

EFEKTIVITAS MODEL PERSONALIZED SYSTEM FOR INSTRUCTION DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA, DAN KESEHATAN: SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW

¹Muhammad Asywaq Abdillah, ²Ita Ameliya Rahmawati, ³Kinara Dwi Shafarani, ⁴Sheren Dian Prasetyowati, ⁵Danang Isworo Wijayanto

^{1,2,3,4,5} Program Studi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Sains Al-Qur'an Jawa Tengah di Wonosobo

E-mail: abdillahasywaq@gmail.com, ameliaahmawati@gmail.com, kinaradwishafarani72@gmail.com, sherendianprasetyo@gmail.com, danangisworo@gmail.com

Abstrak

Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di sekolah masih menghadapi berbagai permasalahan, seperti didominasi pendekatan seragam yang kurang mengakomodasi perbedaan kemampuan dan kecepatan belajar siswa, sehingga berdampak pada rendahnya motivasi, kemandirian, dan hasil belajar. Penelitian ini bertujuan menganalisis efektivitas model *Personalized System for Instruction* (PSI) dalam pembelajaran PJOK melalui metode *Systematic Literature Review*. Metode penelitian yang digunakan adalah SLR dengan mengkaji artikel-artikel nasional yang diperoleh melalui database Google Scholar. Artikel yang dianalisis dibatasi pada publikasi tahun 2016-2024 dan diperoleh sebanyak 8 artikel yang memenuhi kriteria inklusi. menggunakan kata kunci “Personalized System for Instruction”, “PSI”, “Efektivitas”, dan “PJOK”. Hasil kajian menunjukkan bahwa penerapan model PSI secara konsisten memberikan dampak positif terhadap peningkatan kebugaran jasmani, keterampilan teknik dasar olahraga, motivasi belajar, kemandirian siswa, serta waktu aktif belajar. Model PSI terbukti mampu mengakomodasi perbedaan individu melalui pembelajaran mandiri, bertahap, dan berorientasi pada ketuntasan belajar. Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa model PSI efektif diterapkan dalam pembelajaran PJOK pada berbagai jenjang pendidikan. Implikasinya, guru PJOK disarankan mengintegrasikan model PSI sebagai alternatif strategi pembelajaran untuk menciptakan proses pembelajaran yang lebih berpusat pada siswa dan bermakna.

Kata Kunci : Personalized System for Instruction, PSI, Efektivitas, PJOK.

Abstract

Physical Education, Sports, and Health (PJOK) learning in schools still faces various challenges, such as the dominance of uniform instructional approaches that inadequately accommodate differences in students' abilities and learning pace. This condition has an impact on low levels of motivation, independence, and learning outcomes. This study aims to analyze the effectiveness of the Personalized System for Instruction (PSI) model in PJOK learning through a Systematic Literature Review (SLR) method. The research method employed was an SLR by reviewing national journal articles obtained from the Google Scholar database. The articles analyzed were limited to publications from 2016–2024, resulting in eight articles that met the inclusion criteria, using the keywords “Personalized System for Instruction,” “PSI,” “Effectiveness,” and “PJOK.” The results of the review indicate that the consistent implementation of the PSI model has a positive impact on improving physical fitness, basic sports technical skills, learning motivation, student independence, and active learning time. The PSI model has proven effective in accommodating individual differences through independent, gradual, and mastery-oriented learning. The conclusion of this study shows that the PSI model is effective for implementation in PJOK learning across various levels of education. Therefore, PJOK teachers are recommended to integrate the PSI model as an alternative learning strategy to create a more student-centered and meaningful learning process.

Keywords: *Personalized System for Instruction, PSI, Effectiveness, PJOK.*

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan salah satu mata pelajaran dalam kurikulum di Indonesia. PJOK pada hakikatnya merupakan suatu proses pendidikan yang disusun secara terencana dengan memanfaatkan aktivitas jasmani sebagai sarana utama pembelajaran. Melalui berbagai kegiatan fisik yang dilakukan, peserta didik diarahkan untuk mengembangkan kebugaran jasmani sekaligus membangun aspek mental dan emosional. Proses ini menekankan pembentukan karakter, sikap, serta kemampuan mengendalikan emosi, sehingga PJOK tidak hanya berfokus pada kemampuan gerak, tetapi juga pada pengembangan kualitas diri peserta didik secara menyeluruh (Yustiyati dkk, 2024).

Pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah memiliki peran penting dalam perkembangan tidak hanya aspek fisik siswa, tetapi juga aspek sosial seperti kerja sama, komunikasi, dan interaksi antarsiswa. PJOK di sekolah bertujuan memantau siswa agar meningkatkan keterampilan gerak mereka, disamping agar mereka merasa senang dan mau berpartisipasi dalam berbagai aktivitas. Dengan memiliki dasar keterampilan gerak yang baik, pemahaman kognitif yang memadai, serta sikap positif terhadap aktivitas jasmani, diharapkan siswa dapat tumbuh menjadi individu dewasa yang sehat secara fisik dan mental, serta memiliki kepribadian yang kuat dan seimbang (Muhajir, 2017).

Proses pembelajaran Pendidikan jasmani perlu dirancang dengan pendekatan yang mampu mengakomodasi kebutuhan, karakteristik, dan perbedaan kemampuan individu. Namun demikian, pelaksanaan pembelajaran PJOK di sekolah masih sering dijumpai berbagai kendala, Proses pembelajaran cenderung menggunakan metode yang bersifat seragam dan berpusat pada guru, sehingga kurang memperhatikan perbedaan kemampuan, pengalaman, dan kecepatan belajar masing-masing siswa. Kondisi ini menyebabkan siswa dengan kemampuan gerak rendah cenderung mengalami kesulitan dalam mengikuti pembelajaran, sementara siswa dengan kemampuan lebih tinggi kurang memperoleh tantangan yang sesuai. Akibatnya, pembelajaran PJOK belum berjalan secara optimal, yang ditandai dengan rendahnya penguasaan keterampilan gerak, menurunnya motivasi belajar, serta kurangnya partisipasi aktif sebagian siswa dalam kegiatan pembelajaran (Metzler, 2017). Selain memahami karakteristik dan perbedaan kemampuan individu siswa dari berbagai aspek, guru perlu memilih model pembelajaran yang tepat yang dapat menciptakan proses pembelajaran yang efektif, bermakna, dan berorientasi pada siswa. Oleh karena itu, diperlukan model pembelajaran yang mampu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk belajar dengan kemampuan dan kecepatan masing-masing.

Salah satu model pembelajaran yang menekankan pada pembelajaran individual dan penguasaan materi secara bertahap adalah *Personalized System for Instruction* (PSI). Model ini merupakan pendekatan pembelajaran yang mengarahkan siswa untuk belajar secara mandiri dan individual dengan berpedoman pada modul atau petunjuk yang telah disiapkan oleh guru. Dalam pelaksanaannya, siswa tetap diperbolehkan bekerja sama dengan teman sebaya untuk mempelajari materi atau kegiatan pembelajaran yang akan dipraktikkan. Guru berperan sebagai fasilitator yang membantu kelancaran proses pembelajaran ketika siswa mengalami kesulitan dalam memahami materi. Tujuan dari model pembelajaran PSI adalah menumbuhkan kemandirian, kerjasama, kedisiplinan, kejujuran, serta memberi kesempatan kepada siswa untuk menampilkan potensi dan bakat individualnya selama proses pembelajaran. Selaras dengan hal tersebut, model PSI mengusung prinsip "*Students Progress as Fast as They Can, or as Slowly as They Need*", yang berarti perkembangan belajar siswa dapat berlangsung cepat sesuai kemampuan masing-masing atau lebih lambat sesuai kebutuhan mereka. Dengan demikian, siswa yang memiliki kemampuan tinggi, pengalaman yang baik, dan sikap positif cenderung berkembang lebih cepat dalam menguasai materi, sedangkan siswa dengan keterampilan rendah, kurang pengalaman, dan sikap yang kurang akan berkembang lebih lambat serta memperoleh waktu tambahan hingga mampu menyelesaikan seluruh tugas gerak (Ginanjar, 2022).

Berbagai penelitian telah membahas penerapan model PSI dalam pembelajaran PJOK dengan fokus dan hasil yang beragam, mulai dari peningkatan kebugaran jasmani, keterampilan gerak, motivasi belajar, hingga waktu aktif belajar siswa. Namun demikian, hasil-hasil penelitian tersebut masih tersebar dan belum dirangkum secara sistematis. Kondisi ini menyebabkan pemahaman mengenai efektivitas model PSI dalam pembelajaran PJOK masih bersifat parsial.

