

**PELAKSANAAN PROSES BELAJAR MENGAJAR PENDIDIKAN JASMANI
OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SD NEGERI 17
SUNGAI AUA KECAMATAN SUNGAI AUA KABUPATEN
PASAMAN BARAT**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga
Sebagai Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan Strata Satu*



Oleh

**JULI ARDI
NIM . 89878**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2011**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

**PELAKSANAAN PROSES BELAJAR MENGAJAR PENDIDIKAN JASMANI
OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SD NEGERI 17
SUNGAI AUA KECAMATAN SUNGAI AUA KABUPATEN
PASAMAN BARAT**

Nama : Juli Ardi
NIM : 89878
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, November 2011

Disetujui Oleh:

Pembimbing I

Pembimbing II

Drs. Nirwandi, M.Pd

NIP. 19580914 198102 1 001

Dra. Rosmawati, M. Pd

NIP. 19610311 198403 2 001

Diketahui /Disetujui
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga

Drs. Zarwan, M.Kes
NIP. 196112301988031003

HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikar
Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Judul : **Pelaksanaan Proses Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani Olahraga
dan Kesehatan di SD Negeri 17 Sungai Aua Kecamatan Sungai Aua
Kabupaten Pasaman Barat**

Nama : Juli Ardi

NIM : 89878

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, November 2011

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Drs. Nirwandi, M.Pd	_____
2. Sekretaris	: Dra. Rosmawati, M.Pd	_____
3. Anggota	: Drs. Hendri Neldi, M.Kes. AIFO	_____
4. Anggota	: Drs. Yulifri, M.Pd	_____
5. Anggota	: Drs. Willadi Rasyid, M.Pd	_____

ABSTRAK

Pelaksanaan Proses Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri 17 Sungai Aua Kecamatan Sungai Aua Kabupaten Pasaman Barat

OLEH : Juliardi /89878/2011

Sekolah Dasar Negeri 17 Sungai Aur Kecamatan Sungai Aur Kabupaten Pasaman Barat adalah salah satu sekolah yang melaksanakan pembelajaran Penjasorkes, namun pelaksanaan pembelajaran tersebut belum terlaksana dengan baik hal ini diduga disebabkan oleh metode mengajar yang kurang tepat dan sarana dan prasarana yang kurang memadai. Untuk itu penelitian ingin mengetahui sejauhmanakah metoda mengajar dan sarana dan prasarana mempengaruhi pelaksanaan Proses belajar mengajar Penjasorkes di Sekolah Dasar Negeri 17 Sungai Aur Kecamatan Sungai Aur Kabupaten Pasaman Barat

Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Populasi penelitian adalah 55 orang. Penarikan sampel dilakukan dengan teknik Total *sampling*, didapat sampel berjumlah 55 orang. Instrumen yang dipakai untuk mengumpulkan data adalah Angket atau kuesioner dengan menggunakan skala Guttman. Data dianalisis dengan menggunakan rumus distribusi frekuensi dalam bentuk persentase.

Dari analisis data diperoleh hasil penelitian sebagai berikut: 1).Tingkat capaian metoda pengajaran adalah sebesar 68.6%, artinya kriteria interpretasi skor yang diperoleh berada klasifikasi baik. 2). Tingkat ketercapaian skor untuk indikator sarana dan prasarana adalah 55.2%. Artinya kriteria interpretasi skor yang diperoleh berada pada klasifikasi cukup mendukung

KATA PENGANTAR

Berkat rahmat Allah SWT, akhirnya penyusunan Skripsi ini yang diberi judul “ **Pelaksanaan Proses Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri 17 Sungai Aua Kecamatan Sungai Aua Kabupaten Pasaman Barat**” dapat diselesaikan dengan baik. Kegunaan skripsi ini adalah sebagai salah satu persyaratan bagi penulis untuk menamatkan perkuliahan dengan mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Keberhasilan penyusunan skripsi ini juga melibatkan berbagai pihak yang telah memberikan bantuan, bimbingan, motivasi dan waktu bagi penulis. Oleh karenanya, pada lembaran ini penulis mengucapkan terima kasih yang tiada terhingga kepada:

1. Drs. H. Arsil, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan peluang bagi penulis untuk melanjutkan studi di Fakultas Ilmu Keolahragaan
2. Drs. Hendri Neldi, M.Kes AIFO, selaku Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan dan Rekreasi, yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.

3. Drs. Nirwandi, M.Pd selaku Pembimbing I dan Dra. Rosmawati, M.Pd selaku pembimbing II yang telah membantu dan membimbing dalam penyelesaian skripsi ini.
4. Bapak Drs. Hendri Neldi, M.Kes, AIFO, Drs. Yulifri, M.Pd, Drs. Willadi Rasyid, M.Pd selaku tim penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam skripsi ini.
5. Kepala Sekolah SD Negeri 17 Sungai Aua Kecamatan Sungai Aua Kabupaten Pasaman Barat.
6. Siswa SD Negeri 17 Sungai Aua Kecamatan Sungai Aua Kabupaten Pasaman Barat yang telah bekerjasama dalam pelaksanaan penelitian ini.
7. Kedua orangtua tercinta yang telah memberikan banyak dukungan moral dan materil serta do'a yang tulus dan ikhlas sehingga anaknya berhasil mencapai sukses dan menggapai cita-cita.
8. Teman-teman dekat dan teman-teman sejawat sesama mahasiswa FIK UNP.

Semoga Allah SWT membalas bantuan, bimbingan, motivasi, dan waktu yang telah Bapak/Ibu/Sdr/anak-anak sekalian dengan limpahan pahala yang berlipat ganda. Semoga juga pengetahuan yang telah Bapak/Ibu berikan dalam proses perkuliahan dijadikan Allah SWT sebagai ilmu bermanfaat.

Maka penulis sebagai manusia biasa tentu tidak luput dari berbagai salah dan khilaf, baik dari segi isi, metode, maupun penulisan skripsi ini. Oleh karena itu, saran dari Bapak/Ibu Tim penguji dan berbagai pihak lainnya akan penulis jadikan sebagai masukan untuk penyempurnaan skripsi ini.

