

**PELAKSANAAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI
OLAHRAGA DAN KESEHATAN KELAS XI SEMESTER JANUARI-JUNI
2011 DI MAN PADUSUNAN KOTA PARIAMAN**

SKRIPSI

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



Oleh

**LAZULFA HUSNA
NIM. 85309**

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

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

PELAKSANAAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHAGA DAN KESEHATAN KELAS XI SEMESTER JANUARI-JUNI 2011 DI MAN PADUSUNAN KOTA PARIAMAN

Nama : Lazulfa Husna
Nim/ Bp : 85309/2007
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Agustus 2011

Disetujui Oleh :

Pembimbing I



Drs. Zalfendi, M.Kes
NIP. 19590602 198503 100 3

Pembimbing II



Drs. Deswandi, M.Kes.AIFO
NIP. 19620702 198703 100 2

Mengetahui,

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Hendri Neldi, M.kes.AIFO
NIP. 19620520 198703 100 2

HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

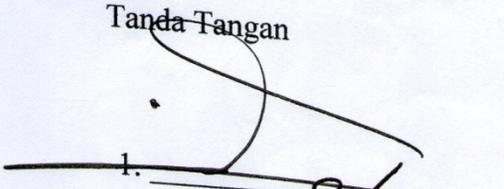
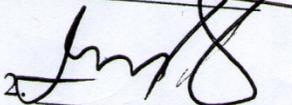
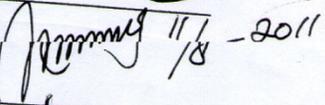
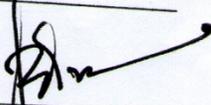
Dinyatakan LULUS setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

PELAKSANAAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI
OLAHAGA DAN KESEHATAN KELAS XI SEMESTER JANUARI-JUNI
2011 DI MAN PADUSUNAN KOTA PARIAMAN

Nama : Lazulfa Husna
Nim/Bp : 85309/2007
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Agustus 2011

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	Drs. Zalfendi, M.Kes	1. 
2. Sekretaris	Drs. Deswandi, M. Kes.AIFO	2. 
3. Anggota	Dr. Khairuddin, M.Kes.AIFO	3.  11/8 - 2011
4. Anggota	Drs. Ali Asmi, M.Pd	4. 
5. Anggota	Dr. H. Syahrial Bakhtiar, M.Pd	5. 

ABSTRAK

Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas XI Semester Januari-Juni 2011 di MAN Padusunan Kota Pariaman

OLEH : Lazulfa Husna, /2011/85309

Tujuan Penelitian ini adalah untuk melihat Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas XI Semester Januari-Juni 2011 di MAN Padusunan Kota Pariaman.

Jenis Penelitian ini adalah deskriptif, waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Mei-Juni 2011. Tempat Penelitian adalah di MAN Padusunan Kota Pariaman. Populasi penelitian adalah 142 orang. Penarikan sampel dilakukan dengan teknik *proporsional random sampling* sebesar 25% dari populasi yang ada diperoleh sebanyak 36 orang yang terdiri dari 14 orang putra dan 22 orang putri. Instrumen yang dipakai untuk mengumpulkan data adalah Angket atau kuesioner dengan menggunakan skala Likert. Data dianalisis dengan menggunakan rumus distribusi frekuensi dalam bentuk persentase.

Dari analisis data diperoleh hasil penelitian sebagai berikut: 1). Tingkat pencapaian perencanaan pembelajaran penjasorkes kelas XI semester Januari-Juni 2011 di MAN Padusunan Kota Pariaman adalah sebesar 18,35% berada dalam kategori kurang sekali. 2). Tingkat pencapaian persiapan dan penggunaan sarana dan prasarana penjasorkes kelas XI semester Januari-Juni 2011 di MAN Padusunan Kota Pariaman adalah sebesar 59,30% berada pada kategori cukup dan 3). Tingkat pencapaian pelaksanaan penjasorkes kelas XI semester Januari-Juni 2011 di MAN Padusunan Kota Pariaman adalah sebesar 34,80% berada dalam kategori kurang.

KATA PENGANTAR

Pertama sekali penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas XI Semester Januari-Juni 2011 di MAN Padusunan Kota Pariaman”.

Penulisan skripsi ini merupakan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi tugas dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu diharapkan saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan skripsi ini. Di dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik secara moril maupun materil, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sebagai tanda hormat penulis pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang tidak terhingga kepada:

1. Bapak Dr. H. Syahril Bakhtiar, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragan Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Drs. Hendri Neldi, M.Kes. AIFO selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Drs. Zalfendi, M.Kes selaku pembimbing I dan Bapak Drs. Deswandi, M.Kes.AIFO selaku pembimbing II yang telah bersedia meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, pengarahan dan bantuan secara yang sangat berarti kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.

4. Dr. Khairuddin, M.Kes.AIFO, Drs. Ali Asmi, M.Pd dan Dr. H. Syahrial Bakhtiar, M.Pd yang telah memberikan masukan untuk perbaikan dan saran dalam penyusunan skripsi ini.
5. Seluruh staf pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
6. Kepala Dinas Pendidikan Kota Pariaman atas surat izin penelitiannya.
7. Pihak MAN Padusunan Kota Pariaman yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian yang melibatkan siswa dalam pengambilan data penelitian.
8. Ayah (Abdul Mutalib) dan ibu (Yarlis Daya. BA) tercinta yang telah banyak memberikan dukungan moral dan materil serta bimbingan dan doa yang tulus kepada penulis, serta adikku tersayang (Radhiatim Mardiah) sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.
9. Dan sahabat-sahabat terbaikku “nan sanasib jo nan sapananguangan” terima kasih atas semuanya, serta oang yang ada selalu disampingku dan memberi semangat dalam penyelesaian skripsi ini.

Akhir kata penulis do’akan semoga semua amal yang diberikan kepada penulis mendapat imbalan yang setimpal dan bermanfaat bagi kita semua. Maka pada kesempatan ini penulis mengharapkan saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan penyusunan skripsi ini. Amin...Amin.. Ya Robal Alamin.

Padang, Agustus 2011

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman Judul	Halaman
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI	
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI	
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	5
C. Pembatasan Masalah	6
D. Perumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Kegunaan Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN	
A. Kajian Teori.....	9
1. Kurikulum Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan	9
a. Pengertian Kurikulum	9
b. Kurikulum KTSP.....	10
2. Perencanaan Pembelajaran Penjasorkes	11
a) Silabus	12
b) Rencana Pelaksanaan Pembelajaran.....	15
c) Evaluasi	17
3. Sarana dan Prasarana Penjasorkes	19

4. Pelaksanaan Pembelajaran Penjasorkes.....	22
a) Metode Pembelajaran	22
b) Media Pembelajaran	26
B. Kerangka Konseptual	29
C. Pertanyaan Penelitian	31

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis, Waktu dan Tempat Penelitian	32
1. Jenis Penelitian	32
2. Waktu dan Tempat Penelitian.....	32
B. Populasi dan Sampel	33
1. Populasi	33
2. Sampel	34
C. Jenis dan Sumber Data	35
1. Jenis Data.....	35
2. Sumber Data	35
D. Teknik dan Alat Pengumpulan Data	35
1. Teknik Pengumpulan Data	35
2. Alat Pengumpul Data.....	35
E. Teknik Analisis Data	37