Oleh karena itu, diperlukan kajian yang mampu mengumpulkan, menganalisis, dan mensintesis hasil-hasil penelitian yang relevan secara sistematis. Pendekatan *Systematic Literature Review* (SLR) dipandang tepat untuk digunakan karena memungkinkan peneliti melakukan kajian secara terstruktur terhadap artikel-artikel penelitian yang telah dipublikasikan. Melalui SLR, efektivitas penerapan model *Personalized System of Instruction* dalam pembelajaran PJOK dapat dianalisis secara komprehensif.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas model *Personalized System of Instruction* dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan melalui pendekatan *Systematic Literature Review*. Hasil kajian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai potensi model PSI sebagai alternatif pembelajaran PJOK serta menjadi bahan pertimbangan bagi pendidik dalam meningkatkan kualitas pembelajaran.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini merupakan *Systematic Literature Review* (SLR). Metode penelitian ini merujuk pada metodologi penelitian pengembangan yang bertujuan untuk mengumpulkan, mengidentifikasi dan mengevaluasi penelitian-penelitian yang saling terkait pada fokus topik tertentu (Sariyanto et al., 2025). Dengan penggunaan metode ini akan dilakukan review dan identifikasi artikel dengan kriteria 1) artikel membahas penerapan model *Personalized System for Instruction*, 2) artikel yang berkaitan dengan pembelajaran Pendidikan, Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, 3) Artikel berupa penelitian empiris atau kajian konseptual yang relevan. Pengambilan artikel dan analisis dilakukan pada tanggal 18 Desember sampai dengan 30 Desember 2025. Pencarian artikel dalam penelitian ini diperoleh melalui website google scholar dengan menggunakan kombinasi kata kunci "*Personalized System for Instruction*", "PSI", "Efektivitas", "PJOK".

Proses seleksi artikel mengacu pada alur Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA). Pada tahap identifikasi awal melalui database Google Scholar diperoleh sejumlah artikel yang relevan. Selanjutnya dilakukan penyaringan judul dan abstrak untuk menyesuaikan dengan topik penelitian. Artikel yang tidak sesuai dengan kriteria inklusi dieliminasi. Pada tahap penelaahan teks lengkap (*full-text screening*), diperoleh 8 artikel yang memenuhi kriteria dan dianalisis lebih lanjut dalam penelitian ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini mengkaji sejumlah artikel yang berfokus pada penerapan model *Personalized System for Instruction* (PSI) dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani.

Kajian Terkait Eektivitas Model *Personalized System for Instruction* dalam Pendidikan Jasmani.

Tabel 1. Hasil penelitian terkait model *Personalized System for Instruction* dalam pendidikan jasmani.

| NO | Penulis, Tahun | Jurnal | Judul Penelitian | Hasil Penelitian |
|----|--|--|---|---|
| 1 | (Akhmad Sobarna, 2016) | Jurnal Kepelatihan Olahraga | Pengaruh Model Pembelajaran <i>Personalized System for Instruction</i> terhadap Kebugaran Jasmani | Berdasarkan penelitian yang dilakukan di kelas IX SMK Bhakti Kencana Cimahi dengan sampel 50 orang, 25 kelompok eksperimen dan 25 kelompok kontrol menyatakan bahwa model PSI memberikan pengaruh secara signifikan dan efektif dibandingkan model konvensional |
| 2 | Rizkqi Apriandi & Ruhyun Yudianta (2017) | <i>Journal of Teaching Physical Education in Elementary School</i> | Penerapan Model <i>Personalized System for Instruction</i> dalam Pembelajaran Aktivitas Melompat Guna Meningkatkan Kemandirian Siswa. | Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ruhyun dan Yudianta di SDN Cikareo Kabupaten Cianjur dengan tindakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) bahwa model PSI mampu meningkatkan kemandirian siswa dalam pembelajaran aktivitas melompat. Peningkatan yang terlihat pada setiap siklus pembelajaran yaitu dalam indikator percaya diri, indikator disiplin, indikator inisiatif, dan indikator tanggung jawab, hal ini menunjukkan bahwa model PSI efektif mendukung pembelajaran pendidikan jasmani. |

