

PENERAPAN TEORI PEMBELAJARAN KOGNITIF DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DAN KESEHATAN

Rovi Pahliwandari

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan IKIP PGRI Pontianak
Jalan Ampera Nomor 88 Pontianak 78116
e-mail: rovipahliwandari@yahoo.com

Abstrak

Belajar merupakan proses manusia dalam memperoleh pengetahuan atau menguasai pengetahuan melalui pengalaman, mengingat, mendapatkan informasi atau menemukan. Aliran kognitif memandang kegiatan belajar bukanlah sekadar stimulus atau respon yang bersifat mekanistik, tetapi lebih dari itu kegiatan belajar juga melibatkan kegiatan mental yang ada di dalam diri individu yang sedang belajar. Struktur mental individu tersebut berkembang sesuai dengan tingkatan perkembangan kognitif seseorang. Semakin tinggi tingkat perkembangan kognitif seseorang, semakin tinggi pula kemampuan dan keterampilan dalam memproses berbagai informasi atau pengetahuan yang diterimanya dari lingkungan. Kognitif sangat berperan dalam penerapan praktik dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, dengan memberikan pemahaman, menerapkan dalam permainan, sehingga menjadi otomatisasi. Yang dimulai dari kognitif-afektif dan melahirkan otomatisasi dalam gerak. Dalam kegiatan pembelajaran, keterlibatan siswa secara aktif amat dipentingkan. Untuk menarik minat dan meningkatkan retensi belajar perlu mengaitkan pengetahuan baru dengan struktur kognitif yang telah dimiliki siswa.

Kata Kunci: Kognitif, belajar, otomatisasi.

Abstract

Learning is a human process in acquiring knowledge or the acquisition of knowledge through experience, to remember, to get information or find. Flow cognitive view of learning is not just a stimulus or response that is mechanistic, but more than that learning also involves mental activity lies within the individual that is being studied. The individual mental structures develop according to one's level of cognitive development. The higher the person's level of cognitive development, the higher the skill and ability to process a variety of information or knowledge that it receives from the environment. Cognitive was instrumental in applying best practices in teaching physical education and health, by providing an understanding, applying in the game, so be automation. Starting cognitive-affective and childbirth automation in motion. In learning activities, a very active student involvement is emphasized. To attract and increase retention of learning need to associate new knowledge with the cognitive structure that has been owned by the students.

Keywords: Cognitive, learning, automation.

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani atau yang lebih dikenal dengan Penjas (Dikjas) merupakan salah satu mata pelajaran formal, yang telah diberikan mulai dari

sekolah dasar hingga sekolah menengah. Peranan Pendidikan Jasmani adalah sangat penting, yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain dan olahraga yang dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina, sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat.

Pendidikan Jasmani sebagai komponen pendidikan secara keseluruhan telah disadari oleh banyak kalangan. Namun, dalam pelaksanaannya pengajaran Pendidikan Jasmani berjalan belum efektif seperti yang diharapkan. Pembelajaran Pendidikan Jasmani cenderung tradisional. Model pembelajaran Pendidikan Jasmani tidak harus terpusat pada guru tetap pada siswa. Orientasi pembelajaran harus disesuaikan dengan perkembangan anak, isi, dan urusan materi serta cara penyampaian harus disesuaikan sehingga menarik dan menyenangkan, sasaran pembelajaran ditujukan bukan hanya mengembangkan keterampilan olahraga, tetapi pada perkembangan pribadi anak seutuhnya. Konsep dasar Pendidikan Jasmani dan model pengajaran Pendidikan Jasmani yang efektif perlu dipahami oleh para guru yang hendak mengajar Pendidikan Jasmani. Pengertian Pendidikan Jasmani sering dikaburkan dengan konsep lain. Konsep itu menyamakan Pendidikan Jasmani dengan setiap usaha atau kegiatan yang mengarah pada pengembangan organ-organ tubuh manusia (*body building*), kesegaran jasmani (*physical fitness*), kegiatan fisik (*physical activities*), dan pengembangan keterampilan (*skill development*). Pengertian itu memberikan pandangan yang sempit dan menyesatkan arti Pendidikan Jasmani yang sebenarnya. Walaupun memang benar aktivitas fisik itu mempunyai tujuan tertentu, namun karena tidak dikaitkan dengan tujuan pendidikan, maka kegiatan itu tidak mengandung unsur-unsur pedagogik.

