

MAKALAH
MODEL PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI
SEKOLAH DASAR



21 mei 2007

Hd

ki

155/hd/2007 - M.1 (1)

372.860 44 Pit m.1

OLEH

DRA. PITNAWATI

DISAMPAIKAN DALAM SEMINAR DAN LOKAKARYA
PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI
TANGGAL 27 S.D 28 FEBRUARI 2007
DI FIK UNP PADANG

UNP PADANG

MAKALAH

MODEL PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR

A. Pendahuluan

Pendidikan jasmani merupakan bagian yang integral dengan pendidikan secara keseluruhan, dengan pengertian bahwa pendidikan jasmani merupakan suatu proses pendidikan yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui kegiatan jasmani atau fisik, bertujuan untuk mengembangkan kawasan organik, neuro-muskuler, intelektual dan sosial (Ateng, 1992). Semua kawasan ini merupakan jelmaan dari komponen dasar kesegaran jasmani yang terdiri dari kekuatan, daya tahan, kelentukan, kecepatan, kelincahan, koordinasi, respiratori dan kardiovaskuler. Apabila seseorang sudah memiliki komponen-komponen ini, sudah barang tentu orang tersebut telah mencapai kondisi dasar yang baik dan sekaligus akan mampu mempertinggi kemampuan belajarnya. Untuk itu komponen ini perlu dilatih dan ditumbuh kembangkan oleh penyelenggara pendidikan dalam rangka mencapai tujuan pendidikan tersebut.

Namun isu tentang lemahnya penyelenggaraan pendidikan jasmani di tanah air kita dewasa ini, dikhawatirkan akan menimbulkan dampak yang negatif terhadap mutu sumber daya manusia, lemahnya penyelenggaraan pendidikan jasmani ini digambarkan dari studi evaluasi program pendidikan jasmani yang dilakukan oleh Dikdasmen (1999) yang salah satunya menyatakan bahwa efektifitas pengajaran pendidikan jasmani di Indonesia terutama di SD cukup rendah terutama ditinjau dari sudut pencapaian tujuan pendidikan jasmani yang mencakup aspek fisik, mental, sosial, emosional dan moral. Dewasa ini pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani di SD cenderung menggunakan pendekatan yang lebih tertuju pada pembekalan keterampilan teknik dasar olahraga, sehingga sulit untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani yang sebenarnya.

Berdasarkan kelemahan dan isu inilah, maka perlu untuk memikirkan dan mencari alternatif dengan menggunakan model pembelajaran yang menitik beratkan pada pengembangan dan penyebaran pengayaan perbendaharaan gerak, yang berorientasi pada pemberian kesempatan pada anak-anak untuk kreatif dan mengeksplorasi lingkungannya.

B. Perumusan Masalah

Dalam penyempurnaan pelaksanaan pendidikan jasmani di Sekolah Dasar ini, dapat dirumuskan masalah sebagai berikut :

“Bagaimanakah model pembelajaran pendidikan jasmani yang cocok untuk tingkat Sekolah Dasar, sehingga hasilnya lebih efektif untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani”.

C. Pembahasan

1. Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani di SD

Tujuan utama pengajaran penjaskes di sekolah dasar adalah membantu peserta didik agar meningkatkan keterampilan gerak mereka; disamping agar mereka merasa senang dan mau berpartisipasi dalam berbagai aktivitas. Diharapkan, apabila peserta didik memiliki fundasi pengembangan keterampilan gerak, pemahaman kognitif dan sikap yang positif terhadap aktivitas jasmani, kelak akan menjadi manusia dewasa yang sehat dan segar jasmani rohani serta berkepribadian yang mantap.