Padang, September 2011

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

LEMBAR PENGESAHAN	
LEMBAR PERSETUJUAN	
ABSTRAK.....	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Pembatasan Masalah	6
D. Perumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	9
1. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.....	9
2. Pelaksanaan Pendidikan Jasmani	14
3. Pelaksanaan Pembelajaran.....	16

4. Metode Pengajaran Penjasorkes.....	18
B. Kerangka Konseptual	27
C. Pertanyaan Penelitian.....	27
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis,Waktu dan Tempat Penelitian	28
B. Populasi dan Sampel.....	28
C. Jenis dan Sumber Data.....	30
D. Teknik dan Alat Pengumpul Data.....	30
E. Teknik Analisis Data.....	31
BAB IV ANALISIS DAN HASIL PENELITIAN	
A. Deskripsi Data Penelitian.....	33
1. Uji validitas butir instrumen	33
2. Reliabilitas Intrumen Penelitian.....	34
B. Analisis Data	34
1. Metode Pengajaran.....	35
2. Sarana dan Prasarana	36
C. Jawaban Pertanyaan Penelitian	37
1. Sejauhmanakah metode pengajaran dalam pelaksanaan PBM penjasorkes di Sekolah Dasar negeri 17 Sungai Aua Kecamatan Sungai Aua Kabupaten Pasaman Barat	37
2. Sejauhmanakah Sarana dan Prasarana dalam pelaksanaan PBM Penjasorkes di SD Negeri 17 Sungai Aua	

Kecamatan Sungai Aua Kabupaten Pasaman Barat.....	38
D. Pembahasan.....	38

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	46
B. Saran.....	46

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Jumlah populasi Penelitian	29
2. Jumlah Sampel	29
3. Hasil Perhitungan Uji Validitas Butir Instrumen	34
4. Penyebaran Jawaban Berdasarkan Tingkat Klasifikasi dan Distribusi Data Penelitian	35

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Langkah-langkah metode mengajar Induktif	20
2. Langkah-langkah metode mengajar Deduktif.....	21
3. Kerangka Konseptual.....	27
4. Histogram Distribusi Frekuensi Variabel Metode Pengajaran	36
5. Histogram Distribusi Frekuensi Variabel Sarana dan Prasarana	37

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Kisi-kisi angket penelitian	49
2. Angket penelitian	50
3. Data Penelitian	53
4. Uji Validitas Data Penelitian Menggunakan <i>Point Biserial</i> <i>Corelation</i>	55
5. Rumus Poin Biserial Corelation.....	57
6. Histogram Metode Pengajaran.....	58
7. Histogram Sarana dan Prasarana.....	59
8. Tabel Kerja Uji Reabilitas Data Penelitian dengan menggunakan Rumus KR-21	60
9. Analisis Deskripsi Varibel Metode pengajaran (X1).....	62
10. Analisa Deskriptif Variabel Sarana dan Prasarana (X2).....	63
11. Uji Realiabilitas Intrumen Penelitian	64
12. Dokumentasi Penelitian	65

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia membutuhkan pendidikan dalam kehidupannya. Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar manusia secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang berlangsung seumur hidup dan diperlukan dalam kehidupan masyarakat, bangsa dan negara (Sisdiknas, 2003 : 3)

Pembangunan manusia Indonesia pada hakekatnya adalah salah satu upaya yang dilakukan secara berencana dan kerkesinambungan menuju suatu perubahan dan kemajuan serta perbaikan yang sempurna. Dalam melaksanakan pembangunan ini kita semua dituntut untuk berusaha menambah, memperdalam serta meningkatkan kualitas dan kuantitas ilmu pengetahuan serta keterampilan. Untuk itu sektor pendidikan memegang peranan penting dalam upaya pencapaian tujuan tersebut.

Untuk mewujudkan warga yang berkualitas berdasarkan Visi dan Misi Pendidikan Nasional, Pemerintah telah mengeluarkan Undang-undang No 20 tahun 2003 tentang fungsi dan tujuan sistem pendidikan yaitu :

”Sistem pendidikan berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga

negara yang demokratis serta bertanggung jawab”. (sistem Pendidiknas, 2003 : 5)”.

Fungsi dan tujuan sistem pendidikan di atas menggambarkan bahwa pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan salah satu faktor yang dapat membantu dalam peningkatan kualitas pendidikan Nasional. oleh sebab itu pendidikan jasmani perlu dilaksanakan secara baik dan konsisten mulai dari sekolah dasar hingga perguruan tinggi.

Berdasarkan penjelasan di atas penjasorkes merupakan bagian dari keseluruhan mata pelajaran yang diajarkan disekolah dan tidak dapat dipisahkan dengan pendidikan lainnya. bahkan merupakan bagian pendidikan yang sangat penting dalam mendukung proses pendidikan yang lainnya.

Dengan demikian Penjasorkes merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran (Kognitif), penghayatan nilai-nilai (afektif) seperti : sikap mental, emosional, sportifitas, spritula dan sosial serta pembinaan pola hidup sehat yang berguna untuk merangsang pertumbuhan perkembangan kualitas fisik dan psikis peserta didik yang seimbang.

Selanjutnya penjelasan di atas jelas bahwa mata pelajaran Penjasorkes merupakan salah satu mata pelajaran yang ada di SD yang harus mendapat perhatian yang cukup serius karena didalam materi Penjasorkes tersebut terdapat nilai-nilai yang antara lain kreatifitas, disiplin, kerjasama dan melatih diri untuk hidup sehat dalam perkembangan aspek kognitif, afektif, mental, moral dan emosional, dalam pengertian yang luas dan karena itu penjasorkes merupakan mata pelajaran yang juga ikut mempengaruhi

perkembangan kepribadian siswa dan ikut serta berkontribusi dalam mencapai tujuan pendidikan nasional. Dengan demikian pendidikan harus dilaksanakan dengan tertib dan bertanggung jawab.

Di dalam pelaksanaan praktek Penjasorkes guru harus memiliki pengetahuan tentang memilih materi pelajaran yang akan diberikan sesuai dengan pengetahuan tentang memilih materi pelajaran yang akan diberikan sesuai dengan tingkat belajar motorik serta harus sesuai dengan perkembangan tubuh sianak. Hal tersebut dapat dipahami bahwa pelaksanaan penajorkes yang diarahkan pada kesegaran Jasmani dan pengalaman gerak.