Pendidikan Jasmani bukan hanya merupakan aktivitas pengembangan fisik secara terisolasi, akan tetapi harus berada dalam konteks pendidikan secara umum (*general education*). Sudah tentu proses tersebut dilakukan dengan sadar dan melibatkan interaksi sistematis antar pelakunya untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Kekeliruan yang sering dijumpai adalah banyak orang yang beranggapan bahwa Pendidikan Jasmani hanya berisi dengan kegiatan olahraga. Di

sekolahpun, mata pelajaran Pendidikan Jasmani dianggap sebagai mata pelajaran yang hanya mengandalkan fisik. Bahkan, yang lebih parah, ada kecenderungan bahwa guru Pendidikan Jasmani hanya mengembangkan keterampilan fisik (psikomotorik), tanpa mengembangkan aspek yang lain. Perlu adanya sebuah pemikiran baru mengenai konsep Pendidikan Jasmani di sekolah.

Belajar merupakan proses manusia dalam memperoleh pengetahuan atau menguasai pengetahuan melalui pengalaman, mengingat, mendapatkan informasi atau menemukan (Hilgrad dan Bower dalam Baharuddin dan Wahyuni, 2007: 13). Belajar juga merupakan proses berubahnya tingkah laku yang relatif permanen yang disebabkan oleh interaksi dengan lingkungannya. Banyak ahli yang mengemukakan teori-teori dan pandangan-pandangan mengenai proses belajar tersebut. Salah satu aliran yang mempunyai pengaruh terhadap praktik belajar yang dilaksanakan di sekolah adalah aliran psikologi kognitif. Aliran ini telah memberikan kontribusi terhadap penggunaan unsur kognitif atau mental dalam proses belajar. Aliran kognitif memandang kegiatan belajar bukanlah sekadar stimulus atau respon yang bersifat mekanistik, tetapi lebih dari itu kegiatan belajar juga melibatkan kegiatan mental di dalam diri individu yang sedang belajar.

Teori belajar ini mengacu pada wacana psikologi kognitif, yang didasarkan pada kegiatan kognitif dalam belajar. Para ahli teori ini berupaya menganalisis secara ilmiah proses mental dan struktur ingatan atau *cognition* dalam proses belajar. *Cognition* diartikan sebagai aktivitas mengetahui, memperoleh pengetahuan, mengorganisasikan, dan menggunakannya. Psikologi kognitif memandang manusia sebagai makhluk yang selalu aktif mencari dan menyeleksi informasi untuk diproses. Sehingga perhatian utama psikologi kognitif adalah upaya memahami proses individu mencari, menyeleksi, mengorganisasikan, dan menyimpan informasi. Belajar kognitif berlangsung berdasarkan *schemata* atau struktur mental individu yang mengorganisasikan hasil pengamatannya. Struktur mental individu tersebut berkembang sesuai dengan tingkatan perkembangan kognitif seseorang. Semakin tinggi tingkat perkembangan kognitif seseorang, semakin tinggi pula kemampaun dan keterampilan dalam memproses berbagai informasi atau pengetahuan yang diterimanya dari lingkungan.

Pengetahuan datang dari tindakan, perkembangan kognitif sebagian besar bergantung kepada seberapa jauh anak aktif memanipulasi dan aktif berinteraksi dengan lingkungannya. Dalam hal ini peran guru adalah sebagai fasilitator dan buku sebagai pemberi informasi. Perkembangan kognitif sebagian besar ditentukan oleh manipulasi dan interaksi aktif anak dengan lingkungan, pengetahuan datang dari tindakan. Pengalaman-pengalaman fisik dan manipulasi lingkungan penting bagi terjadinya perubahan perkembangan. Sementara itu interaksi sosial dengan teman sebaya, khususnya berargumentasi dan berdiskusi dapat membantu memperjelas pemikiran menjadi lebih logis.

PEMBAHASAN

Teori psikologi kognitif adalah merupakan bagian terpenting dari sains kognitif yang telah memberi kontribusi yang sangat berarti dalam perkembangan psikologi pendidikan. Sains kognitif merupakan himpunan disiplin yang terdiri atas: ilmu-ilmu komputer, linguistik, intelegensi buatan, matematika, epistemologi, dan neuropsychology (psikologi syaraf). Pendekatan psikologi kognitif lebih menekankan pada arti penting proses internal mental manusia. Dalam pandangan para ahli kognitif, tingkah laku manusia yang tampak tidak dapat diukur dan diterangkan tanpa melibatkan proses mental, seperti motivasi, kesengajaan, keyakinan, dan sebagainya. Meskipun teori kognitif dipertentangkan dengan teori behaviorisme, menurut ahli psikologi kognitif, aliran behaviorisme itu tidak lengkap sebagai sebuah teori psikologi, sebab tidak memperhatikan proses kejiwaan yang berdimensi pada ranah cipta, seperti berpikir, mempertimbangkan pilihan dan mengambil keputusan. Selain itu aliran behaviorisme juga tidak mau tahu urusan ranah rasa.