Pengajaran, khususnya dalam pendidikan jasmani dapat dipandang sebagai seni dan ilmu (art and science). Sebagai seni pengajaran hendaknya dipandang sebagai proses yang menuntut intuisi, kreativitas, kebebasan, improvisasi, dan ekspresi dari guru. Ini berarti guru memiliki kebebasan dalam mengambil keputusan dan tindakan proses pembelajaran selama dapat dipertanggung jawabkan sesuai dengan pandangan hidup dan etika yang berlaku.

Dalam pendidikan jasmani seharusnya guru reflektif dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Menurut *Cholik Mutohir* (2002: 23) pengajaran reflektif mencakup pengertian guru yang sukses atau efektif dalam arti tercapainya kepuasan profesional. Pendekatan pengajaran reflektif menekankan pada kreatifitas penumbuhan kondisi pembelajaran yang kondusif melalui penerapan berbagai keterampilan pengajaran yang disesuaikan dengan situasi (lingkungan) tertentu. Pengertian pengajaran reflektif tidak menunjuk salah satu metodologi atau model pengajaran tertentu, namun ia menunjuk pada berbagai keterampilan mengajar yang diadaptasikan secara tepat oleh guru dalam proses belajar mengajar. Guru yang selektif selalu melakukan penilaian terhadap lingkungan sekitar dalam upaya mengidentifikasi dan memanfaatkan berbagai unsur-unsur secara optimum, guru tersebut kemudian membuat rencana proses pengajarannya. Pengajaran reflektif ini berbeda dengan pengajaran tradisional atau pengajaran "invariant" yang diberi ciri dengan penggunaan satu metode dalam berbagai situasi pengajaran.

Dengan pembelajaran reflektif, diharapkan proses pengajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar seperti tergambar dalam bagan pada halaman berikut.

Untuk itulah pelaksanaan pendidikan jasmani di sekolah dasar yang selama ini, dan masih demikian dewasa ini, yang menitik beratkan pada penguasaan skill dari cabang olahraga tertentu, perlu mendapat pembenahan. kecenderungan melatih skill cabang olahraga tertentu, di tingkat usia sekolah dasar, jelas tidak sejalan dengan teori pertumbuhan dan perkembangan anak didik. Karena itulah pada kesempatan ini pembenahan proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar ini diexpose dengan menawarkan model pendidikan jasmani yang lebih sesuai.

Namun perlu ditambahkan, bahwa pembenahan pembelajaran pendidikan jasmani tersebut, tidak akan dapat terlaksana dengan baik tanpa adanya guru-guru pendidikan jasmani yang profesional, dalam arti kata guru-guru pendidikan jasmani yang telah mendapat pendidikan khusus untuk itu. Tidak seperti yang umum terjadi, yang mengajar pendidikan jasmani adalah "Guru kelas" yang paling banyak pernah mendapat pelajaran pendidikan jasmani dengan bobot 2 SKS selama masa pendidikan gurunya.

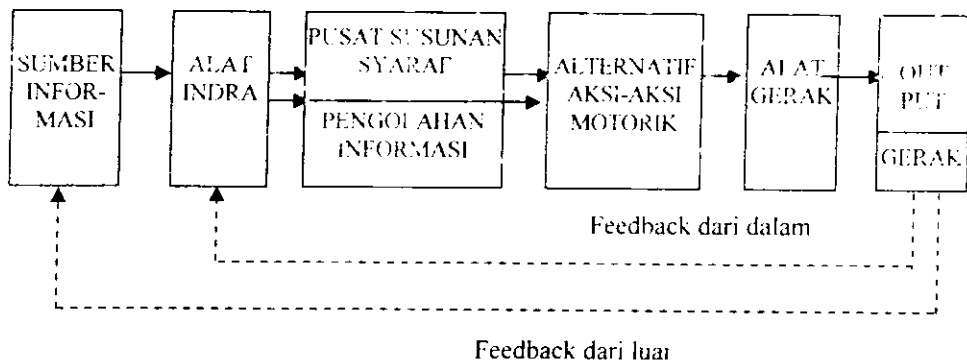
Model pendidikan jasmani yang sesuai, dengan metode penyampaian yang cocok, didukung oleh guru pendidikan jasmani yang profesional, akan dapat diharapkan bahwa pendidikan jasmani tidak saja akan memberikan sumbangan yang berarti bagi Sumber Daya Manusia, namun juga akan memberi kontribusi yang tidak kecil bagi peningkatan prestasi olahraga di tanah air yang tercinta ini.