Aktivitas gerak yang dilakukan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dalam situasi ini diajukan pada perbaikan dan peningkatan kemampuan motorik seperti kekuatan, kelentukan, kecepatan, dan kelincahan, materi kognitif ditujukan kepada pengetahuan dan pandangan luas san saling ketergantungan antara proses adaptasi tubuh dan psikis serta materi sosial ditujukan pada sikap kesetiaan dan kemauan dalam menolong dan memiliki rasa kebersamaan dengan penuh gairah dalam peningkatan kesegaran jasmani.

Namun realitanya pelaksanaan praktek Penjasorkes di Sekolah dasar yang dilaksanakan masih kurang berjalan dengan baik dan lancar, hal ini disebabkan karena guru Penjasorkes belum menggunakan metode pengajaran yang tepat, Media Pembelajaran, Motivasi Siswa, Lokasi Sekolah, Perumusan Pembelajaran, Keaktifan Siswa, Dukungan kepala Sekolah dan sarana

prasarana Penjasorkes yang belum mencukupi sehingga dapat menjadi hambatan dalam belajar praktek pendidikan jasmani.

Agar proses pembelajaran praktek penjasorkes yang dilaksanakan belum dapat dicapai, maka adanya suatu cara yang disusun secara sistematis, cara ini yang dimaksud adalah metode, Metode dalam ilmu pendidikan jasmani adalah "cara-cara mengajar khusus yang digunakan dalam mengolah pengetahuan, prinsip-prinsip, norma-norma, peraturan-peraturan yang berlaku dalam pendidikan olahraga atau semua yang penting dalam proses belajar motorik untuk tercapainya keefektifan dalam belajar".

Hal ini dapat penulis sampaikan bahwa siswa tidak dapat memperhatikan intruksi-intruksi gerakan yang akan dilakukan disebabkan dari faktor sosial budaya siswa, seperti : menendang bola (drible) dalam ini siswa banyak tidak mampu karena bola yang dijadikan sarana bola yang terbuat dari kertas dalam artian yang dimodifikasi sarana dan prasarana yang mengakibatkan siswa menjadi bosan, jenuh, dan malas melakukan karena tidak bola sebenarnya.

Sedangkan berbagai hal metode pembelajaran mulai dari ceramah, diskusi, demonstrasi dan lain-lain telah dilakukan terhadap siswa akan tetapi tujuan dari pembelajaran tidak juga tercapai dengan baik. Faktor lain yang dapat penulis sampaikan yang masih berhubungan dengan siswa banyak tidak melakukan pembelajaran Penjasorkes adalah siswa tidak berperan sesuai fungsi dalam proses pembelajaran, seperti pelaksanaan permainan yang bersifat kerja sama antar individu siswa sering memonopoli aktivitas bermain dalam

hal ini siswa yang kencang lari maka siswa tersebut yang selalu dijadikan ujung tombak untuk memenangkan permainan, pada hal secara metode sudah disampaikan bagaimana koordinasi dan strategi bermain yang dilakukan masing-masing tim dan fungsi secara individual.

Selanjutnya keberadaan sarana dan prasana olahraga juga mempengaruhi keberhasilan dari pelaksanaan praktek pendidikan jasmani. Tersedianya sarana dan prasarana berperan dalam kelancaran pembelajaran praktek penjasorkes yang dilaksanakan di halaman sekolah. Sarana dan prasarana yang tidak memadai dapat menyebabkan sulitnya tercapainya tujuan dari pendidikan jasmani.

Sehingga dalam proses pembelajaran hampir keseluruhan materi dilakukan dalam bentuk modifikasi sarana dan prasarana dan hal dilakukan dalam proses mencapai tujuan pendidikan jasmani agar sesuai dengan tujuan pendidikan nasional.

Sedangkan seandainya dilakukan juga pada siswa tanpa modifikasi sarana dan prasarana itu hanya diluar lingkungan sekolah yang jarak sangat jauh dari lingkungan tempat mereka tinggal ataupun lingkungan sekolah maka akan terjadi pemaksaan pada siswa di sekolah untuk bisa bermain dengan bebas dan lepas pada sebuah lapangan seperti di sepak bola hal tersebut mereka tidak dapat merasakan.

Hambatan atau kendala yang dihadapi dalam mengajar praktek penjasorkes di Sekolah Dasar Negeri 17 Sungai Aua Kecamatan Sungai Aua Kabupaten Pasaman Barat pada siswa kelas IV dan V yang disampaikan di

atas dapat diduga disebabkan oleh, sarana dan prasarana, motivasi siswa, lokasi sekolah dan aktivitas siswa.

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang masalah di atas, dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Media Pembelajaran
2. Sarana dan Prasarana Penjasorkes
3. Metode Pengajaran Penjasorkes
4. Motivasi Siswa
5. Lokasi Sekolah
6. Perumusan Pembelajaran
7. Keaktifan Siswa
8. Dukungan kepala Sekolah

C. Pembatasan Masalah

Dari Identifikasi di atas tidak mungkin semua dapat dibahas oleh penulis karena terkait dana dan waktu yang tersedia, maka penulis hanya membahas mengenai :

1. Metode pengajaran Penjasorkes
2. Sarana dan Prasana Penjasorkes

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang ada dapat dirumuskan masalah, diantaranya adalah :

1. Bagaimana metode pengajaran Penjasorkes di Sekolah Dasar Negeri 17 Sungai Aua Kecamatan Sungai Aua Kabupaten Pasaman Barat ?
2. Bagaimana sarana dan Prasarana dalam pelaksanaan proses belajar mengajar praktek Penjasorkes di Sekolah Dasar Negeri 17 Sungai Aua Kecamatan Sungai Aua Kabupaten Pasaman Barat ?

E. Tujuan Penelitian

Pelaksanaan Proses belajar mengajar praktek pendidikan jasmani olahraga kesehatan di Sekolah Dasar Negeri 17 Sungai Aua Kecamatan Sungai Aua Kabupaten Pasaman Barat, bertujuan untuk :

1. Mengetahui bagaimana metode pengajaran dalam pelaksanaan proses belajar mengajar praktek penjasorkes di Sekolah Dasar Negeri 17 Sungai Aua Kecamatan Sungai Aua Kabupaten Pasaman Barat.
2. Mengetahui bagaimana sarana dan Prasarana dalam pelaksanaan proses belajar mengajar praktek Penjasorkes di Sekolah Dasar Negeri 17 Sungai Aua Kecamatan Sungai Aua Kabupaten Pasaman Barat.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai bahan masukan dan pertimbangan bagi :

1. Peneliti sendiri sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan S.Pd di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
2. Guru pendidikan jasmani untuk meningkatkan kualitas pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani disekolah

3. Sebagai masukan bagi kepala sekolah untuk memberikan pembinaan kepada guru agar dapat melaksanakan proses belajar mengajar lebih baik lagi
4. Peneliti yang akan datang, sebagai referensi penelitian lanjutan
5. Bahan bacaan di perpustakaan

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan yang diajarkan disekolah memiliki peranan sangat penting, yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang terpilih yang dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman psikis yang baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat. Depdiknas (2006 : 648) mengemukakan bahwa :

”Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan Nasional”.