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	39
1. Verifikasi Data.....	39
2. Analisis Deskriptif.....	39
B. Pembahasan Hasil Penelitian	47
1. Perencanaan Pembelajaran Penjasorkes	47
2. Sarana dan Prasarana Penjasorkes	50
3. Pelaksanaan Pembelajaran Penjasorkes.....	52

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	56
B. Saran.....	57

DAFTAR PUSTAKA	58
-----------------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Distribusi Populasi Penelitian	33
2. Distribusi Sampel Penelitian	34
3. Kisi-kisi Angket Penelitian	37
4. Distribusi Frekuensi Perencanaan Pembelajaran Penjasorkes	40
5. Distribusi Frekuensi Perencanaan Sarana dan Prasarana Penjasorkes	42
6. Distribusi Frekuensi Pelaksanaan Pembelajaran Penjasorkes.....	45

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konseptual	30
2. Histogram Skor Perencanaan Pembelajaran Penjasorkes	42
3. Histogram Skor Persiapan dan Penggunaan Sarana dan Prasarana Penjasorkes.....	44
4. Histogram Skor Pelaksanaan Pembelajaran Penjasorkes.....	47

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Angket Penelitian Pembelajaran Penjasorkes	58
2. Rekapitulasi Angket Pembelajaran Penjasorkes	64
3. Silabus Pembelajaran Penjasorkes	65
4. RPP Pembelajaran Penjasorkes.....	75
5. Surat Izin Penelitian Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP	102
6. Surat Keterangan dari KESBANGPOL dan LIMNAS	103
7. Surat Izin Telah Melaksanakan Penelitian MAN Padusunan	104

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

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

Pendidikan merupakan salah satu aspek yang dibutuhkan dalam memenuhi kehidupan bermasyarakat yang bertujuan untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual (keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan Negara) sesuai dengan Undang-undang no. 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pasal 3 ayat 1 sebagai berikut:

“pendidikan berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk mengembangkan 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.” (UU Sisdiknas, 2003: 64)

Sesuai dengan kutipan di atas, pendidikan merupakan salah satu aspek yang sangat penting bagi manusia untuk mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa. Karena begitu pentingnya pendidikan bagi manusia, pemerintah berusaha memberikan kesempatan kepada seluruh warga negara untuk mendapatkan pendidikan dan pembelajaran melalui peningkatan mutu pendidikan yang diarahkan untuk meningkatkan kualitas manusia Indonesia seutuhnya melalui olahhati, olahrasa, olahpikir dan olahraga serta memiliki daya saing dalam menghadapi tantangan global.

Dalam rangka peningkatan mutu pendidikan telah banyak usaha yang dilakukan pemerintah, seperti pembaharuan kurikulum, peningkatan mutu guru, pengadaan sarana dan prasarana serta kegiatan yang merangsang minat siswa untuk belajar. Pembaharuan dan pengembangan kurikulum seperti kurikulum tingkat satuan pendidikan (KTSP) merupakan salah satu alternatif untuk mencapai tujuan pembelajaran. Dalam pengembangan KTSP tentu saja tidak hanya sebatas program yang dilaksanakan pemerintah, tetapi juga memprioritaskan tujuan yang hendak dicapai. Kurikulum tingkat satuan pendidikan (KTSP) Sekolah Menengah Atas menjelaskan sebagai berikut:

“pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (Penjasorkes) 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 aktifitas jasmani olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.”(2006:648)

Berdasarkan penjelasan di atas, penjasorkes merupakan salah satu bidang studi yang secara umum dapat menunjang mata pelajaran lainnya. Pendidikan memiliki sasaran pedagogis, oleh karena itu pendidikan kurang lengkap tanpa adanya pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, karena gerak adalah dasar bagi manusia untuk mengenal dunia dan dirinya sendiri yang secara alami berkembang searah dengan perkembangan zaman.

Pendidikan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan salah satu faktor yang dapat membantu dalam meningkatkan kualitas pendidikan nasional melalui aktivitas gerak atau jasmani, sehingga mencapai tingkat kesegaran jasmani yang baik. Oleh sebab itu, pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan perlu dilaksanakan secara baik dan konsisten mulai dari sekolah dasar hingga perguruan tinggi. Dengan adanya pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan memungkinkan manusia Indonesia memiliki jasmani yang sehat dan mempunyai keterampilan gerak dasar yang benar untuk melaksanakan tugas sehari-hari dalam waktu yang relative lama dan tanpa rasa lelah yang berlebihan.

Salah satu komponen yang berhubungan dengan mutu pendidikan adalah guru yang profesional sebagai tenaga pengajar dan kepala sekolah sebagai suatu penentu jalannya suatu proses pembelajaran. Dalam Undang-Undang RI No 14 tahun 2005 tentang guru dan dosen dalam pasal 20 menyatakan bahwa:

“dalam melaksanakan tugas keprofesionalannya, guru berkewajiban merencanakan pembelajaran, melaksanakan proses pembelajaran yang bermutu, serta menilai dan mengevaluasi hasil pembelajaran.”

Dari uraian di atas, dijelaskan bahwa dalam melaksanakan pembelajaran penjasorkes dibutuhkan kemauan dan kemampuan

guru dalam melaksanakan pembelajaran dengan strategi dan metode yang tepat. Dalam pelaksanaan pembelajaran penjasorkes guru diharapkan melaksanakan pembelajaran dan melakukan perencanaan pembelajaran dan evaluasi pembelajaran penjasorkes dengan baik, serta siswa memiliki motivasi yang tinggi dalam proses pembelajaran penjasorkes sehingga dengan demikian siswa dapat mencapai kesegaran jasmani (fisik), mental dan motivasi yang kuat dan bermanfaat baik bagi diri sendiri maupun bagi lingkungan sekitarnya.“

Pelaksanaannya bukan dari pembelajaran konvensional di dalam kelas yang bersifat teoristis, namun melibatkan unsur fisik, mental, intelektual, emosional dan sosial. Aktivitas jasmani adalah dasar bagi manusia dan dirinya sendiri yang secara alamiah berkembang searah dengan perkembangan zaman. Untuk menciptakan kondisi belajar yang optimal selain guru harus memiliki kemampuan dan kompetensi yang dibutuhkan seperti metode dan strategi pengajaran. Kondisi sekolah yang memiliki sarana dan prasarana pendidikan jasmani yang memadai seperti lapangan olahraga, ketersediaan alat-alat olahraga yang mencukupi sangat diperlukan agar terlaksananya proses belajar mengajar dengan baik.

Namun pada kenyataannya pelaksanaan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di MAN Padusunan Pariaman kurang terlaksana sebagaimana mestinya. Guru penjasorkes dalam mengajar cenderung kurang memperhatikan strategi dan metode serta media yang digunakan dalam pembelajaran serta kurangnya perencanaan dan pelaksanaan yang tercantum di dalam kurikulum pembelajaran penjasorkes serta keterbatasan sarana dan prasarana dalam proses belajar mengajar. Guru penjasorkes terkesan sekedar melakukan kewajibannya saja pada waktu pembelajaran. Dampak dari semua

itu terlihat, dimana materi teori yang diberikan di ruangan kelas, tidak tampak pelaksanaannya di lapangan dan siswa pun sering menunjukkan sikap kurang aktif dan kreatif disaat praktek olahraga di lapangan. Hal ini dilihat dari perencanaan pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran, latar belakang pendidikan guru penjsorkes serta sarana dan prasaran yang kurang memadai dalam pelaksanaan pembelajaran penjasorkes di MAN Padusuna Kota Pariaman.