| NO | Penulis, Tahun | Jurnal | Judul Penelitian | Hasil Penelitian |
|----|--|--|--|--|
| 3 | Dedi Supriadi (2017) | Jurnal Kependidikan Jasmani dan Olahraga | Implementasi Model Pengajaran <i>Personalized System Instruction</i> Terhadap Efektivitas Mengajar Pendidikan Jasmani | Dalam kajian konseptualnya menjelaskan bahwa pendekatan <i>Personalized System Instruction</i> memiliki potensi untuk meningkatkan efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani, artikel Supriadi mengungkap beberapa permasalahan, salah satunya yaitu pembelajaran PJOK yang masih berpusat pada guru, kurang memperhatikan perbedaan individu siswa. Namun, artikel ini belum menyajikan data empiris sehingga diperlukan penelitian lanjutan untuk menguji efektivitas PSI secara langsung di lapangan. |
| 4 | Agi Ginanjar (2019) | Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga | <i>The Effects of Personalized System for Instruction Learning Model on Vocational School Students' Motivation</i> | Berdasarkan penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa penerapan pendekatan <i>Personalized System for Instruction</i> mampu meningkatkan motivasi belajar siswa secara signifikan dibandingkan model <i>Direct Instruction</i> (DI), sehingga PSI dapat menjadi solusi atas permasalahan tersebut. |
| 5 | (Mutia Anjani, Ruli Sugwardana, Mohammad Reza, 2022) | Jurnal Keolahragaan | Efektivitas Model Pembelajaran <i>Direct Instruction</i> dengan <i>Personalized System for Instruction</i> Terhadap Jumlah Waktu Aktif | Berdasarkan data hasil penelitian yang dilakukan oleh Mutia dkk, menunjukkan bahwa model DI dan PSI memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan waktu |

| NO | Penulis, Tahun | Jurnal | Judul Penelitian | Hasil Penelitian |
|----|--|---|---|---|
| . | | | Belajar Pendidikan Jasmani | aktif belajar siswa. Penerapan model PSI mampu meningkatkan waktu aktif belajar secara signifikan, sehingga model ini efektif dalam mengatasi permasalahan rendahnya keaktifan siswa dan waktu pembelajaran yang melibatkan semua siswa. |
| 6 | (Abdullah Arifin, Agi Gianjar, Yudhi Karisma, 2024) | Seminar Nasional Sains, Kesehatan, dan Pembelajaran 4 (SINKESJAR) | Pengaruh Model Pembelajaran <i>Personalized System for Instruction</i> Terhadap Teknik Passing Pembelajaran Futsal | Berdasarkan penelitian yang dilakukan Arifin dkk di kelas X SMK Kelautan, Indramayu dengan <i>purposive sampling</i> 25 siswa, memperoleh hasil pengujian yang menunjukkan bahwa PSI efektif terdapat dan signifikan meningkatkan keterampilan dan kemampuan teknik passing futsal siswa. |
| 7 | Septa Rafael Telaumbanua, Muhammad Fariz Budiman, Ega Trisna Rahayu, Asep Suherman,2023) | INNOVATIVE: Journal Of Social Sciene Research | Pengaruh <i>Personalized System For Instruction Model</i> Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Passing Permainan Bola Basket | Berdasarkan penelitian yang dilakukan di kelas VII C SMPN 2 Telukjambe Timur dengan sampel 30 siswa, hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan kemampuan passing bola basket setelah penerapan model PSI, model PSI efektif dalam meningkatkan keterampilan Teknik dasar passing bola basket dan mampu mendukung pembelajaran yang berpusat pada siswa |

| NO | Penulis, Tahun | Jurnal | Judul Penelitian | Hasil Penelitian |
|----|---|--|--|--|
| 8 | Fadilah Ilham Ash Shiddiq & Ega Trisna Rahayu | Jurnal Olahraga dan Kesehatan Indonesia (JOKI) | Kontribusi Model Personalized System For Instructuion (PSI) Terhadap Passing Bawah Bola Voli Siswa | Berdasarkan penelitian yang dilaksanakan di SMP 3 Cikarang Utara dengan sampel 40 siswa, menunjukkan bahwa model PSI memberikan peningkatan pada keterampilan kemampuan passing bawah bola voli siswa. |

