

**STUDI TENTANG PELAKSANAAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN
JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SD NEGERI 011
KOTO TALUK KUANTAN KECAMATAN KUANTAN
TENGAH KABUPATEN KUANTAN SINGIGI**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Dosen Penguji Skripsi Pendidikan Olahraga Guna Untuk
Mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan Setara (S1)*



**YUSLIANTI
NIM : 94547**

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2011**

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul : Studi Tentang Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan
Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri 011 Koto
Taluak Kuantan Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten
Kuantan Singingi

Nama : Yuslianti

NIM : 94547

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

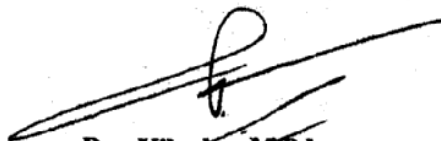
Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Juli 2011

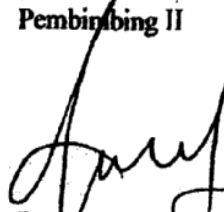
Disetujui Oleh :

Pembimbing I



Drs. Kibadra, M.Pd
NIP. 195701181985301030

Pembimbing II



Drs. Yulifri, M.Pd
NIP. 195907051985031002

Mengetahui :
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Hendri Neldi, M.Kes. AIFO
NIP. 196205021987231002

ABSTRAK

Yuslianti (94547) : Studi Tentang Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan dan Rekreasi di SDN 011 Koto Taluk Kuantan Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singigi.

Masalah dalam penelitian ini adalah kurang terlaksananya pembelajaran penjasorkes di SDN 011 Koto Taluk Kuantan Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singigi, dipengaruhi oleh banyak faktor diantaranya penggunaan media pembelajaran dan metode pembelajaran, sehingga pembelajaran penjasorkes tidak berjalan dengan semestinya. Penelitian ini bertujuan mengungkapkan tentang pelaksanaan pembelajaran penjasorkes di SDN 011 Koto Taluk Kuantan Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singigi yang berkaitan dengan penggunaan media pembelajaran penjasorkes dan metode pembelajaran penjasorkes.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang menggambarkan Studi Tentang Pembelajaran Penjasorkes di SDN 011 Koto Taluk Kuantan Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singigi. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa di SDN 011 Koto Taluk Kuantan Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singigi yang berjumlah 202 orang teknik pengambilan sampel adalah total sampling, yaitu siswa kelas IV dan V. Maka sampel yang di ambil 72 orang siswa pengumpulan data pada penelitian ini adalah dengan penyebaran angket. Data diolah dengan menggunakan tabulasi frekwensi.

Tingkat capai untuk variabel media pembelajaran adalah sebesar 72% sedangkan untuk variabel metode pembelajaran diperoleh tingkat capai sebesar 77% maka dari kedua variabel tersebut pada klasifikasi kategori baik. Dengan demikian guru penjasorkes di SDN 011 Koto Taluk Kuantan Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singigi. Disarankan kepada guru penjasorkes dan siswa lebih meningkatkan proses pembelajaran penjasorkes.

KATA PENGHANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberi rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini dengan judul” **Studi Tentang Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan dan Rekreasi di SDN 011 Koto Taluk Kuantan Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singigi**”. Dalam penulisan dan penyelesaian skripsi ini, peneliti telah berusaha semaksimal mungkin, namun peneliti menyadari bahwa dalam skripsi ini masih ada kekurangan karena masih terbatasnya kemampuan peneliti, baik pengalaman maupun pengetahuan. Untuk itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat diharapkan demi kesempurnaan skripsi ini.

Dalam penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak. Atas bimbingan dan bantuan baik moral maupun material semua pihak yang bersangkutan, peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dekan FIK UNP Dr, Syahrial, B, M, Pd yang telah memberikan dorongan untuk segera menyelesaikan skripsi ini.
2. Drs. Hendri Neldi, M Kes AIFO. Selaku ketua jurusan pendidikan olahraga yang telah memberikan jalan dan semangat untuk melaksanakan penelitian ini.
3. Dosen pembimbing I sekaligus sebagai Penasehat Akademis yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan petunjuk yang sangat membantu dalam penulisan skripsi ini. Dosen pembimbing II, yang telah banyak meluangkan waktu dan fikiran untuk memberikan bimbingan dan pengarahan kepada peneliti dalam penyelesaian skripsi ini.