Pendidikan memiliki sasaran pedagogis, oleh karena itu pendidikan jasmani kurang lengkap tanpa adanya pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, karena gerak sebagai aktivitas jasmani adalah dasar bagi manusia untuk mengenal dunia dan dirinya yang secara alami berkembang sesuai dengan perkembangan zaman

Selama ini telah terjadi kecenderungan dalam memberikan makna mutu pendidikan yang hanya dikaitkan dengan aspek kemampuan kognitif.

Pandangan ini telah membawa akibat terbaikannya aspek-aspek moral, akhlak budi pekerti, seni psikomotor, serta life skill. dengan diterbitkannya Undang-undang No 20 Tahun tentang sistem Pendidikan nasional dan peraturan pemerintah Nomor 19 tahun 2005 tentang standar Nasional pendidikan akan memberikan peluang untuk menyempurnakan kurikulum yang komprehensif dalam rangka mencapai tujuan nasional.

Pendidikan Jasmani, olahraga dan keehatan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap - mental - Emosional - spritual - sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang. selanjutnya Depdiknas (2003 : 1) mengemukakan bahwa :

”Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neoromuskular, penseptual, kognitif dan emosional, dalam kerangka sistem pendidikan Nasional”.

Ruang lingkup mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dikemukakan oleh Depdiknas (2006 : 69) meliputi Aspek-aspek :

- a. Permainan dan olahraga, meliputi : Olahraga tradisional, permainan, eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor non-lokomotor, manipulatif, atlet, kasti, rounders, kippers, sepak bola, bola basket, bola voli, tenis

meja, tenis lapangan, bulu Tangkis, dan bela diri, sertab aktivitas lainnya.

- b. Aktivitas pengembangan meliputi : Mekanika sikap tubuh, komponen kebugaran jasmani, dan bentuk postur tubuh serta aktivitas lainnya.
- c. Aktifitas senam meliputi : ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat, dans enam lantai, serta aktivitas lainnya
- d. Aktivitas ritmik meliputi : gerak bebas, senam pagi, SKJ, senam aerobik
- e. Aktivitas air meliputi : permainan di air, keselamatan di air, keterampilan bergerak di air, dan renang serta aktifitas lainnya.
- f. Pendidikan luar kelas, meliputi : piknik/ karya wisata, pengenalan lingkungan, berkemah, menjelajah dan mendaki gunung.
- g. Kesehatan, meliputi : Penanaman budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari, khususnya yang terkait dengan perawatan tubuh agar tetap sehat, memilih makanan dan minuman yang sehat, mencegah dan merawat cedera, mengatur waktu istirahat yang tepat dan berperan aktif dalam kegiatan P3K dan UKS. Aspek kesehatan merupakan aspek tersendiri, dan secara implikasi masuk kedalam semua aspek

Pada hakikatnya Penjasorkes adalah suatu proses pendidikan yang dilakukan secara sadar melalui kegiatan jasmani yang intensif dan pembinaan berlangsung seumur hidup yang memiliki perana yang sangat penting, dimana siswa diberi kesempatan untuk terlibat secara langsung dalam pengalaman belajar melalui aktifitas jasmani, bermain dan

berolahraga yang dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar diarahkan untuk membina dan membentuk gaya hidup sehat dan mandiri.

a. Pengertian Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Penjasorkes pada dasarnya merupakan bagian interaksi dari sistem pendidikan secara keseluruhan yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kesegaran jasmani dan kebugaran jasmani pada setiap individu sehingga individu memiliki keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani dan olahraga,

Penjasorkes adalah semua aktivitas manusia yang dipilih jenisnya dan dilaksanakan sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai”. yang dipilih itu haruslah yang memberikan sumbangan bagi kehidupan sehari-hari dan memberikan kemungkinan bagi peserta didik untuk menimbulkan sifat toleransi, ramah, baik hati, suka menolong dan mempunyai kepribadian yang kuat.

Penjasorkes adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif dan emosional dalam rangka sistem pendidikan Nasional, (Depdiknas, 2003 : 1)

Di dalam sistem Keolahragaan tahun 2005 dijelaskan bahwa, pembinaan dan pengembangan olahraga pendidikan pasal 25 ayat 4 adalah : ”pembinaan dan pengembangan olahraga pendidikan dilaksanakan dengan memperhatikan potensi, kemampuan, minat, dan bakat peserta didik secara menyeluruh, baik melalui kegiatan intrakurikuler maupun ekstrakurikuler”.

Dari penjelasan di atas dapat dikatakan bahwa penjasorkes adalah dapat meningkatkan potensi yang ada dalam diri anak didik, dapat meningkatkan minat dalam mengikuti pelajaran pendidikan jasmani serta dapat menyalurkan bakat yang ada pada diri anak didik melalui kegiatan yang bermanfaat.

Dari proses pembangunan, guru penjasorkes diharapkan dapat mengajar berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan dan olahraga. Internalisasi nilai-nilai (sportifitas, jujur, kerjasama dan lain-lain) serta pembiasaan pola hidup sehat yang pelaksanaannya bukan melalui pengajaran konvensional didalam kelas yang bersifat teoritis, tetapi melibatkan aspek fisik, mental, intelektual, emosional dan sosial peserta didik.

b. Tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Alasan mengapa guru penjasorkes atau pendidik perlu memahami tujuan yang jelas mengenai pelaksanaan Penjasorkes adalah :

1. Pemahaman tentang tujuan akan dapat membantu guru penjasorkes mengetahui lebih baik apa yang ingin dicapai.
2. Pemahaman mengenai tujuan akan dapat membantu guru penjasorkes mengetahui lebih baik nilai pendidikan jasmani dalam pendidikan .
3. Pemahaman tentang tujuan penjasorkes akan dapat membantu guru penjasorkes mengambil keputusan yang baik bila ada masalah yang timbul

2. Pelaksanaan Pendidikan Jasmani

Dalam garis besar pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani mencakup tiga kegiatan pokok yaitu persiapan/perencanaan, pelaksanaan pembelajaran dan evaluasi pembelajaran.

a. Persiapan Pembelajaran

Perkembangan KTSP mencakup perencanaan, program tahunan, program semester, silabus dan sistem penilaian serta program pengayaan dan remedial.