Berdasarkan hal tersebut di atas, penulis tertarik dan merasa penting untuk melakukan suatu penelitian yang lebih mendalam. Dari permasalahan itulah penulis mengangkat penelitian ini dengan judul “**Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas XI Semester Januari-Juni 2011 di MAN Padusunan Kota Pariaman**”. Dan diharapkan penelitian ini dapat menjawab permasalahan tersebut diatas.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan pada masalah yang di kemukakan di atas, maka di kemukakan identifikasi masalah dengan faktor-faktor :

1. Perencanaan (silabus dan RPP) yang dibuat guru dapat mempengaruhi pelaksanaan proses belajar mengajar di MAN Padusunan Kota Pariaman.
2. Metode yang digunakan guru dalam pelaksanaan pembelajaran penjasorkes dapat mempengaruhi pelaksanaan proses belajar mengajar di MAN Padusunan Kota Pariaman.

3. Media pembelajaran yang digunakan guru dapat mempengaruhi pelaksanaan pembelajaran di MAN Padusunan Kota Pariaman.
4. Sarana dan prasanana pembelajaran penjasorkes dapat mempengaruhi proses pembelajaran di MAN Padusunan Kota Pariaman.
5. Latar belakang pendidikan guru dapat mempengaruhi pelaksanaan pembelajaran penjasorkes di MAN Padusunan Kota Pariaman.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, banyak faktor yang mempengaruhi pelaksanaan pembelajaran penjasorkes di MAN Padusunan Kota Pariaman. Karena terbatas waktu dan kampuan maka dalam penelitian ini dibatasi pada variabel yang dominan, yaitu:

1. Perencanaan pembelajaran (silabus, RPP, evaluasi)
2. Sarana dan prasarana pembelajaran
3. Pelaksanaan pembelajaran (metode, media).

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah peneliti uraikan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Bagaimana perencanaan (silabus, RPP, evaluasi) dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di MAN Padusunan Pariaman.

2. Bagaimana sarana dan prasarana dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di MAN Padusunan Pariaman
3. Bagaimana pelaksanaan (metode, media) dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di MAN Padusunan Pariaman.

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan latar belakang masalah, perumusan masalah dan pembatasan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui bagaimana perencanaan (silabus, RPP, evaluasi) dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di MAN Padusunan Pariaman.
2. Untuk mengetahui bagaimana sarana dan prasarana dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di MAN Padusunan Pariaman.
3. Untuk mengetahui bagaimana pelaksanaan (metode, media) dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di MAN Padusunan Pariaman.

F. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi:

1. Peneliti sendiri sebagai salah satu syarat untuk mendapat gelar sarjana pendidikan.

2. Guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan untuk meningkatkan kualitas dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah.
3. Peneliti berikutnya sebagai bahan pengembangan ilmu lebih lanjut.
4. Masukan untuk mahasiswa FIK UNP seagai bahan kepustakaan dalam penulisan karya ilmiah.
5. Metode mengajar, pemilihan metode belaaajar yang sesuai akan membantu meningkatkan motivasi dalam belajar / latihan.

BAB II

TINJAUAN KEPUSTAKAAN

A. Kajian Teori

1. Kurikulum Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

a. Pengertian Kurikulum

Menurut Wina Sanjaya (2009:3) bahwa “kurikulum merupakan sebuah dokumen perencanaan yang berisi tentang tujuan yang harus dicapai, isi materi dan pengalaman belajar yang harus dilakukan siswa, strategi dan cara yang dapat dikembangkan, evaluasi yang dirancang untuk mengumpulkan informasi tentang pencapaian tujuan, serta implementasi dari dokumen yang dirancang dalam bentuk nyata”. Selanjutnya, menurut Zalfendi, dkk (2010:1) “kurikulum adalah seperangkat rencana dan pengaturan mengenai tujuan, isi dan bahan pelajaran serta cara yang digunakan sebagai pedoman penyelenggara kegiatan pembelajaran untuk mencapai tujuan pendidikan tertentu”.

Berdasarkan pendapat di atas, kurikulum adalah sebagai suatu rancangan kegiatan pembelajaran yang akan menentukan proses dan hasil pendidikan secara keseluruhan. Kurikulum sebagai mata pelajaran merupakan pemahaman yang menghubungkan kurikulum dengan daftar mata pelajaran yang diajarkan. Kurikulum sebagai hasil belajar bertujuan untuk memberikan fokus hasil belajar yang dapat dipertanggung jawabkan secara terbuka.

Kurikulum dipersiapkan dan dikembangkan untuk mencapai tujuan pendidikan, yakni mempersiapkan peserta didik agar mereka dapat hidup

dan bersosialisasi di masyarakat. Dengan demikian, kurikulum merupakan komponen yang sangat penting dalam sistem pendidikan, yang berfungsi sebagai pedoman dalam pelaksanaan pembelajaran, khususnya pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (penjasorkes).

Dalam pelaksanaan kurikulum yang baik, peserta didik dapat menguasai keterampilan dan pengetahuan serta nilai dan sikap yang positif untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani. Pelaksanaan kurikulum penjasorkes cenderung diarahkan dalam membantu anak didik untuk tumbuh dan berkembang sesuai dengan tujuan pendidikan.

b. Kurikulum KTSP

Kurikulum tingkat satuan pendidikan (KTSP) menurut Zalfendi, dkk (2010:4) adalah “kurikulum operasional yang disusun oleh dan dilaksanakan di masing-masing satuan pendidikan”. Sedangkan menurut Mulyasa (2009:21) “KTSP adalah suatu ide tentang pengembangan kurikulum yang diletakkan pada posisi yang paling dekat dengan pembelajaran, yakni sekolah dan satuan pendidikan”. Dapat disimpulkan bahwa KTSP mempunyai peran penting dalam keberhasilan dan kegagalan dalam pelaksanaan kurikulum pendidikan di sekolah. Melalui KTSP diharapkan dapat mendorong sekolah untuk melakukan pengambilan keputusan dalam pengembangan kurikulum.

Secara umum tujuan diterapkannya KTSP adalah untuk memandirikan dan memberdayakan satuan pendidikan melalui pemberian kewenangan (otonomi) kepada lembaga pendidikan. KTSP disusun untuk memungkinkan

penyesuaian program pendidikan dengan berbagai karakteristik, kebutuhan dan potensi standar pendidikan yang bertujuan untuk meningkatkan kecerdasan, pengetahuan, kepribadian, akhlak mulia serta keterampilan untuk hidup mandiri dan mengikuti pendidikan lebih lanjut.

Dalam KTSP Sekolah dan Madrasah (2009) dijelaskan bahwa mata pelajaran penjasorkes bertujuan agar peserta didik memiliki kemampuan sebagai berikut:

- 1) Menjaga kesehatan, ketahanan dan kebugaran jasmani.
- 2) Membangun dan menerapkan informasi dan pengetahuan potensi lokal untuk menunjang kesehatan, ketahanan dan kebugaran jasmani.
- 3) Menunjukkan sikap kompetitif dan sportif untuk mendapatkan hasil yang terbaik dalam bidang pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

Mata pelajaran penjasorkes merupakan salah satu mata pelajaran yang penting dalam Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP), karena penjasorkes merupakan pembelajaran yang memberikan banyak manfaat bagi peserta didik dalam kelangsungan hidup sehari-hari baik dari aspek fisik maupun psikis serta memberikan dampak positif dengan konsep diri yang kuat dan mandiri serta memiliki pola hidup sehat.