Berdasarkan 8 artikel yang dipilih dan dianalisis, Model *Personalized System for Instruction* (PSI) dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan memberikan dampak positif terhadap proses dan hasil belajar siswa. Sebagian besar artikel menunjukkan bahwa model PSI mampu meningkatkan kebugaran jasmani siswa pada komponen kekuatan dan daya tahan fisik. Selain itu, hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pada keterampilan teknik dasar olahraga. Pada aspek proses pembelajaran, beberapa artikel menunjukkan bahwa penerapan model PSI berdampak pada meningkatnya waktu aktif belajar siswa, dan hasil juga menunjukkan bahwa model PSI berpengaruh terhadap kemandirian dan motivasi belajar siswa. Model PSI merupakan salah satu model yang dapat mengakomodir kebutuhan siswa. Model pembelajaran PSI menekankan pada proses pembelajaran yang bersifat mandiri, sehingga mendorong siswa untuk menjadi pelajar yang lebih mandiri dan bertanggung jawab (Juditya, 2018)

Pembahasan

Metode *Personalized System for Instruction* (PSI) dalam ranah pendidikan telah diuji oleh berbagai peneliti melalui beragam sudut pandang dan jenjang pendidikan. Berbagai penelitian menunjukkan adanya korelasi positif yang konsisten antara penerapan sistem instruksi personal dengan peningkatan gairah belajar peserta didik. Khususnya dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

Penelitian yang dilakukan oleh Ahmad Sobarna menunjukkan bahwa penerapan model *Personalized System for Instruction* (PSI) memberikan pengaruh signifikan terhadap peningkatan kebugaran jasmani siswa dibandingkan dengan pembelajaran konvensional. Permasalahan yang melatarbelakangi penelitian ini adalah pembelajaran PJOK yang belum mampu meningkatkan kebugaran jasmani siswa secara optimal, yang disebabkan oleh keterbatasan waktu pembelajaran serta penggunaan pendekatan yang bersifat seragam dan kurang memperhatikan perbedaan kemampuan siswa. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa penerapan model PSI, yang menyesuaikan proses belajar dengan kemampuan dan kecepatan belajar siswa, mampu mengatasi permasalahan tersebut serta meningkatkan kualitas pembelajaran PJOK pada ranah psikomotor.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan metode pembelajaran *Personalized System for Instruction* (PSI) memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan motivasi belajar, kemandirian siswa, waktu aktif belajar, kebugaran jasmani, serta keterampilan teknik dasar peserta didik. Temuan ini mengindikasikan bahwa PSI merupakan pendekatan pembelajaran yang efektif dan relevan untuk diterapkan dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan.

Dari aspek motivasi belajar, metode PSI terbukti mampu meningkatkan motivasi intrinsik siswa. Hal ini disebabkan oleh karakteristik PSI yang memberikan kebebasan kepada

siswa untuk belajar sesuai dengan kemampuan dan kecepatan masing-masing. Siswa tidak merasa tertekan oleh tuntutan capaian yang seragam, sehingga muncul rasa percaya diri, kenyamanan, dan ketertarikan yang lebih besar dalam mengikuti aktivitas pembelajaran PJOK. Kondisi ini sejalan dengan teori motivasi belajar yang menyatakan bahwa otonomi dan kontrol diri dalam belajar dapat meningkatkan keterlibatan dan motivasi siswa.

Selanjutnya, pada aspek kemandirian siswa, metode PSI mendorong siswa untuk bertanggung jawab terhadap proses belajarnya sendiri. Siswa dituntut untuk memahami materi, menguasai keterampilan, serta melakukan evaluasi diri sebelum melanjutkan ke tahap berikutnya. Proses ini melatih kemampuan pengambilan keputusan, disiplin, dan manajemen diri, yang merupakan indikator penting dalam pembentukan kemandirian belajar. Dalam konteks PJOK, kemandirian ini sangat penting karena aktivitas fisik menuntut kesadaran diri terhadap kemampuan dan kondisi tubuh masing-masing.