1. Silabus dan sistem Penilaian

Silabus disusun berdasarkan prinsip yang berorientasi pada pencapaian kompetensi. silabus dan sistem penilaian dapat berfungsi untuk mengetahui kemajuan belajar siswa, mendiagnosis kendala belajar, memberikan umpan balik dan melakukan perbaikan

Berdasarkan pedoman khusus pengembangan silabus (Kurikulum 2006: 32) dan penilaian, maka silabus pengajaran dapat disusun melalui tahap-tahap berikut :

”a).Identifikasi, di dalam identifikasi yang perlu dicantumkan adalah identitas sekolah, identitas mata pelajaran, kelas, program, semester, dan kriteria ketuntasan minimal mata pelajaran. b).Standar Kompetensi, Standar kompetensi merupakan standar yang harus dicapai dan dimiliki siswa setelah mengikuti dan lulus dalam mata pelajaran tertentu. c).Kompetensi dasar, Kompetensi Dasar merupakan kompetensi minimal yang harus dapat dilaksanakan dan dicapai oleh siswa untuk standar kompetensi tertentu, kompetensi dasar ini dilakukan siswa sesuai standar kompetensi yang diharapkan dan berada pada aspek pembelajaran. d).Materi Pembelajaran, Materi merupakan pokok bahasan dan sub pokok bahasan suatu kemampuan dasar. Materi pokok dijabarkan untuk memudahkan siswa untuk memperoleh kompetensi yang diharapkan, e).Pengalaman Belajar, Materi mata pelajaran penjasorkes harus meliputi hal-hal sebagai berikut, pengalaman mempraktekan, mempertahankan dan meningkatkan kebugaran jasmani, f). Indikator, Indikator merupakan karakteristik dan tanda-tanda yang harus dilakukan siswa untuk menunjukkan bahwa siswa telah sampai pada indikator pencapaian, g). Sistem Penilaian, Sistem penilaian merupakan metode yang digunakan untuk menentukan mutu kerja individu yang berdasarkan fakta-fakta sehingga memperoleh hasil pengukuran, h). Menentukan Alokasi Waktu, Alokasi waktu adalah perkiraan berapa lama siswa mempelajari suatu materi pelajaran, alokasi dapat ditentukan dengan memperhatikan tingkat kesukaran materi, cakupan materi dan frekuensi penggunaan materi baik didalam maupun diluar kelas serta tingkat pentingnya materi yang dipelajari, i). Sumber/ alat / bahan, Sumber yang digunakan berarti rujukan, referensi atau literatur baik dalam menyusun silabus maupun mengajar, sedangkan bahan/alat yang diperlukan dalam pratikum atau proses pembelajaran lainnya, dapat divariasikan sesuai dengan kompetensi dasar, materi serta pengalaman belajar mata pelajarannya, j).Pengayaan dan remedial, Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani melakukan program pengayaan kepada siswa apabila semua materi mata pelajaran yang akan diajarkan telah selesai dilaksanakan dan untuk memperdalam materi yang telah diajarkan maka guru mengadakan pengayaan. Sedangkan remedial dilakukan oleh guru penjasorkes setelah melihat hasil belajar siswa yang telah diajarkan”.

3. Pelaksanaan Pembelajaran

Pelaksanaan pembelajaran penjasorkes harus disesuaikan dengan tujuan yang akan dicapai oleh pembelajaran pendidikan jasmani itu sendiri dan hal ini sangat didukung oleh metode yang akan dilaksanakan oleh guru. Melalui metode yang akan diterapkan oleh guru penjasorkes diharapkan mampu memberikan penjelasan yang tepat mengenai materi yang akan diajarkan kepada anak didik, baik secara verbal maupun non verbal.

Metode yang biasa digunakan guru dalam menyampaikan materi penjasorkes adalah metode deduktif atau metode perintah, metode tugas, demonstrasi dan pemberian penjelasan. Guru memberikan contoh gerakan yang akan diajarkan dan siswa berusaha mengembangkan dan melaksanakan bentuk gerak yang telah diajarkan, dimana siswa turut aktif berpartisipasi dalam kegiatan belajar, sehingga pembelajaran pendidikan jasmani menghasilkan keterampilan gerak bagi siswa.

Dalam pembelajaran pendidikan jasmani aspek psikomotor merupakan tujuan utama yang akan dicapai tanpa mengabaikan aspek-aspek pendidikan yang lain seperti aspek kognitif, afektif dan sosial. pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani umumnya mencakup 3 hal yaitu :

1. Pretest

Pretest adalah tes yang diberikan oleh guru sebelum pengajaran dimulai, dan bertujuan untuk mengetahui sampai dimana pengetahuan

siswa terhadap bahan pelajaran (pengetahuan dan keterampilan) yang akan diajarkan.

Fungsi Pretest adalah :

- a. Menyiapkan peserta didik dalam proses belajar
- b. Mengetahui tingkat kemajuan peserta didik sesuai dengan proses pembelajaran yang dilaksanakan
- c. Mengetahui kemampuan awal yang telah dimiliki peserta didik mengenai bahan pelajaran yang akan dijadikan materi didalam proses pembelajaran
- d. Mengetahui dimana seharusnya proses pembelajaran dimulai, tujuan mana yang telah dikuasai siswa dan tujuan mana yang perlu mendapat penekanan dan perhatian khusus.

2. Proses

Proses yang dimaksudkan adalah pembelajaran inti dan pelaksanaan proses pembelajaran, yakni bagaimana tujuan-tujuan pengajaran direalisasikan. Proses pembelajaran dikatakan efektif apabila seluruh siswa terlibat secara aktif di dalam pelaksanaan pembelajaran penjasorkes.

3. Pos-Test

Pos-test adalah tes yang diberikan pada setiap akhir program satuan pembelajaran. Tujuan pos-test adalah untuk mengetahui sampai dimana pencapaian siswa terhadap bahan pengajaran (pengetahuan dan keterampilan) setelah mengalami suatu kegiatan belajar.