2. Perencanaan Pembelajaran Penjasorkes

Perencanaan dalam arti yang seluas-luasnya merupakan suatu proses persiapan secara sistematis kegiatan-kegiatan yang akan dilakukan untuk mencapai suatu tujuan tertentu. Perencanaan pembelajaran merupakan suatu

proses penyusunan alternatif kebijakan mengatasi masalah yang akan dilaksanakan dalam rangka pencapaian tujuan Pendidikan Nasional dengan mempertimbangkan kenyataan-kenyataan yang ada. Sesuai dengan pengembangan pelaksanaan KTSP yang berisi tentang Silabus dan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran.

a) Silabus

Wina Sanjaya (2009:167) mengemukakan bahwa “silabus merupakan rancangan program pembelajaran satu atau kelompok mata pelajaran yang berisi tentang standar kompetensi dan kompetensi dasar yang harus dicapai oleh siswa, pokok materi yang harus dicapai oleh siswa serta bagaimana cara dan bagaimana cara untuk mengetahui pencapaian kompetensi dasar yang telah ditentukan”.

Sedangkan menurut Zalfendi, dkk (2010:4) “silabus adalah rencana pembelajaran pada suatu atau kelompok mata pelajaran atau tema tertentu yang mencakup standar kompetensi, kompetensi dasar, materi pokok atau pembelajaran, kegiatan pembelajaran, indikator, penilaian, alokasi waktu dan sumber atau bahan belajar”. Dengan demikian, silabus dapat dijadikan pedoman bagi guru dalam menyusun rencana pelaksanaan pembelajaran serta pedoman dalam penyelenggaraan suatu proses pembelajaran.

Berdasarkan pedoman khusus pengembangan silabus, maka silabus dapat disusun melalui tahap-tahap berikut:

a. Identifikasi silabus

Identifikasi adalah sesuatu yang akan diuraikan atau penanda silabus, seperti nama sekolah, mata pelajaran, kelas atau jurusan dan semester. Identifikasi silabus ditulis di atas matriks silabus.

b. Standar kompetensi

Standar kompetensi merupakan standar yang harus dicapai dan dimiliki siswa setelah mengikuti dan lulus dalam mata pelajaran tertentu. Standar kompetensi yang harus dikuasai oleh siswa untuk mata pelajaran penjasorkes tujuh aspek yaitu: 1) permainan dan olahraga, 2) aktivitas pengembangan, 3) aktivitas saman, 4) aktivitas ritmik, 5) aktivitas air (akuatik), 6) pendidikan luar sekolah, 7) kesehatan.

c. Kompetensi dasar

Kompetensi dasar adalah pengetahuan, keterampilan dan sikap minimal yang harus dicapai oleh siswa untuk menunjukkan bahwa siswa telah menguasai standar kompetensi yang telah ditetapkan.

d. Materi pokok atau pembelajaran

Materi pokok atau pembelajaran disusun untuk pencapaian tujuan yang disesuaikan dengan kompetensi dasar yang harus dicapai. Hal ini dapat mempermudah siswa untuk memahami materi pembelajaran yang akan diajarkan.

e. Pengalaman belajar

Pengalaman belajar adalah kegiatan fisik ataupun mental yang dilakukan siswa dalam berinteraksi dengan bahan ajar. Misalnya pengalaman mempraktikkan beladiri, senam, renang, dan lain-lain.

f. Indikator

Indikator merupakan penjabaran dari kompetensi dasar yang menunjuk tanda-tanda, perbuatan dan respon yang dilakukan dan ditampikan peserta didik. Indikator dirumuskan sebagai dasar untuk menyusun alat penilaian.

g. Penilaian

Penilaian adalah suatu poses atau serangkaian kegiatan yakni kegiatan memperoleh, menganalisis dan menafsirkan data tentang proses dan hasil belajar peserta didik yang dilakukan secara sistematis dan berkesinambungan, sehingga menjadi informasi yang bermakna dalam mengambil keputusan.

h. Alokasi waktu

Alokasi waktu adalah waktu yang dibutuhkan untuk ketercapaian suatu kompetensi dasar. Didasarkan pada jumlah minggu efektif dan alokasi waktu mata pelajaran per minggu dengan mempertimbangkan jumlah kompetensi dasar, keluasan, kedalaman, tingkat kesulitan dan tingkat kepentingan kompetensi dasar.

i. Sumber/fasilitas/alat

- 1) Sumber merupakan rujukan, referensi atau literatur yang digunakan dalam menyusun silabus atau pembelajaran.

- 2) Fasilitas adalah sesuatu yang diperlukan dalam proses pembelajaran yang sifatnya menetap, seperti: lapangan, ruang senam, kolam.
 - 3) Alat adalah segala sesuatu yang digunakan pembelajaran yang sifatnya mudah dipindahkan, misalnya: bola, net, matras, tongkat.
- Sumber/fasilitas/alat ini dicantukan di dalam kolom matriks silabus yang tersedia.

b) Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

Rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) adalah program terencana yang disusun sebagai pedoman pelaksanaan pembelajaran untuk setiap kegiatan proses pembelajaran (Wina Sanjaya, 2009: 173). Sedangkan menurut Masnur Muslich (2008:45) “RPP adalah rancangan pembelajaran mata pelajaran per unit yang akan diterapkan guru dalam pembelajaran di kelas”. Selanjutnya menurut Mulyasa (2009: 212) bahwa “RPP adalah rencana yang menggambarkan prosedur dan manajemen pembelajaran untuk mencapai satu atau lebih kompetensi dasar yang diterapkan dalam standar isi dan dijabarkan dalam silabus”.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa RPP digunakan sebagai acuan atau pedoman dalam pelaksanaan pembelajaran. RPP dikembangkan berdasarkan silabus. Berdasarkan silabus, guru bisa mengembangkannya menjadi RPP yang akan diterapkan dalam kegiatan belajar mengajar (KBM) bagi peserta didik. Melalui RPP inilah seorang guru diberikan kebebasan untuk mengubah, memodifikasi dan menyesuaikan

silabus dengan kondisi sekolah serta dengan karakteristik peserta didik dan diharapkan bisa menerapkan pembelajaran secara terprogram.

Setiap proses pembelajaran selamanya akan berbeda tergantung pada tujuan, materi pelajaran serta karakteristik siswa sebagai subjek belajar. Oleh karena itu guru perlu merencanakan pembelajaran dengan matang sebagai bagian dari tugas profesionalnya karena RPP merupakan upaya untuk memperkirakan tindakan yang akan dilakukan dalam kegiatan pembelajaran. Kemampuan membuat RPP merupakan langkah awal yang harus dimiliki guru serta sebagai muara dari segala pengetahuan teori, keterampilan dasar dan pemahaman yang mendalam tentang objek dan situasi pembelajaran. Setiap akan melakukan pembelajaran, guru wajib memiliki persiapan yang disusun secara sistematis dan sistematis dengan beberapa kemungkinan penyesuaian dalam situasi pembelajaran yang aktual.