4. Dosen penguji yang telah bersedia menjadi penguji, memberikan saran dan masukan untuk kesempurnaan skripsi ini.
5. Kepada kedua orang tua saya tidak bosan-bosannya memberikan nasihat kepada saya, sehingga dalam menyelesaikan skripsi ini saya menjadi termotivasi.
6. Bapak dan Ibu staf pengajar dan Karyawan tata usaha pendidikan olahraga.
7. Terima kasih pula kepada sahabat-sahabatku senasib dan seperjuangan yang telah memberikan waktu serta tenaganya dalam penyelesaian skripsi ini. Semoga apa yang telah mereka berikan mendapat pahala dari Allah SWT. Sehingga skripsi ini bermanfaat untuk kemajuan pendidikan dimasa yang akan datang, Khususnya dalam Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Padang, Juni 2011

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL

HALAMAN PERSETUJUAN	i
ABSTRAK	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Pembatasan Masalah	7
D. Perumusan Masalah.....	7
E. Tujuan Penelitian.....	8
F. Kegunaan Hasil Penelitian	8

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian teori	9
1. Pengertian Pendidikan Jasmani	9
2. Pembelajaran Penjasorkes	11
3. Penggunaan Media	15
4. Metode Pembelajaran Penjas	18
B. Kerangka Konseptual	21
C. Pertanyaan Penelitian	22

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis, Waktu dan Tempat Penelitian	21
B. Populasi dan Sampel	21
C. Jenis dan Sumber Data	23
D. Teknik Pengumpulan Data	23
E. Instrumen Penelitian	24
F. Teknik Analisis Data	24

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data	26
B. Analisis Data	26
C. Jawaban Pertanyaan Penelitian	29
D. Pembahasan	30

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	33
B. Saran	33

DAFTAR KEPUSTAKAAN

DAFTAR TABEL

1. Populasi	22
2. Sampel	22
3. Distribusi Media Pembelajaran	27
4. Distribusi Metode Pembelajaran	28

DAFTAR GAMBAR

1. Kerangka Konseptual	22
2. Penggunaan Media Pembelajaran	27
3. Pemanfaatan Metode Pembelajaran	29

DAFTAR LAMPIRAN

1. Angket Penelitian
2. Data Penelitian Media Pembelajaran
3. Data Penelitian Metode pembelajaran
4. Surat Izin Peneltian dari FIK UNP
5. Surat Izin Penelitian dari Sekolah bersangkutan
6. Gambar- gambar kegiatan penelitian

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan berperan penting dalam mencerdaskan kehidupan bangsa demi peningkatan kualitas sumber daya manusia yang bermutu guna menghasilkan manusia yang berkualitas sesuai dengan fungsi dan tujuan pendidikan nasional. Dalam mewujudkan masyarakat yang adil dan makmur pemerintah Indonesia melaksanakan pembangunan di segala bidang, salah satunya pembangunan di bidang pendidikan. Hal ini merupakan kebijakan yang sangat tepat sekali diambil oleh pemerintah, karena pendidikan merupakan unsur yang sangat penting dalam kehidupan manusia.

Dengan pendidikan manusia dapat hidup lebih maju, bahagia, sejahtera dan bermartabat. Kemajuan yang dicapai oleh manusia dalam suatu bangsa sangat tergantung dari mutu pendidikan bangsa tersebut. Apabila mutu pendidikan suatu bangsa itu baik maka manusianya akan memiliki kualitas yang baik pula, sehingga pembangunan dalam segala bidang akan mudah dicapai dengan waktu yang relatif cepat.