Fungsi pos-test adalah :

1. Mengetahui tingkat penguasaan siswa terhadap kompetensi yang telah ditentukan
2. mengetahui kompetensi dan tujuan yang dapat dikuasai dan bila sebagian besar belum dapat menguasai maka diadakan pembelajaran kembali
3. Mengetahui siswa yang perlu mengikuti program pengayaan untuk mengetahui tingkat kesulitan yang dihadapinya
4. Sebagai acuan perbaikan terhadap komponen-komponen proses pembelajaran yang telah dilaksanakan, baik terhadap perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi.

Seperti telah dikatakan di atas, jika hasil pos-test dibandingkan dengan haso pretest, maka keduanya berfungsi untuk mengukur sampai sejauh mana keefektifan pelaksanaan program pembelajaran.

4. Metode Pengajaran Penjasorkes

a. Pengertian Metode

Di dalam ilmu pendidikan jasmani dapat dikatakan bahwa, metode adalah cara-cara mengajar khusus yang digunakan dalam mengolah pengetahuan, prinsip-prinsip, norma-norma, peraturan-peraturan yang berlaku dalam pendidikan olahraga atau semua yang penting dalam proses belajar motorik untuk tercapainya keefektifan dalam belajar.

b. Jenis- Jenis Metode Pengajaran

Metode pengajaran yaitu cara yang ditempu seseorang untuk mencapai tujuan. Roetiyah (1989) mengemukakan ada 13 macam metode mengajar secara umum meliputi :

1. Metode Ceramah
2. Metode Tanya Jawab
3. Metode Diskusi
4. Metode Pemberian Tugas
5. Metode Resitasi
6. Metode Demonstrasi
7. Metode Eksperimen
8. Metode sosiodrama
9. Metode Belajar Kelompok
10. Metode Proyek
11. Metode Karya Wisata
12. Metode Field-trip
13. Metode "Manusia Sumber"

Dalam pengajaran olahraga dikenal ada beberapa metode mengajar yang sering dipakai. Metode tersebut yaitu : metode induktif dan metode deduktif. Kedua metode itu mempunyai konsep yang khas dan memilih langkah-langkah yang kongkrit dalam penggunaannya.

1. Metode Induktif

Menurut Djusman (1995) metode mengajar induktif menempatkan kemandirian dan self-acting pada latar depan dan menerima jalan yang berbelit-belit (memutar) pada proses belajar.

Jadi metode mengajar deduktif merupakan suatu metode mengajar dimana konsep kegiatan belajar harus melalui langkah seperti adanya tugas gerakan, berusaha mencari dan mencoba, menemukan, koreksi, kemudian berlatih dan penerapan. Keenam langkah tersebut terlebih dahulu murid harus tahu dan mengerti menggunakannya, karena memang mereka yang aktif. ini bertujuan agar tujuan pelajaran dapat tercapai pada waktunya.



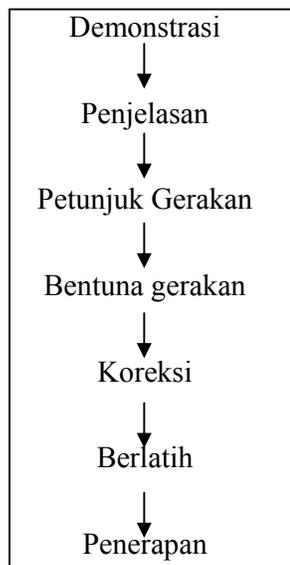
Gambar 1 : Langkah-Langkah Metode Mengajar Induktif (Grossing, 1983)

Dengan metode ini sangat terasa bagi peserta didik yaitu mereka harus aktif dan mengerti dengan langkah-langkah yang harus

mereka lalui dari awal pelajaran sampai akhir. Tentu saja guru semestinya mendesain materi pelajaran demikian menarik, sehingga memancing motivasi dan kreatifitas mereka secara optimal.

2. Metode Deduktif

Selama ini ada kesan pada sebagian orang yang mengatakan bahwa mengajar dengan metode deduktif dianggap palingbaik. Di sisi guru dianggap orang yang sudah tahu akan segala yang akan diajarkannya. Jadi metode deduktif merupakan suatu metode mengajar dimana guru dalam megajar melalui langkah-langkah sebagai berikut :



Gambar 2 : Langkah-langkah metode mengajar Deduktif (Grossing, 1983)

Metode Deduktif dalam mengajar akan memperlihatkan bahwa guru adalah sumber segalanya. tanpa ada alternatif kompromi antar keduanya. Murid baru melakukan semua yang dintruksikan guru. Dominasi guru ((Djusma 1995) pada metode ini tidak dipersoalan dan prosedur yang dikemudikannya memberikan ruang gerak yang tidak berarti bagi murid

untuk membuat keputusan sendiri, tetapi pada sisi lain tujuan belajar yang telah ditetapkan akan tercapai.

3. Pentingnya Metode

Metode belajar mengajar merupakan aspek penting dalam proses belajar mengajar. Ali Umar (2004) mengemukakan bahwa "metode" adalah "Jalan menuju tujuan belajar mengajar tujuan belajar mengajar". Dalam proses belajar mengajar menggunakan metode pengajaran yang berbeda-beda. Metode mengajar adalah suatu cara atau jalan yang harus dilalui didalam mengajar. hal ini sejalan dengan pendapat Igh Sulih karo-karo yang dikutip oleh Slamento (1995 :65) mengemukakan bahwa " mengajar" adalah" Menyajikan bahan pelajaran oleh orang kepada orang lain itu menerima, menguasai dan mengembangkannya".

Metode mempunyai hubungan fungsional yang kuat dengan tujuan memilih dan menetapkan metode berarti telah menetapkan pula tujuan yang akan dicapai. dalam menyusun strategi, kajian tentang penggunaan metode ini mempunyai kedudukan utama. Ada bermacam-macam metode didalam mengajar seperti : Ceramah, diskusi, demonstrasi, dan metode lainnya.

Salah dalam memilih metode yang ditetapkan akan mengurangi keberhasilan proses belajar mengajar. Metode mengajar ini harus tepat, agar siswa dapat menerima, menguasai dan bisa mengembangkan bahan pelajaran yang didapatkan dari guru. bila metode yang digunakannya kurang baik, hasil belajar siswa juga akan kurang baik.