Dalam perspektif psikologi kognitif, belajar pada dasarnya adalah peristiwa mental, bukan behavioral (jasmaniah) meskipun hal-hal bersifat behavioral tampak nyata dalam setiap siswa belajar. Secara lahiriah, seorang anak yang sedang belajar membaca dan menulis, misalnya tentu menggunakan perangkat jasmaniah, untuk mengucapkan kata dan menggoreskan pena. Akan tetapi perilaku mengucapkan dan menggoreskan pena yang dilakukan anak tersebut bukan semata-mata respon

atas stimulus yang ada, melainkan yang lebih penting karena dorongan mental yang diatur oleh otaknya.

Teori Kognitif Gestalt

Teori kognitif mulai berkembang dengan lahirnya teori belajar Gestalt. Rahyubi (2012: 77) menyatakan bahwa peletak dasar teori gestalt adalah Max Werheimer (1880-1943) yang meneliti tentang pengamatan dan *problem solving*. Kaum Gestaltis berpendapat bahwa pengalaman itu berstruktur yang terbentuk dalam suatu keseluruhan. Menurut pandangan Gestaltis, semua kegiatan belajar menggunakan pemahaman terhadap hubungan-hubungan, terutama hubungan antara bagian dan keseluruhan. Intinya, tingkat kejelasan dan keberartian dari apa yang diamati dalam situasi belajar adalah lebih meningkatkan kemampuan belajar seseorang dari pada dengan hukuman dan ganjaran. Aplikasi teori Gestalt dalam proses pembelajaran antara lain adalah sebagai berikut: (1) Pengalaman tilikan (*insight*), bahwa tilikan memegang peranan yang penting dalam perilaku; (2) Pembelajaran yang bermakna (*meaningful learning*), kebermaknaan unsur-unsur yang terkait akan menunjang pembentukan tilikan dalam proses pembelajaran; (3) Perilaku bertujuan (*puspositive behavior*), bahwa perilaku terarah pada tujuan. Perilaku bukan hanya terjadi akibat hubungan stimulus-respons, tetapi ada keterkaitannya dengan tujuan yang ingin dicapai; (4) Prinsip ruang hidup (*life space*), bahwa perilaku individu memiliki keterkaitan dengan lingkungan dimana seseorang berada. Oleh karena itu, materi yang diajarkan hendaknya memiliki keterkaitan dengan situasi dan kondisi lingkungan kehidupan peserta didik; dan (5) Transfer dalam belajar, yaitu pemindahan pola-pola perilaku dalam situasi pembelajaran tertentu ke situasi lain. Transfer belajar akan terjadi apabila peserta didik telah menangkap prinsip-prinsip pokok dari suatu persoalan dan menemukan generalisasi untuk kemudian digunakan dalam memecahkan masalah dalam situasi lain. Oleh karena itu, guru hendaknya dapat membantu peserta didik untuk menguasai prinsip-prinsip pokok dari materi yang diajarkannya.

Teori Belajar *Cognitive Field* dari Lewin

Lewin berpendapat bahwa tingkah laku merupakan hasil interaksi antar-kekuatan-kekuatan baik yang dari dalam diri individu (seperti tujuan, kebutuhan,

tekanan kejiwaan) maupun dari luar diri individu seperti tantangan dan permasalahan. Menurut Lewin belajar berlangsung sebagai akibat dari 12 perubahan dalam struktur kognitif. Perubahan struktur kognitif tersebut adalah hasil dari dua macam kekuatan, satu dari struktur medan kognisi itu sendiri, yang lainnya dari kebutuhan dan motivasi internal individu. Lewin memberikan peranan yang lebih penting pada motivasi dari pada *reward* (Dalyono, 2012: 36).