2. Teori Belajar Kibernetik

Teori kibernetik memandang manusia dalam proses belajar bukanlah sebagai makhluk yang pasif seperti teori behavior, melainkan sebagai suatu sistem yang aktif menerima dan mengolah informasi untuk melakukan pengaturan dan pengendalian terhadap aksi-aksi motorik, serta menentukan sendiri tingkah laku yang akan ditampilkan. Selanjutnya, teori kibernetik juga memandang manusia yang mampu melakukan reproduksi

ingatan-ingatan motorik dan pengalaman-pengalaman yang dimilikinya, serta mampu melakukan koreksi-koreksi terhadap aksi-aksi motorik yang dilakukannya.

Dalam teori kibernetik, proses belajar dimulai dari penerimaan informasi yang dilanjutkan dengan pengolahan informasi yang menggiring individu yang belajar pada penemuan-penemuan beberapa alternatif aksi-aksi motorik yang akan dilakukan. Proses ini kemudian dilanjutkan pada pengambilan keputusan tentang aksi-aksi motorik yang akan ditampilkan, sebagai respon dari stimulus yang diterima. Proses ini kemudian berlanjut pada penampilan aksi-aksi motorik, sebagai realisasi dari apa yang dimengertinya secara kognitif. Keistimewaan dari teori ini adalah: adanya mekanisme umpan balik secara berkelanjutan yang terjadi pada diri individu yang melakukan gerak. Proses ini dapat dijelaskan melalui suatu skema yang disederhanakan dari teori kibernetik.



Skema di atas memperlihatkan bagaimana proses dan mekanisme serta urutan proses yang terjadi pada seseorang yang belajar gerak. Dari skema tersebut dapat dilihat secara jelas, bagaimana proses yang dilalui seseorang dalam belajar gerak. Selanjutnya, teori kibernetik ini merupakan landasan teoritis dari model pembelajaran pendidikan jasmani.

D. Kesimpulan dan Saran

1. Kesimpulan

Inti pendidikan jasmani adalah belajar motorik melalui proses ini disediakan pengalaman belajar bagi peserta didik untuk mencapai tujuan pendidikan yang bersifat menyeluruh yaitu aspek jasmani, intelektual, afektif dan sosial. Oleh sebab itu diperlukan suatu model pembelajaran yang relevan dan dapat membantu mencapai hasil belajar secara optimal. Model ini kita sebut dengan model pembelajaran melalui penerapan berbagai keterampilan pengajaran yang sesuai dengan situasi tertentu. Model ini bersumber dari teori kibernetik yang dikembangkan oleh Yanuar Kiram.

2. Saran

- a. Sebaiknya model pembelajaran pendidikan jasmani ini digunakan oleh sekolah dasar sehingga sekolah dasar memiliki model pembelajaran pendidikan jasmani yang telah disepakati bersama.
- b. Perlu adanya seminar pembelajaran pendidikan jasmani yang berkaitan dengan model pembelajaran

155/hd/2007 - m. 1 (1)
372.86044
P14
M. 1

DAFTAR PUSTAKA

- Kiram, Yanuar, dkk. (1994). *Model Pembelajaran dengan Payung Pedagogi*.
- Mutohir, Cholik. (1990). *Pelaksanaan Pendidikan Jasmani dan Olahraga di Sekolah Dasar*.
- Depdikbud. (1993). *Kurikulum Pendidikan Dasar, GBPP, Jakarta*.
- Ateng, Abdul Kadir. (1992). *Pendidikan Jasmani*.