Metode mengajar guru yang kurang baik akan menjadi penyebab hambatan dalam belajar siswa. Guru yang biasa megajar dengan menggunakan metode megajar yang sama, atau hanya metode itu saja akan menyebabkan kebosanan pada murid. Guru yang progresif berani mencoba metode-metode megajar yang baru, yang dapat meningkatkan kegiatan belajar mengajar, dan meningkatkan motivasi siswa untuk belajar.

Agar siswa dapat belajar dengan baik, maka metode mengajar harus diusahakan yang tepat, efesien dan efektif mungkin. Sebaliknya, jika metode mengajar yang digunakan guru salah maka siswa tidak akan menyenangi pelajaran tersebut sehingga akan timbul hambatan dalam belajar bagi siswa.

Zalfendi (2010:39). mengemukakan pengertian metode didalam ilmu pendidikan jasmani, dan olahraga adalah ” cara-cara mengajar khusus yang digunakan dalam mengolah pengetahuan, prinsip-prinsip, norma-norma, peraturan-peraturan yang berlaku dalam pendidikan olahraga atau semua yang penting dalam proses belajar motorik untuk tercapainya keefektifan dalam belajar”.

Dengan pengertian metode pembelajaran tersebut, maka metode adalah suatu cara yang disusun secara sistematis didalam usaha mengantar siswa mencapai tujuan belajar, dimana metode yang sistematis tersebut didasarkan atas pemikiran didaktis yang berurut secara bertahap dari yang mudah kelebih yang sukar dari yang sederhana ke yang lebih rumit.

Sesuai dengan hal tersebut maka metode harus mampu memberikan kemudahan bagi siswa, dan jangan sampai metode yang dipilih justru menjauhkan siswa dari pencapaian tujuan dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Penyimpangan dari ketentuan tersebut menyebabkan tindakan tercapainya keefektifan dalam belajar dan dapat menimbulkan kendala dalam belajar.

4. Sarana dan Prasarana

Dalam pelaksanaan proses belajar mengajar praktek pendidikan jasmani kesehatan reaksi keberadaan sarana dan prasarana memiliki peranan yang sangat penting untuk kelancaran jalannya proses pembelajaran. sebagai seorang guru pendidikan jasmani harus mampu mengatasi keterbatasan sarana dan prasarana, serta harus mampu memanfaatkan fasilitas yang ada.

Sarana dan prasarana dalam kegiatan olahraga merupakan salah satu aspek penunjang yang sangat penting, baik dalam melakukan latihan maupun dalam proses belajar mengajar. Dalam proses pengajaran olahraga, sarana dan prasarana berkaitan erat dengan kelangsungan dan kelancaran pelaksanaan pelajaran. Di samping itu agar tujuan tercapainya dengan baik, maka sarana dan prasarana yang digunakan harus sesuai dengan materi pelajaran yang layak pakai.

Pengertian sarana dan prasarana menurut Nasrun Azhar (1993:1) adalah sebagai berikut :”Sarana adalah alat suatu peralatan yang digunakan atau diperlukan dalam melaksanakan kegiatan olahraga, seperti : bola, raket, alat-alat senam, dayung, sepatu khususnya untuk olahraga tertentu.

Prasarana adalah suatu tempat lahan atau bangunan yang memenuhi persyaratan berupa tempat atau lahan yang alami yang dinyatakan sebagai tempat untuk olahraga, lapangan olahraga dan sebagainya”.

Pendidikan jasmani yang diajarkan disekolah menengah kejuruan akan berhasil baik apabila proses belajar sesuai dengan tuntunan kurikulum yang berlaku, untuk itu harus didukung oleh sarana dan prasarana yang memadai. Bila sarana dan prasarana tidak memadai maka proses belajar mengajar tidak akan dapat dikembangkan secara optimal.

Kurangnya sarana dan prasarana menyebabkan hambatan siswa terhadap mata pelajaran praktek pendidikan jasmani sehingga tujuan yang hendak dicapai kurang terlaksana sebagai mana mestinya. Sarana dan Prasarana harus disesuaikan dengan kebutuhan lapangan. Sarana dan Prasarana yang memadai sangat menunjang berjalannya pendidikan jasmani secara efektif dan efisien, tanpa didukung sarana dan prasarana sukar diramalkan pencapaian tujuan yang diharapkan.

Berdasarkan kutipan di atas, bahwa setiap aktivitas proses pembelajaran praktek pendidikan jasmani tanpa didukung oleh sarana dan prasarana yang memadai mustahil proses pembelajaran akan berjalan lancar. Oleh sebab itu sarana dan prasarana dalam proses pembelajaran praktek pendidikan jasmani sangat dibutuhkan dan diperlukan agar tujuan pembelajaran berjalan secara optimal sesuai dengan yang diharapkan.

Dengan sarana dan Prasarana yang memadai banyak cabang olahraga yang dapat diajarkan pada siswa, sehingga siswa dapat bergerak

bebas, sehingga tidak memberikan banyak peluang istirahat bagi siswa. Bagi guru akan lebih mudah menerapkan metode mengajar dengan demikian akan membuat siswa lebih efektif dan bersemangat dalam belajar.

Sarana dan prasarana adalah kebutuhan pokok untuk menunjang program pendidikan jasmani sesuai dengan tuntutan kurikulum. Karena tidak semua fasilitas olahraga dapat disediakan disekolah, untuk itu guru penjas bersama siswa harus mampu menanggulangi semua kekurangan tersebut sesuai dengan kemampuan yang ada. dengan demikian kedudukan sarana dan prasarana dalam pendidikan pada umumnya, khususnya pendidikan jasmani sangat memegang peran penting. Sarana dan Prasarana harus disediakan sesuai dengan kebutuhan atau tuntunan kurikulum.