Teori Belajar *Cognitive Developmental* dari Piaget

Piaget adalah seorang psikolog developmental dengan suatu teori komprehensif tentang perkembangan intelegensi atau proses berpikir. Karena, kemampuan belajar individu dipengaruhi oleh tahap perkembangan pribadi serta perubahan umur individu. Menurut Piaget, pertumbuhan kapasitas mental memberikan kemampuan-kemampuan mental baru yang sebelumnya tidak ada. Pertumbuhan intelektual adalah tidak kuantitatif melainkan kualitatif (Dalyono, 2012: 37).

Pertumbuhan intelektual anak mengandung tiga aspek yaitu struktur, *content*, dan *function*. Anak yang sedang mengalami perkembangan, struktur, dan konten intelektualnya berubah/berkembang. Fungsi dan adaptasi akan tersusun sehingga melahirkan suatu rangkaian perkembangan, masing-masing mempunyai struktur psikologi khusus yang menentukan kecakapan pikiran anak. Maka, Piaget mengartikan intelegensi adalah sejumlah struktur psikologis yang ada pada tingkat perkembangan khusus (Dalyono, 2012: 39).

Peserta didik hendaknya diberi kesempatan untuk melakukan eksperimen dengan obyek fisik, yang ditunjang oleh interaksi dengan teman sebaya dan dibantu oleh pertanyaan dari guru. Guru hendaknya banyak memberikan rangsangan kepada peserta didik agar mau berinteraksi dengan lingkungan secara aktif, mencari dan menemukan berbagai hal dari lingkungan.

Jarome Brunner dengan *Discovery Learning*

Bruner berpendapat bahwa mata pelajaran dapat diajarkan secara efektif dalam 13 bentuk intelektual yang sesuai dengan tingkat perkembangan anak. Pada tingkat permulaan pengajaran hendaknya dapat diberikan melalui cara-cara yang bermakna dan makin meningkat ke arah abstrak. Pengembangan program

pengajaran dilakukan dengan mengkoordinasikan mode penyajian bahan dengan cara dimana anak dapat mempelajari bahan tersebut, yang sesuai dengan tingkat kemajuan anak. Tingkat-tingkat kemajuan anak dari tingkat representasi sensori (*enactive*) ke representasi konkret (*iconic*) dan akhirnya ke tingkat representasi yang abstrak (*symbolic*) (Dalyono, 2012: 42).

Pada dasarnya konsep pembelajaran kognitif disini menuntut adanya prinsip-prinsip utama, yaitu sebagai berikut: (1) Pembelajaran yang aktif, maksudnya adalah siswa sebagai subyek belajar menjadi faktor yang paling utama. Siswa dituntut untuk belajar dengan mandiri secara aktif; (2) Prinsip pembelajaran dengan interaksi sosial untuk menambah khasanah perkembangan kognitif siswa dan menghindari kognitif yang bersifat egosentris; (3) Belajar dengan menerapkan apa yang dipelajari agar siswa mempunyai pengalaman dalam mengeksplorasi kognitifnya lebih dalam. Tidak melulu menggunakan bahasa verbal dalam berkomunikasi; (4) Adanya guru yang memberikan arahan agar siswa tidak melakukan banyak kesalahan dalam menggunakan kesempatannya untuk memperoleh pengetahuan dan pengalaman yang positif; (5) Dalam memberikan materi kepada siswa diperlukan penstrukturan baik dalam materi yang disampaikan maupun metode yang digunakan. Karena pengaturan juga sangat berpengaruh pada tingkat kemampuan pemahaman pada siswa; (6) Pemberian *reinforcement* yang berupa hadiah dan hukuman pada siswa. Saat melakukan hal yang tepat harus diberikan hadiah untuk menguatkan siswa untuk terus berbuat dengan tepat, hadiah tersebut bisa berupa pujian, dan sebagainya. Dan sebaliknya memberikan hukuman atas kesalahan yang telah dilakukan agar siswa menyadari dan tidak mengulangi lagi, hukuman tersebut bisa berupa: teguran, nasehat, dan sebagainya tetapi bukan dalam hukuman yang berarti kekerasan; (7) Materi yang diberikan akan sangat bermakna jika saling berkaitan karena dengan begitu seseorang akan lebih terlatih untuk mengeksplorasi kemampuan kognitifnya; (8) Pembelajaran dilakukan dari pengenalan umum ke khusus (*Ausable*) dan sebaliknya dari khusus ke umum atau dari konkrit ke abstrak (*Piaget*); (9) Pembelajaran tidak akan berhenti sampai ditemukan unsur-unsur baru lagi untuk dipelajari, yang diartikan pembelajaran dengan orientasi ketuntasan; dan (10) Adanya kesamaan konsep atau istilah dalam

suatu konsep bias sangat mengganggu dalam pembelajaran karena itulah penyesuaian integratif dibutuhkan. Penyesuaian ini diterapkan dengan menyusun materi sedemikian rupa, sehingga guru dapat menggunakan hierarki-hierarki konseptual ke atas dan ke bawah selama informasi disajikan.