Salah satu dari tujuan pembangunan nasional bangsa Indonesia yang terdapat dalam pembukaan UUD 1945 alenia ke 4 yaitu mencerdaskan kehidupan bangsa dengan tujuan meningkatkan sumber daya manusia yang baik dan berkualitas. Untuk mewujudkan pembangunan nasional dibidang pendidikan tersebut pemerintah telah mengeluarkan UU No 20 Tahun 2003 BAB II Pasal 3 tentang sistem pendidikan nasional yang bertujuan sebagai berikut :

“Pendidikan Nasional 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”.

Dari tujuan tersebut menggambarkan bahwa pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (penjasorkes) memegang peranan penting dalam membangun manusia Indonesia seutuhnya. Pendidikan nasional berdasarkan Pancasila yaitu untuk meningkatkan kualitas manusia Indonesia sehat Jasmani dan Rohani. Dalam usaha pengembangan di bidang aspek jasmani dan rohani pemerintah berupaya melalui penyelenggaraan mata pelajaran penjasorkes yang dimuat dalam kurikulum pendidikan nasional.

Sebagai mata pelajaran yang wajib diajarkan di setiap sekolah. Ada banyak alasan tentang perlunya siswa belajar penjasorkes. Sebagaimana dikemukakan dalam kurikulum SD 2004: , yang mengemukakan bahwa:

”Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari system pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berpikir, kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran tindakan moral melalui aktivitas jasmani dan olahraga”.

Selain itu lebih lanjut di dalam kurikulum SD tahun 2004: disebutkan bahwa:

”pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik neoromuskuler, perseptual, kognitif dan emosional dalam kerangka pendidikan nasional.”

Kutipan diatas menggambarkan bahwa betapa pentingnya penjasorkes dalam kehidupan manusia terutama bagi peserta didik didalam

aktivitas kesehariannya. Siswa yang memiliki tingkat kesegaran jasmani yang baik diharapkan dapat memberikan pengaruh yang baik pula bagi siswa tersebut untuk meningkatkan prestasi belajarnya serta didalam berinteraksi dan bersosialisasi dengan masyarakat dilingkungannya. Untuk mewujudkan hal tersebut, maka mutu penjasorkes perlu ditingkatkan.

Dalam Undang-Undang Republik Indonesia No. 14 Tahun 2005 pasal 4 Tentang Guru dan Dosen dijelaskan bahwa "kedudukan guru sebagai tenaga professional sebagaimana dimaksud dalam pasal 2 ayat (1) berfungsi untuk meningkatkan martabat dan peran guru sebagai agen pembelajaran berfungsi untuk meningkatkan mutu pendidikan nasional."

Sesuai dengan kutipan diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa mutu pendidikan sangat dipengaruhi oleh kemampuan dan kinerja guru dalam menyelenggarakan proses pembelajaran sesuai dengan bidang studi yang digelutinya. Dan untuk itu ada beberapa hal yang harus disiapkan oleh seorang tenaga pengajar dalam menjalankan profesinya antara lain : (1) Penyusunan Silabus pembelajaran tahunan atau persemester, (2) Menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (3) Pelaksanaan dalam proses belajar mengajar, (4) Evaluasi. Dan hal ini dipertegas kembali oleh bucher dalam Maidarman (2001:) yaitu:

"Seorang guru atau pelatih yang efisien dan efektif itu haruslah mempunyai: (1) pendidikan yang relevan, (2) merencanakan dan mempersiapkan bahan ajaran, (3) mempunyai kemampuan dalam cabang olahraga yang diajarkan, (4) dapat menggunakan berbagai metode, (5) memanfaatkan fasilitas atau media yang ada, dan (6) melakukan evaluasi setiap pengajarannya".