RPP perlu dikembangkan untuk mengkoordinasikan komponen pembelajaran seperti kompetensi dasar, materi standar, indikator hasil belajar serta penilaian. Pengembangan RPP harus memperhatikan karakteristik peserta didik terhadap materi standar yang dijadikan bahan kajian yang menuntut pemikiran, pengambilan keputusan dan pertimbangan guru.

Menurut Sumantri dalam Mulyasa (2009: 221) bahwa “perencanaan yang baik sangat membantu pelaksanaan pembelajaran, karena baik guru maupun peserta didik mengetahui dengan pasti tujuan yang ingin dicapai dan cara mencapainya”. Dengan demikian peserta didik dapat memusatkan perhatiannya pada pembelajaran yang telah diprogramkan oleh guru karena

RPP merupakan hal penting yang harus dilakukan guru untuk menunjang pembeantukkan kompetensi pada diri peserta didik.

Mulyasa (2009: 222) mengembangkan langkah-langkah RPP sbagai berikut:

- 1) Mengisi kolom identitas.
- 2) Menentukan alokasi waktu yang dibutuhkan untuk pertemuan yang telah ditetapkan.
- 3) Menentukan standar kompetensi dan kompetensi dasar serta indikator yang akan digunakan yang terdapat dalam silabus yang telah disusun.
- 4) Merumuskan tujuan pembelajaran berdasarkan standar kompetensi dan kompetensi dasar serta indikator yang telah ditentukan.
- 5) Mengidentifikasi materi standar berdasarkan meteri pokok/ pembelajaran yang terdapat dalam silabus. Materi standar merupakan uraian dari materi pokok/ pembelajaran.
- 6) Menentukan metode pembelajaran yang akan digunakan.
- 7) Merumuskan langkah-langkah pembelajaran yang terdiri kegiatan awal, inti dan akhir.
- 8) Menentukan sumber belajar yang digunakan.
- 9) Menyusun kriteria penilaian, lembar pengamatan, contoh soal dan teknik penskoran.

c) Evaluasi Pembelajaran

Evaluasi proses pembelajaran merupakan tahap yang perlu dilakukan oleh guru untuk menentukan kualitas pembelajaran. Kegiatan ini sering

disebut juga sebagai refleksi proses pembelajaran, karena kita kan menemukan kelebihan dan kekurangan dari proses proses pembelajaran yang telah dilakukan. Evaluasi merupakan tugas lanjutan dari guru untuk menilai apakah tujuan pembelajaran telah tercapai atau tidak, apa tindak lanjut yang akan dilakukan untuk perbaikan pembelajaran berikutnya. Penilaian yang diberikan guru berdasarkan dari hasil tes yang diberikan kepada peserta didik secara objektif.

Menurut Zalfendi, dkk (2010: 206) bahwa “evaluasi merupakan bagian yang tak dapat dipisahkan (integral) dari suatu proses belajar mengajar”. Sedangkan menurut Wina Sanjaya (2009: 61) menyatakan “evaluasi merupakan komponen terakhir dalam sistem proses pembelajaran. Melalui evaluasi kita dapat melihat kekurangan dalam pemanfaatan berbagai komponen sistem pembelajaran.

Dalam penilaian proses pembelajaran penjasorkes perlu digunakan dalam bentuk tes, baik itu tes tertulis maupun tes kemampuan atau praktek guna mengukur keterampilan siswa dalam menerima pelajaran yang diberikan oleh guru penjasorkes. Kemudian harus dikuatkan juga dengan pengamatan untuk menilai sikap dan perilaku secara langsung. Hal ini dilakukan untuk mengetahui kemampuan memperagakan berbagai kegiatan yang telah diberikan guru dalam pembelajaran. Evaluasi merupakan bagian yang tak dipisahkan dari suatu pelaksanaan pembelajaran, menurut Lutan (2001:28) menyatakan bahwa:

“evaluasi berfungsi sebagai salah satu cara untuk memantau perkembangan belajar dan mengetahui seberapa jauh tujuan

pengajaran dapat dicapai oleh siswa: 1). Mengetahui apakah siswa dapat mencapai tujuan yang telah ditetapkan, 2). Mengetahui kondisi belajar yang telah disiapkan, apakah dapat menyebabkan siswa belajar, 3). Mengetahui apakah prosedur pengejaran berjalan dengan lancar, 4). Mengetahui dimana letak hambatan pencapaian tujuan tertentu.”

Pembelajaran yang berhasil dapat dilihat dari proses dan hasil belajar peserta didik. Dari segi proses dikatakan berhasil, apabila sebagian besar peserta didik terlibat secara aktif, baik fisik, mental ataupun sosial dalam proses belajar dan menunjukkan kegairahan serta semangat belajar yang tinggi. Sedangkan dari segi hasil dikatakan berhasil apabila terjadi perubahan tingkah laku yang positif pada diri sebagian besar atau seluruh peserta didik. Agar terlaksananya proses pembelajaran yang diharapkan, guru pendidikan jasmani hendaknya kreatif didalam memberikan pengajaran kepada peserta didik dan mengupayakan kondisi yang kondusif. Guru hendaknya memberikan kebebasan kepada peserta didik untuk mengembangkan kemampuan dan keterampilan yang telah dimilikinya.

3. Sarana dan Prasarana Penjasorkes

Sarana dan prasarana merupakan salah satu aspek penunjang yang sangat penting dalam proses belajar, pengembangan prestasi serta keberhasilan pelaksanaan pembelajaran penjasorkes. Menurut Undang-Undang Republik Indonesia nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pasal 45 ayat 1 sebagai berikut:

“setiap satuan formal dan nonformal menyediakan sarana dan prasarana yang memenuhi keperluan pendidikan sesuai dengan pertumbuhan dan perkembangan potensi fisik, kecerdasan

intelektual, sosial, emosional dan kejiwaan peserta didik.”(UU. Sisdiknas, 2003: 82)

Sarana dan prasarana merupakan komponen penting yang dapat mempengaruhi proses pembelajaran. Sarana dan prasana dapat mencakup semua peralatan dan perlengkapan yang digunakan secara langsung untuk menunjang kelancaran pendidikan seperti: kursi, meja, papan tulis maupun alat-alat lainnya.

Menurut Wina Sanjaya (2009: 55) menyatakan bahwa “sarana adalah segala sesuatu yang mendukung secara langsung terhadap kelancaran proses pembelajaran, misalnya media pembelajaran, alat-alat pelajaran, perlengkapan sekolah, dan lain sebagainya; sedangkan prasarana adalah segala sesuatu yang secara tidak langsung dapat mendukung keberhasilan proses pembelajaran, misalnya jalan menuju sekolah, penerangan sekolah, kamar kecil dan lain sebagainya”. Selanjutnya menurut Soetopo dalam Dio Palaning (2006:12) menyatakan bahwa “sarana sekolah meliputi semua peralatan dan perlengkapan yang berlangsung digunakan dalam proses pendidikan sekolah, sedangkan prasarana sekolah mencakup semua komponen yang secara tidak langsung menunjang jalannya proses pendidikan sekolah”.