Hasil penelitian juga menunjukkan peningkatan **waktu aktif belajar (*Active Learning Time*)** pada siswa yang mengikuti pembelajaran dengan metode PSI. Hal ini terjadi karena siswa lebih banyak terlibat secara langsung dalam aktivitas gerak tanpa harus menunggu instruksi guru secara terus-menerus. Dengan adanya modul atau tugas yang jelas, siswa dapat berlatih secara mandiri maupun berkelompok kecil, sehingga waktu efektif untuk bergerak menjadi lebih optimal. Peningkatan waktu aktif belajar ini berdampak positif terhadap kualitas pembelajaran PJOK yang menekankan prinsip *learning by doing*.

Secara keseluruhan, metode pembelajaran *Personalized System for Instruction* efektif diterapkan dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan karena mampu mengakomodasi perbedaan individu siswa, meningkatkan keterlibatan aktif, serta menumbuhkan motivasi dan kemandirian belajar. Selain itu, karakteristik PSI yang berorientasi pada penguasaan keterampilan dan pengaturan tempo belajar yang fleksibel sangat sesuai dengan kebutuhan pembelajaran PJOK yang menekankan aspek fisik, psikomotor, dan afektif secara seimbang. Oleh karena itu, PSI dapat dijadikan sebagai alternatif model pembelajaran yang inovatif untuk meningkatkan kualitas dan efektivitas pembelajaran PJOK di sekolah.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil *Systematic Literature Review* terhadap delapan artikel ilmiah yang mengkaji penerapan model pembelajaran *Personalized System for Instruction* (PSI) dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), dapat disimpulkan bahwa model PSI memiliki efektivitas yang signifikan dalam meningkatkan kualitas proses dan hasil belajar peserta didik. Penerapan PSI secara konsisten memberikan dampak positif terhadap peningkatan kebugaran jasmani, keterampilan teknik dasar olahraga, motivasi belajar, kemandirian siswa, serta waktu aktif belajar selama proses pembelajaran PJOK berlangsung.

Keefektifan model PSI didukung oleh kemampuannya dalam mengakomodasi perbedaan karakteristik individu siswa, khususnya kemampuan, pengalaman, dan kecepatan belajar, melalui pembelajaran yang bersifat mandiri, fleksibel, dan berorientasi pada ketuntasan belajar. Peran guru sebagai fasilitator mendorong peningkatan motivasi intrinsik, rasa percaya diri, serta partisipasi aktif siswa dalam aktivitas gerak, sehingga pembelajaran menjadi lebih optimal dan bermakna. Oleh karena itu, model PSI dapat dijadikan sebagai alternatif pembelajaran yang inovatif dan relevan dalam pembelajaran PJOK, meskipun penelitian lanjutan dengan konteks dan jenjang pendidikan yang lebih beragam masih diperlukan untuk memperkuat temuan dan memperdalam kajian implementasinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Anjani, M., Sugiwardana, R., & Reza, M. (2022). Pengaruh model Personalized System for Instruction terhadap waktu aktif belajar siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani. *Jurnal Keolahragaan*, 10(2), 145–154.
- Arifin, A., Putra, R., & Hidayat, S. (2024). Pengaruh model Personalized System for Instruction terhadap keterampilan passing futsal siswa. *Prosiding Seminar Nasional Sains Kesehatan, dan Pembelajaran*, 3(1), 210–218.
- Ginjar, A. (2019). Perbandingan model Personalized System for Instruction dan Direct Instruction terhadap motivasi belajar siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 4(1), 45–52.
- Ruhyana, R., & Yudianta, Y. (2017). Penerapan model Personalized System for Instruction untuk meningkatkan kemandirian siswa sekolah dasar dalam pembelajaran aktivitas melompat. *Journal of Teaching Physical Education in Elementary School*, 1(1), 23–30.
- Shiddiq, F. I. A., & Rahayu, E. T. (2022). Kontribusi model personalized system for instruction (psi) terhadap passing bawah bola voli siswa. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI)*, 3(1), 24-31.
- Sobarna, A. (2016). Pengaruh model Personalized System for Instruction terhadap kebugaran jasmani siswa. *Jurnal Keolahragaan*, 8(2), 101–108.
- Supriadi, D. (2017). Personalized System for Instruction dalam pembelajaran pendidikan jasmani. *Jurnal Kependidikan Jasmani dan Olahraga*, 2(1), 1–9.
- Telaumbanua, S. R., Budiman, M. F., Rahayu, E. T., & Suherman, A. (2023). Pengaruh Personalized System For Instruction Model Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Passing Permainan Basket Siswa SMP. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 3(3), 4444-4454.