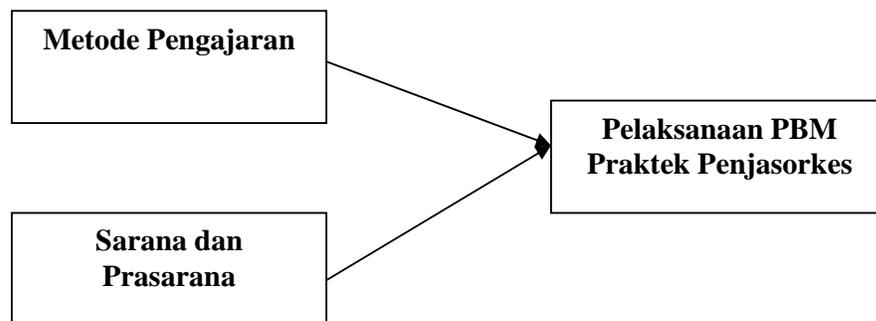
Dengan kenyataan seperti itu, tentu proses pembelajaran jasmani disekolah tersebut kurang terlaksana dengan baik bahkan hampir untuk semua cabang olahraga permainan yang membutuhkan saran belajar (bermain) tidak memenuhi persyaratan sesuai dengan peraturan yang ada. Selama ini pula proses pembelajaran praktek pendidikan jasmani kurang terlaksana sebagai mestinya.

B. Kerangka Konseptual

Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan di atas, maka kerangka Konseptual penelitian ini adalah mendeskripsikan tentang ” Pelaksanaan proses Belajar mengajar Praktek Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan di Sekolah Dasar Negeri 17 Sungai Aua Kecamatan Sungai Aua Kabupaten Pasaman Barat ”. Berdasarkan Jenis penelitian yang dibuat penulis yaitu,

hanya mendeskripsikan suatu gejala atau fenomena maka penelitian ini tidak menggunakan hipotesis penelitian.

Disini peneliti hanya menggambarkan mengenai metode pengajaran, dan sarana dan prasarana yang dilaksanakan disekolah Dasar Negeri 17 Sungai Aua Kecamatan Sungai Aua Kabupaten Pasaman Barat. Untuk lebih jelasnya dapat kita lihat kerangka Konseptual dibawah ini :



Gambar 3. Kerangka Konseptual

C. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan kajian teori dan kerangka konseptual yang diuraikan dapat diajukan pertanyaan penelitian sebagai berikut :

1. Berapa Persen Siswa dapat menerima metode pengajaran penjasorkes di Sekolah Dasar Negeri 17 Sungai Aua Kecamatan Sungai Aua Kabupaten Pasaman Barat
2. Seberapa Banyak Sarana dan Prasarana Pembelajaran Penjasorkes di Sekolah Dasar Negeri 17 Sungai Aua Kecamatan Sungai Aua Kabupaten Pasaman Barat

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang Pelaksanaan Proses Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Dasar Negeri 17 Sungai Aua Kecamatan Sungai Aua Kabupaten Pasaman Barat dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Variabel metode pengajaran diperoleh 68.6 % berada pada kategori baik. Dengan arti kata metode pengajaran dalam pelaksanaan proses belajar mengajar penjasorkes baik, hal ini terbukti dengan tingkat capaian yang diperoleh pada item ini memperoleh skor terbesar.
2. Variabel sarana prasarana di peroleh tingkat capaian 55.2 % berada pada kategori cukup. Artinya sarana prasarana yang tersedia dalam pelaksanaan proses belajar mengajar penjasorkes cukup mendukung.

B. Saran

Berdasarkan hasil temuan pendidikan ini, maka penelitian mengemukakan beberapa saran kepada berbagai pihak antara lain :

1. Diharapkan guru penjasorkes, khususnya pada Sekolah Dasar Negeri 17 Sungai Aua Pasaman untuk dapat memilih metode yang tepat dalam pelaksanaan Proses Belajar Mengajar, supaya para siswa lebih termotivasi dan berminat mengikuti proses belajar mengajar sehingga tujuan pembelajaran tercapai dengan baik. Hal ini dapat dilakukan dengan membuat metode mengajar yang sistematis dan variatif sesuai dengan materi ajar dan

memberikan kemudahan bagi siswa untuk memahami dan menguasai pelajaran. Disamping itu guru penjasorkes juga menyiapkan perencanaan pelajaran dengan baik dan dapat mengalokasikan waktu dengan sebaik-baiknya agar PBM dapat berjalan lancar

2. Diharapkan pada instansi terkait seperti dinas pendidikan dan juga Kepala Sekolah untuk dapat terus melengkapi sarana prasarana yang dibutuhkan dalam pelaksanaan Proses Belajar Mengajar khususnya penjasorkes. Hal ini dimaksudkan supaya siswa lebih bersemangat lagi dalam mengikuti pelajaran karena adanya sarana dan prasarana yang memadai.
3. Kepada Orang tua siswa agar dapat memotivasi anaknya dalam mengikuti pelaksanaan belajar mengajar di sekolah dengan baik
4. Peneliti berikutnya agar dapat meneliti lebih dalam lagi mengenai pelaksanaan proses belajar mengajar penjasorkes dari faktor-faktor yang lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali Umar, (2004). Pengantar Teknologi Pembelajaran Penjas (buku ajar). Padang : Universitas Negeri Padang.
- Arikunto, Suharsimi, (1998), Organisasi Administrasi Pendidikan Teknologi dan Kejuruan, Jakarta. Depdikbud.
- (1998), Manajemen Penelitian. Jakarta : Rineka Cipta. Mengajar.
- Arsyad, Azhar. (1996). Media Pembelajaran. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada. Bandung : PT. Rosdakarya.
- Chairudin Hutasuhut, (1997), Metode Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga. Padang : Universitas Negeri Padang
- Depdiknas, (2006), Metode penelitian Administrasi. Bandung : Alfabeta Bandung.
- (2003), UU RI Nomor 20 Tahun 2003. Tentang Sistem Pendidikan Nasional. Jakarta : Depdiknas.
- (2003), Kurikulum 2004 Standar Kompetensi Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani. Jakarta : Depdiknas
- (2006), Kurikulum Tingkat Satuan Pembelajaran. Jakarta : Depdiknas
- Djusma, (1995). Pengantar Didaktik Olahraga. FPOK IKIP Padang.
- Roestiyah. NK. (1989), Didaktik Metodik. Bina Aksara. Jakarta
- Sudjana, Nana, (1990). Penelitian Hasil Belajar
- Sudjana, N. dan Rivai, A. 1990. Media Pengajaran. Bandung : Penerbit CV. Sinar Baru Bandung
- Slamento, (1995). Belajar dan Faktor-faktor yang mempengaruhi . Jakarta : Rhineka Cipta.
- Suwirman. (2004). Buku Ajar Penelitian Dasar. Padang : Fakultas Ilmu Keolahragaan.
- Zalfendi, dkk. (2010). *Strategi Pembelajaran*. Sukabina Press. Padang