Dari pendapat di atas jelas bahwa sarana dan prasarana merupakan alat penunjang yang sangat penting dalam pelaksanaan pendidikan karena tanpa dukungan sarana dan prasarana belajar yang memadai baik dari segi kualitas maupun kuantitasnya tidak mungkin suatu pembelajaran akan berjalan dengan lancar. Kelengkapan sarana dan prasarana akan membantu guru dalam penyelenggaraan proses pembelajaran. Pengadaan sarana dan prasarana

diperlukan untuk menunjang pelaksanaan pendidikan bisa didapat dengan membeli, membuat sendiri, menerima bantuan/ hibah atau pengadaan sarana dan prasarana bisa dilengkapi dan diusahakan oleh sekolah tersebut supaya pelaksanaan pembelajaran berjalan dengan lancar.

Kelengkapan sarana dan prasarana dapat menumbuhkan gairah dan motivasi guru dalam mengajar. Ketersediaan sarana yang lengkap memungkinkan guru memiliki berbagai pilihan yang dapat digunakan untuk melaksanakan fungsi pembelajaran.

Adapun juga menurut Rancangan Undang-Undang Republik Indonesia nomor 3 tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional pasal 1 ayat 20 dan 21 menyatakan bahwa “prasarana olahraga adalah tempat atau ruang termasuk lingkungan yang digunakan untuk kegiatan olahraga dan atau penyelenggaraan keolahragaan, sedangkan sarana olahraga adalah peralatan dan perlengkapan yang digunakan untuk kegiatan olahraga”.(UU Sisdiknas, 2003: 4).

Sarana dan prasarana merupakan media penting pelaksanaan proses belajar mengajar yang mempunyai peran penting dalam kegiatan olahraga. Pelaksanaan pembelajaran penjasorkes tidak akan berjalan dengan lancar dan baik tanpa sarana dan prasarana olahraga. Pengadaan suatu fasilitas olahraga tidak semata-mata untuk menunjang prestasi saja melainkan juga sebagai wahana rekreasi bagi peserta didik.

Dengan sarana dan prasarana yang memadai banyak cabang olahraga yang dapat diajarkan kepada siswa. Selain itu, siswa dapat lebih efektif dan

semangat dalam belajar. Bagi guru memberikan kemudahan dalam menerapkan metode mengajar yang baik, karena sarana dan prasarana merupakan faktor penentu dalam pelaksanaan penjasorkes. Tanpa sarana dan prasarana pembelajaran tidak akan tercapai sesuai dengan yang diharapkan.

4. Pelaksanaan Pembelajaran Penjasorkes

Penjasorkes merupakan mata pelajaran yang kaya akan berbagai aspek dan makna pengajaran. Banyak hal yang dapat dilakukan untuk membangun dan meningkatkan pertumbuhan serta perkembangan anak melalui pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (penjasorkes). Proses belajar mengajar diharapkan mampu membawa perubahan yang berarti terhadap peserta didik, namun tidak semua anak didik yang mampu memperlihatkan secara langsung. Dalam proses belajar guru adalah pihak yang sangat berperan dalam proses perubahan tersebut. Walaupun tidak selamanya belajar memerlukan seorang guru karena belajar dapat berlangsung kapan dan dimana saja, sepanjang perjalanan anak didik tersebut.

Pelaksanaan pembelajaran penjasorkes harus disesuaikan dengan tujuan yang akan dicapai oleh pembelajaran pendidikan jasmani itu sendiri dan hal ini sangat didukung oleh metode dan media yang dilaksanakan oleh guru dalam belajar mengajar.

a) Metode Pembelajaran

Metode adalah cara yang digunakan mengimplementasikan rencana yang sudah disusun dalam kegiatan nyata agar tujuan yang telah disusun tercapai

secara optimal, (Wina Sanjaya, 2009:147). Sedangkan menurut Hamzah B. Uno (2009: 65) “metode pembelajaran merupakan cara-cara yang digunakan pengajar atau instruktur untuk menyatakan informasi atau pengalaman baru, menggali pengalaman belajar, menampilkan unjuk kerja peserta belajar dan lain-lain”.

Dari pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa dalam pelaksanaan pembelajaran, guru harus mampu menguasai metode yang akan diajarkan pada peserta didik. Keberhasilan pelaksanaan strategi pembelajaran sangat tergantung pada cara guru menggunakan metode pembelajaran, karena suatu strategi pembelajaran hanya mungkin dapat diimplementasikan melalui penggunaan metode pembelajaran.

Sehubungan dengan metode pembelajaran, Wina Sanjaya (2009: 147) menggunakan beberapa komponen, yakni: 1) metode ceramah, 2) metode demonstrasi, 3) metode diskusi, 4) metode simulasi.

1) Metode ceramah

Metode ceramah merupakan metode yang sampai saat ini sering digunakan oleh setiap guru atau instruktur. Guru biasanya belum merasa puas manakala dalam proses pengelolaan pembelajaran tidak melakukan ceramah. (Wina Sanjaya, 2009:147) Ada beberapa hal yang harus dilakukan, yaitu:

- a) Tahap persiapan, yakni: (1) merumuskan tujuan yang ingin dicapai, (2) menentukan pokok-pokok materi yang akan diceramahkan, (3) mempersiapkan alat bantu.

- b) Tahap pelaksanaan, yakni: (1) langkah pembukaan, (2) langkah penyajian, (3) langkah mengakhiri atau menutup ceramah.

2) Metode demonstrasi

Metode demonstrasi adalah metode penyajian pelajaran dengan memperagakan dan mempertunjukkan kepada siswa tentang suatu proses, situasi atau benda tertentu, baik sebenarnya atau hanya sekedar ditiru. Sebagai metode penyajian, demonstrasi tidak terlepas dari penjelasan secara lisan oleh guru. Walaupun dalam proses demonstrasi siswa hanya sekedar memperhatikan, akan tetapi demonstrasi dapat menyajikan bahan pelajaran lebih konkret. (Wina Sanjaya, 2009:152). Ada beberapa hal yang harus dilakukan, yaitu:

- a) Tahap persiapan, yakni: (1) rumuskan tujuan yang harus dicapai oleh peserta didik setelah proses demonstrasi berakhir, (2) persiapkan garis besar langkah-langkah demonstrasi yang akan dilakukan, (3) lakukan uji coba demonstrasi.
- b) Tahap pelaksanaan, yakni: (1) langkah pembukaan, (2) langkah pelaksanaan demonstrasi, (3) langkah mengakhiri demonstrasi.

3) Metode diskusi

Metode diskusi adalah metode pembelajaran yang menghadapkan siswa pada suatu permasalahan. Tujuan utama metode diskusi adalah untuk memecahkan suatu permasalahan, menjawab pertanyaan, menambah dan memahami pengetahuan siswa, serta untuk membuat suatu keputusan. (Killen

dalam Wina Sanjaya, 2009: 154) Ada beberapa hal yang harus dilakukan, yaitu:

- a) Langkah persiapan, yakni: (1) merumuskan tujuan yang ingin dicapai, baik tujuan yang bersifat umum maupun tujuan khusus, (2) menentukan jenis diskusi yang dapat dilaksanakan sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai, (3) menetapkan masalah yang akan dibahas, (4) mempersiapkan segala sesuatu yang berhubungan dengan teknis pelaksanaan diskusi.
 - b) Pelaksanaan diskusi, yakni: (1) memeriksa segala persiapan diskusi, (2) memberikan pengarahan sebelum melaksanakan diskusi, (3) melaksanakan diskusi sesuai dengan aturan main yang telah ditetapkan, (4) memberikan kesempatan yang sama kepada peserta diskusi untuk mengeluarkan gagasan atau ide, (5) mengendalikan pembicaraan kepada pokok persoalan yang sedang dibahas.
 - c) Menutup diskusi, yakni: membuat pokok-pokok pembahasan sebagai kesimpulan sesuai dengan hasil diskusi, (2) *me-review* jalannya diskusi.
- 4) Metode simulasi

Metode simulasi dapat digunakan sebagai metode mengajar dengan asumsi tidak semua proses pembelajaran dapat dilakukan secara langsung pada objek yang sebenarnya. (Wina Sanjaya, 2009: 159) Ada beberapa hal yang harus dilakukan, yaitu:

- a) Persiapan simulasi, yakni: (1) menetapkan topik atau masalah serta tujuan yang hendak dicapai, (2) guru memberikan gambaran masalah dalam situasi yang akan disimulasikan, (3) guru menetapkan pemain yang akan

terlibat dalam simulasi, (4) guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk bertanya pada siswa yang terlibat dalam pemeranan simulasi.

