penghambat antara lain keterbatasan waktu pembelajaran, perbedaan karakteristik dan kesiapan siswa, serta belum optimalnya penerapan reward dan sanksi secara konsisten. Faktor-faktor tersebut memengaruhi tingkat keberhasilan pembinaan disiplin dalam pembelajaran PJOK.

5.1 Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan di atas, penulis mengajukan beberapa saran sebagai berikut:

5.2.1 Guru PJOK diharapkan dapat meningkatkan konsistensi dalam menerapkan aturan, reward, dan sanksi selama proses pembelajaran berlangsung. Selain itu, guru juga disarankan untuk terus mempertahankan keteladanan sikap disiplin, karena perilaku guru memiliki pengaruh yang besar terhadap pembentukan sikap disiplin siswa. Pengelolaan waktu pembelajaran juga perlu diperhatikan agar seluruh aktivitas pembelajaran dapat berjalan secara efektif dan tertib.

5.2.2 Pihak sekolah diharapkan dapat memberikan dukungan yang lebih optimal terhadap pelaksanaan pembelajaran PJOK, baik dari segi kebijakan, sarana dan prasarana, maupun penguatan budaya disiplin di lingkungan sekolah. Dukungan tersebut penting agar pembinaan disiplin siswa tidak hanya dilakukan dalam pembelajaran PJOK, tetapi juga terintegrasi dengan program pembinaan karakter sekolah secara keseluruhan.

5.2.3 Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan penelitian ini dengan jumlah responden yang lebih besar atau menggunakan pendekatan metode campuran (*mixed methods*) agar diperoleh gambaran yang lebih mendalam mengenai pembinaan disiplin siswa melalui pembelajaran PJOK. Selain itu, penelitian selanjutnya dapat mengkaji variabel lain yang berkaitan dengan pembinaan karakter siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

Daftar Pustaka

- Abdul Majid. 2014. *Kurikulum dan Pembelajaran*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Ahmad Fauzi. 2019. *Peranan Pembelajaran PJOK dalam Membentuk Karakter Siswa di SMA Negeri 5 Palembang*. Skripsi. Universitas Sriwijaya.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Desi Haryani. 2018. *Pembentukan Karakter Disiplin Siswa Melalui Pembelajaran PJOK di SMP Negeri 2 Sukoharjo*. Skripsi. Universitas Sebelas Maret.
- Dimiyati dan Mudjiono. 2006. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Djamarah, Syaiful Bahri. 2011. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Hamzah B. Uno. 2010. *Teori Motivasi dan Pengukurannya*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Hasibuan, M. 2016. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Hendri Saputra. 2022. *Implementasi Pendidikan Karakter Melalui PJOK di Sekolah Menengah*. Tesis. Universitas Negeri Padang.
- Ki Hajar Dewantara. 2004. *Pemikiran, Konsepsi, Keteladanan, Sikap Merdeka*. Yogyakarta: Majelis Luhur Taman Siswa.
- Mulyasa, E. 2013. *Manajemen Pendidikan Karakter*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Muslich, Masnur. 2011. *Kurikulum dan Pembelajaran Berbasis Kompetensi*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Nasution, S. 2011. *Didaktik Asas Mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Rini Safitri. 2020. *Implementasi Pendidikan Karakter Disiplin dalam Kegiatan Pembelajaran PJOK di SMA Negeri 1 Brebes*. Skripsi. Universitas Negeri Semarang.
- Roestiyah, N. K. 2008. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rusdiana, A. 2014. *Pendidikan Karakter Berbasis Olahraga*. Bandung: Alfabeta.
- Sagala, Syaiful. 2020. *Konsep dan Makna Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta.
- Samsudin. 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SD/MI*. Jakarta: Litera.
- Sanaky, H. A. 2013. *Pembelajaran Berbasis Multimedia Interaktif*. Yogyakarta: Kaukaba.
- Sapriya. 2009. *Pendidikan IPS*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Sudjana, Nana. 2005. *Dasar-dasar Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algensindo.
- Sugiyono. 2019. *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suharsaputra, Uhar. 2012. *Manajemen Pendidikan*. Bandung: Refika Aditama.

Sukmadinata, Nana Syaodih. 2009. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Syah, Muhibbin. 2012. *Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Tu'u, Tulus. 2004. *Peran Disiplin dalam Mewujudkan Prestasi Belajar Siswa*. Jakarta: Grasindo.

Wibowo. 2023. *Pendidikan Karakter melalui PJOK di Sekolah Menengah*. Yogyakarta: Deepublish.

Winkel, W. S. 2009. *Psikologi Pengajaran*. Jakarta: Gramedia.

Yuliana. 2018. *Strategi Guru dalam Membentuk Kedisiplinan Siswa*. Skripsi. UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.