Pengaruh Teori Kognitif terhadap Proses Belajar

Sebelum mengarah pada pengaruh teori ini dalam proses belajar, akan dikemukakan terlebih dahulu tentang definisi dari proses belajar itu sendiri, bahwa proses belajar adalah kata yang berasal dari bahasa latin *processus* yang berarti “berjalan kedepan”. Kata ini mempunyai konotasi urutan langkah atau kemajuan yang mengarah pada suatu sasaran atau tujuan. Menurut Chaplin (Syah, 2009: 109) proses adalah *any change in any object or organism, particularly a behavioral or psychological change* (proses adalah perubahan khususnya yang menyangkut perubahan tingkah laku atau perubahan kejiwaan). Kemudian proses belajar dapat diartikan sebagai tahapan perubahan perilaku kognitif).

Dari uraian tersebut kiranya teori kognitif ini menurut penulis sangat besar pengaruhnya dalam proses pembelajaran, akibatnya pembelajaran di Indonesia pada umumnya lebih cenderung *cognitive oriented* (berorientasi pada intelektual atau kognisi). Implikasinya lulusan pendidikan atau pembelajaran kaya intelektual tetapi miskin moral kepribadian. Mestinya proses pembelajaran harus mampu menjaga keseimbangan antara peran kognisi dengan peran afeksi (perasaan dan emosi yang lunak), sehingga lulusan pendidikan memiliki kualitas intelektual dan moral kepribadian yang seimbang.

Aplikasi Teori Kognitif dalam Kegiatan Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Hakekat belajar menurut teori kognitif dijelaskan sebagai suatu aktivitas belajar yang berkaitan dengan penataan informasi, reorganisasi perseptual, dan proses internal. Kegiatan pembelajaran yang berpijak pada teori belajar kognitif ini sudah banyak digunakan. Dalam merumuskan tujuan pembelajaran, tidak lagi mekanistik sebagaimana yang dilakukan dalam pendekatan behavioristik. Kebebasan dan keterlibatan siswa secara aktif dalam proses belajar amat diperhitungkan, agar belajar lebih bermakna bagi siswa. Sedang kegiatan

pembelajarannya mengikuti prinsip-prinsip sebagai berikut: (1) Siswa bukan sebagai orang dewasa yang muda dalam proses berpikirnya. Siswa mengalami perkembangan kognitif melalui tahap-tahap tertentu; (2) Anak usia pra sekolah dan awal sekolah dasar akan dapat belajar dengan baik, terutama jika menggunakan benda-benda konkrit; (3) Keterlibatan siswa secara aktif dalam belajar amat dipentingkan, karena hanya dengan mengaktifkan siswa, maka proses asimilasi dan akomodasi pengetahuan dan pengalaman dapat terjadi dengan baik; (4) Untuk menarik minat dan meningkatkan retensi belajar perlu mengaitkan pengalaman atau informasi baru dengan struktur kognitif yang telah dimiliki; (5) Pemahaman dan retensi akan meningkatkan jika materi pelajaran disusun dengan menggunakan pola atau logika tertentu, dari sederhana ke kompleks; dan (6) Belajar memahami akan lebih bermakna dari pada belajar menghafal. Agar bermakna, informasi baru harus disesuaikan dan dihubungkan dengan pengetahuan yang telah dimiliki oleh siswa. Tugas guru adalah menunjukkan hubungan antara yang sedang dipelajari dengan apa yang telah diketahui siswa.

Kognitif sangat berperan dalam penerapan praktik dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, dengan memberikan pemahaman (kegunaan fungsi dan apa yang dilakukan ke siswa), maka akan berpengaruh dalam penerapan dalam pengambilan sikap saat menerapkan teknik dalam aktivitas olahraga, sehingga dapat melakukan gerakan dengan benar tanpa pengawasan yang berarti (secara otomatisasi), menerapkan dalam permainan. Berikut tahapan peran koognitif dalam aktivitas keolahragaan dari Kognitif-Afektif-Automatisasi.