- b) Pelaksanaan simulasi, yakni: (1) simulasi mulai dimainkan oleh kelompok pemeran, (2) para siswa lainnya mengikuti dengan penuh perhatian, (3) guru hendaknya memberikan bantuan kepada pemeran yang mendapat kesulitan, (4) simulasi hendaknya dihentikan pada saat puncak.
- c) Penutup, yakni: (1) melakukan diskusi baik tentang jalannya simulasi maupun materi cerita yang disimulasikan, (2) merumuskan kesimpulan.

Melalui metode-metode yang akan digunakan oleh guru penjasorkes diharapkan mampu memberikan penjelasan yang tepat mengenai materi yang diajarkan kepada peserta didik baik secara verbal maupun non verbal. Penjasorkes di sekolah bukan hanya sebagai mata pelajaran saja, melainkan mempunyai peran penting dalam membentuk peserta didik yang benar-benar memberikan manfaat dalam membentuk manusia seutuhnya.

b) Media Pembelajaran

Secara umum media merupakan kata jamak dari “medium” yang berarti perantara atau pengantar. Kata media berlaku untuk berbagai kegiatan atau usaha, seperti media dalam penyampaian pesan, media pengantar magnet atau panas dalam bidang teknik. Istilah media digunakan juga dalam bidang pengajaran atau pendidikan sehingga istilahnya menjadi media pendidikan atau media pembelajaran. (Wina Sanjaya, 2008:163)

Menurut Gagne dalam Sadiman (2002:6) secara umum “media pembelajaran dalam pendidikan disebut media, yaitu berbagai jenis komponen

dalam lingkungan siswa yang dapat merangsangnya untuk berpikir”. Sementara itu, menurut Omar Hamaliik (1991) berpendapat bahwa “media adalah segala alat fisik yang dapat menyajikan pesan serta merangsang siswa untuk belajar”. Jadi, media pembelajaran merupakan segala sesuatu yang dapat digunakan untuk menyalurkan pesan dari pengirim dan penerima sehingga dapat merangsang pikiran, perasaan, minat dan perhatian sedemikian rupa sehingga proses belajar terjadi.

Berdasarkan pengertian-pengertian yang telah diberikan, maka media pembelajaran merupakan segala sesuatu yang digunakan dalam kegiatan pembelajaran agar dapat merangsang pikiran, perasaan, minat dan perhatian siswa sehingga proses interaksi komunikasi edukasi antara guru (atau pembuat media) dan siswa dapat berlangsung secara tepat guna dan berdayaguna. Media dimaksud harus menunjang tujuan proses belajar mengajar dan juga membantu proses berpikir siswa agar dapat dengan segera memahami informasi yang dimaksud.

Media pendidikan jasmani secara umum juga bisa disampaikan melalui berbagai macam media, seperti: surat kabar, majalah, radio, televisi, film, video, OHP, gambar-gambar dan sebagainya. Untuk kepentingan kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani, alat tersebut memang akan sangat membantu guru ataupun siswa. Misalnya film intruksional tentang pembelajaran suatu rangkaian gerak lompat jauh gaya jongkok, dapat dilihat dengan jelas oleh para siswa dan dapat diulang beberapa kali. Video kamera dapat memperlihatkan kembali kegiatan atau gerakan yang telah dilakukan

oleh siswa dan dapat dijadikan sebagai bahan untuk mengkoreksi kegiatan selanjutnya.

Selain hal tersebut di atas, guru pendidikan jasmani masih dapat membuat alat bantu untuk menyampaikan informasi kepada siswanya dengan jalan memodifikasi yaitu berupa gambar atau foto, agar para siswa punya landasan pengetahuan tentang gerak yang harus dilakukan mulai dari awal sampai selesai.

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi semakin mendorong upaya-upaya pemabaharuan dalam pemanfaatan hasil-hasil teknologi dalam proses belajar. Para guru dituntut agar mampu menggunakan alat-alat yang dapat disediakan oleh sekolah dan tidak tertutup kemungkinan bahwa alat-alat tersebut sesuai dengan perkembangan dan tuntutan zaman. Guru sekurang-kurangnya dapat menggunakan alat yang murah dan efisien yang meskipun sederhana dan bersahaja tetapi merupakan keharusan dalam upaya mencapai tujuan pengajaran yang diharapkan.

Di samping mampu menggunakan alat-alat yang tersedia, guru juga dituntut untuk mengembangkan keterampilan membuat media pengajaran yang akan digunakannya apabila media tersebut belum tersedia. Untuk itu guru harus memiliki pengetahuan dan pemahaman yang cukup tentang media pengajaran. Guru berupaya untuk menampilkan rangsangan (stimulus) yang dapat diproses dengan berbagai indera. Semakin banyak alat indera yang digunakan untuk menerima dan mengolah informasi, semakin besar kemungkinan tersebut dimengerti dan dapat dipertahankan dalam ingatan.

Dengan demikian siswa diharapkan akan dapat menerima dan menyerap dengan mudah dan baik pesan-pesan dalam materi yang disajikan oleh guru.

Yang harus diperhatikan dalam penggunaan media pada setiap kegiatan belajar mengajar adalah bahwa media digunakan dan diarahkan untuk mempermudah siswa belajar dalam upaya memahami materi pelajaran. Hamalik dalam Azhar Arsyad (2002:15) mengemukakan bahwa “pemakaian media pengajaran dalam proses belajar mengajar dapat membangkitkan keinginan dan minat yang baru, membangkitkan motivasi serta rangsangan kegiatan belajar dan bahkan membawa pengaruh psikologis terhadap siswa”. Selanjutnya Dale dalam Azhar Arsyad (2002:24) mengemukakan bahwa “bahan-bahan audio-visual dapat memberikan banyak manfaat asalkan guru berperan aktif dalam proses pembelajaran”.

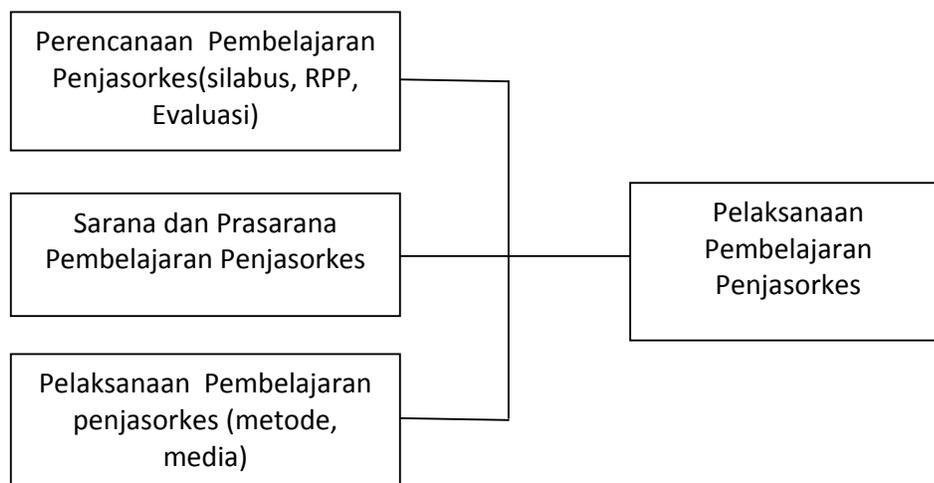
Dari pendapat para ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa guru harus memiliki pengetahuan dan pemahaman yang cukup tentang media pengajaran, karena media adalah bagian yang tidak terpisahkan dari proses belajar mengajar demi tercapainya tujuan pendidikan pada umumnya dan tujuan pembelajaran pada khususnya.

B. Kerangka Konseptual

Dalam kerangka ini, apa yang dicantumkan dalam kurikulum merupakan suatu yang ideal dan apa yang di implementasikan merupakan suatu kenyataan. Dalam proses mengajar, guru mempunyai tugas untuk mendorong, membimbing dan memberi fasilitas bagi siswa untuk mencapai tujuan

pendidikan. Guru mempunyai tanggung jawab untuk melihat segala sesuatu yang terjadi dalam proses belajar mengajar untuk membantu perkembangan siswa, karena itu guru dituntut untuk mempunyai kompetensi atau kemampuan dalam melaksanakan profesinya.

Sesuai dengan permasalahan yang dikemukakan, yaitu pembelajaran penjasorkes di MAN Padusunan Pariaman memiliki berbagai macam faktor pendukung untuk meningkatkan kualitas pembelajaran penjasorkes di sekolah. Dalam pembelajaran penjasorkes ada beberapa variabel yang sangat berpengaruh terhadap pelaksanaan pembelajaran tersebut, diantaranya terdiri dari perencanaan pembelajaran penjasorkes (silabus dan RPP), pelaksanaan pembelajaran penjasorkes (metode dan media pembelajaran) dan sarana dan prasarana pembelajaran penjasorkes.



Gambar I. Kerangka konseptual

C. Pertanyaan Penelitian

Selanjutnya berdasarkan kerangka berfikir dan kerangka konseptual diatas, maka dapat ditemukan pertanyaan penelitian yang muncul, diantaranya:

1. Bagaimana perencanaan (silabus, RPP, evaluasi) dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di MAN Padusunan Pariaman.
2. Bagaimana sarana dan prasarana dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di MAN Padusunan Pariaman.
3. Bagaimana pelaksanaan (metode, media) dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di MAN Padusunan Pariaman.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mengenai “Pelaksanaan Pembelajaran Penjasorkes Kelas XI Semester Januari-Juni 2011 di MAN Padusunan Kota Pariaman”, diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat pencapaian perencanaan pembelajaran penjasorkes kelas XI semester Januari-Juni 2011 di MAN Padusunan Kota Pariaman adalah sebesar 18,35%. Artinya bahwa perencanaan pembelajaran penjasorkes kelas XI semester Januari-Juni 2011 di MAN Padusunan Kota Pariaman yang dilakukan oleh guru penjas dalam mempersiapkan diri untuk mengajar masih **kurang sekali**.
2. Tingkat pencapaian persiapan dan penggunaan sarana dan prasarana penjasorkes kelas XI semester Januari-Juni 2011 di MAN Padusunan Kota Pariaman adalah sebesar 59,30%. Artinya bahwa persiapan dan penggunaan sarana dan prasarana penjasorkes kelas XI semester Januari-Juni 2011 di MAN Padusunan Kota Pariaman **cukup**.
3. Tingkat pencapaian pelaksanaan penjasorkes kelas XI semester Januari-Juni 2011 di MAN Padusunan Kota Pariaman adalah sebesar 34,80%. Artinya pelaksanaan pembelajaran penjasorkes kelas XI semester Januari-Juni 2011 di MAN Padusunan Kota Pariaman masih **kurang**.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas maka penulis menyarankan beberapa hal:

1. Diharapkan kepada kepala sekolah MAN Padusunan Kota Pariaman alangkah baiknya diadakan pemeriksaan bahan-bahan untuk proses pembelajaran dan diusahakan untuk melengkapi sarana dan prasana untuk setiap proses pembelajaran untuk lebih meningkatkan kinerjanya dalam melaksanakan tugas dan tanggung jawabnya sebagai guru Penjas Orkes dengan sebaik-baiknya, agar tujuan dari pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dapat tercapai dengan baik.
2. Untuk guru-guru diharapkan semua perlengkapan yang akan mendukung proses pelaksanaan pembelajaran ini agar dipersiapkan dengan selengkap dan sebaik mungkin. Jangan memberikan pembelajaran apa yang teringat pada saat tersebut. Dan juga diharapkan kepada guru-guru penjas, jika sarana dan prasara penjasorkes terbatas untuk mengembangkan dan memodifikasi setiap sarana dan prasarana penjasorkes sesuai dengan pembelajaran penjasorkes yang akan dilaksanakan.
3. Untuk siswa diharapkan agar bersedia melaksanakan proses pembelajaran penjasorkes dengan semaksimal mungkin walaupun ada keterbatasan dalam persiapan perencanaan pembelajaran dan persiapan dan penggunaan sarana dan prasarana penjasorkes.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. (1998). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Depdikbud. (2004). *Garis-garis Besar Program Pendidikan dan Pelatihan Bagian III*. Jakarta : BBC. PSG.
- Departemen Pendidikan Nasional. (2004). *Standar Kompetensi Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani SMA/MA*. Jakarta.
- Hamalik, Omar. (1991). *Solusi Pendidikan Jilid II*. Jakarta: Pustaka Jaya.
- Muclich, Masnur. (2008). *KTSP Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Mulyasa. (2009). *Implementasi Kurikulum Tingkat Satun Pendidikan Kemandirian Guru dan Kepala Sekolah*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Peraturan Pemerintah (PP) No. 19 Tahun 2005. Tentang Standar Nasional Pendidikan. Jakarta : Pradya Paramita
- Samsudin. (2008). *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*. Jakarta: PT Fajar Interpratama.
- Sanjaya, Wina. (2009). *Kurikulum dan Pembelajaran: Teori dan Praktik Pengembangan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP)*. Jakarta: Kencana.
- Sanjaya, Wina. (2009). *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan*. Jakarta: Kencana.
- Supriadi, Dedi. (1998). *Mengangkat Citra dan Martabat Guru*. Yogyakarta: Adinusa Karyacipta.
- Sudjana. (1989). *Metode Statistic*. Bandung: Tarsito.
- UNP. (2007). *Buku Panduan Penulisan Tugas Akhir/ Sripsi*. Universitas Negeri Padang: FIK UNP
- Undang-undang Republik Indonesia No. 20 tahun 2003. *Tentang Sistem Pendidikan Nasional*
- Zalfendi, dkk. (2010). *Analisis Kurikulum Dalam Pembelajaran Penjasorkes*. Padang: Sukabina Press.