Gambar 1. Tahapan Peran Koognitif Dalam Aktivitas Keolahragaan

SIMPULAN

Diantara teori kognitif, paling tidak ada tiga yang terkenal yaitu piaget, Bruner, dan Ausubel. Menurut Piaget, kegiatan belajar terjadi sesuai dengan pola tahap-tahap perkembangan tertentu dan umur seseorang, serta melalui proses asimilasi, akomodasi, dan equilibrasi. Sedangkan Bruner mengatakan bahwa belajar terjadi lebih ditentukan oleh cara seseorang mengatur pesan dan informasi, dan bukan ditentukan oleh umur. Proses belajar akan terjadi melalui tahap-tahap anaktif, ikonik, dan simbolik. Sementara itu Ausubel mengatakan bahwa proses belajar terjadi jika seseorang mampu mengasimilasikan pengetahuan yang telah dimilikinya dengan pengetahuan baru. Proses belajar akan terjadi melalui tahap-tahap memperhatikan stimulus, memahami makna stimulus, menyimpan, dan menggunakan informasi.

Dalam kegiatan pembelajaran, keterlibatan siswa secara aktif amat dipentingkan. Untuk menarik minat dan meningkatkan retensi belajar perlu mengaitkan pengetahuan baru dengan struktur kognitif yang telah dimiliki siswa. Materi pelajaran disusun dengan menggunakan pola atau logika tertentu, dari sederhana ke kompleks. Perbedaan individual pada diri siswa perlu diperhatikan, karena faktor ini sangat mempengaruhi keberhasilan belajar siswa.

Teori psikologi kognitif adalah merupakan bagian terpenting dari sains kognitif yang telah memberi kontribusi yang sangat berarti dalam perkembangan psikologi pendidikan. Piaget merupakan salah satu pioner konstruktivis. Piaget berpendapat bahwa anak membangun sendiri pengetahuannya dari pengalamannya sendiri dengan lingkungan. Dalam pandangan Piaget, pengetahuan datang dari tindakan, perkembangan kognitif sebagian besar bergantung kepada seberapa jauh anak aktif memanipulasi dan aktif berinteraksi dengan lingkungannya. Dalam hal ini peran guru adalah sebagai fasilitator dan buku sebagai pemberi informasi.

Aktivitas jasmani dalam pengertian ini dipaparkan sebagai kegiatan anak didik untuk meningkatkan keterampilan motorik dan nilai-nilai fungsional yang mencakup aspek kognitif, afektif, psikomotorik, dan sosial. Aktivitas ini harus dipilih dan disesuaikan dengan tingkat perkembangan peserta didik. Melalui kegiatan Pendidikan Jasmani dan Olahraga diharapkan peserta didik akan tumbuh

dan berkembang secara sehat dan segar jasmaninya, serta dapat berkembang kepribadiannya agar lebih harmonis dalam menjalankan kehidupannya sekarang maupun yang akan datang.

Dapat atau tidaknya peserta didik terlibat dalam proses belajar akan sangat ditentukan oleh kesiapannya untuk belajar. Teori Piaget membedakan perkembangan kesiapan peserta didik dilihat dari aspek kognitif. Perbedaan dalam perkembangan kesiapan peserta didik di sekolah disebabkan oleh perbedaan dalam kemampuan intelektual dan keterampilan motorik yang telah dipelajari sebelumnya. Pengaplikasian teori kognitif dalam belajar bergantung pada akomodasi. Kepada siswa harus diberikan suatu area yang belum diketahui agar ia dapat belajar, karena ia tidak dapat belajar dari apa yang telah diketahui saja. Dengan adanya area baru, siswa akan mengadakan usaha untuk dapat mengakomodasikan. Peserta didik harus diberikan penghargaan berupa pujian, angka yang baik, rasa keberhasilan, dan sebagainya sehingga peserta didik lebih tertarik oleh pelajaran. Kesuksesan yang diraih dalam interaksinya dengan lingkungan belajar dapat menimbulkan rasa puas. Kondisi ini merupakan sumber motivasi. Apabila terus-menerus muncul pada diri peserta didik, maka peserta didik akan sanggup untuk belajar sepanjang hidupnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Dalyono, M. 2012. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Rahyubi, H. 2012. *Teori-Teori Belajar dan Aplikasi Pembelajaran Motorik: Deskripsi dan Tinjauan Kritis*. Cetakan I. Bandung: Nusa Media.
- Supandi. 1990. *Strategi Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Depdikbud. Dirjen Pendidikan Tinggi. Proyek Tenaga Kependidikan.
- Syah, M. 2009. *Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.