Keberhasilan pembelajaran penjasorkes akan tergambar pada kemampuan dan keterampilan guru dalam mengaplikasikan semua bentuk materi pelajaran yang sudah dirancang sebelumnya dengan sistematis agar siswa tertarik dan senang melakukan olahraga. Untuk dapat menghasilkan hal tersebut maka perlu adanya metode pembelajaran yang tepat. Salah satu metode pembelajaran yang perlu dan dibutuhkan dalam mata pelajaran Penjasorkes adalah dengan memodifikasi cabang olahraga kedalam permainan kecil yang sesuai dengan perkembangan anak di sekolah dasar. Dengan pembelajaran yang tepat yang sifatnya spesifikasi dan menarik tentunya akan dapat menarik minat dan meningkatkan motivasi siswa untuk mengikuti kegiatan pembelajaran Penjasorkes. Dengan demikian agar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan mencapai hasil yang maksimal, maka pelaksanaan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan disekolah harus dilaksanakan sebaik dan semenarik mungkin.

Guru pendidikan jasmani dan kesehatan di sekolah seharusnya berusaha dengan sebaik mungkin bagaimana agar pembelajaran yang diberikan dilapangan dapat berpengaruh positif terhadap diri siswa. Dalam hal ini pembelajaran tersebut dapat meningkatkan kesegaran jasmani, motivasi, pertumbuhan dan perkembangan fisik, perkembangan intelektual, pembentukan kerjasama sosial dan emosional, prestasi belajar dan kondisi fisik disamping menimbulkan kesenangan, kegembiraan bagi siswa.

Dalam proses pembelajaran Penjasorkes, tidak tercapainya tujuan pembelajarn sering diakibatkan karena latar belakang pendidikan guru yang tidak relevan yang akan berdampak terhadap kemampuan guru dalam

mendesain dan menggunakan metode pembelajaran yang kurang tepat dengan kondisi dan jenis mata pelajaran. Karena metode pembelajaran merupakan salah satu strategi yang sangat mendukung dalam tercapainya tujuan pembelajaran oleh sebab itu metode pembelajaran yang tidak tepat akan menimbulkan kejenuhan dan kebosanan siswa yang berakibat siswa tidak serius dalam belajar dan lebih lanjut hal ini akan berimplikasi kepada tingkat kesegaran jasmani siswa dalam melakukan aktivitas belajar, untuk itu kemampuan dan keprofesionalan seorang guru sangat dituntut sehingga proses belajar dapat telaksana sesuai dengan tujuan penjasorkes dalam rangka meningkatkan kesegaran jasmani siswa.

Seorang guru penjasorkes tidak hanya dituntut untuk memiliki pengetahuan dan wawasan yang luas, tetapi juga sikap mental yang baik yang menjadi suri tauladan bagi peserta didiknya. Salah satunya adalah guru hendaknya memiliki didikasi yang baik dan disiplin yang tinggi, dedikasi dan disiplin yang baik bagi seorang guru sangat dibutuhkan untuk menunjang proses pembelajaran dalam mewujudkan tujuan pendidikan nasional. Namun dalam kenyataannya di lapangan sering kita temukan tingkat disiplin guru yang dapat dikatakan tergolong rendah, dan ini merupakan suatu kendala dalam proses pembelajaran Penjasorkes.

Dari pengamatan yang penulis lakukan, pelaksanaan penjasorkes di SD Negeri 011 Koto Taluk Kuantan Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singigi, pembelajaran penjaorkes masih belum sesuai dengan apa yang semestinya diharapkan. Ini dapat dilihat pada proses pembelajaran dimana penggunaan metode pembelajaran penjasorkes yang cenderung

seadanya tanpa penerapan dari metode dan program pembelajaran yang tepat dan terencana serta sesuai dengan kondisi siswa. Serta latar belakang pendidikan guru yang kurang relevan dimana dari hasil pengamatan sementara di ketahui bahwa, guru penjasorkes yang mengajar masih ada yang dari program khusus, juga ada dari program penataran 15 hari dari guru kelas dan agama mengajar penjasorkes. Kemudian ditambah lagi dengan minimnya keberadaan sarana dan prasarana olahraga yang ada. Keadaan ini akan berdampak pada rendahnya minat dan kurangnya motivasi belajar siswa untuk mengikuti pembelajaran yang diberikan guru, sehingga hasil yang diharapkan dari pembelajaran tersebut tidak tercapai dengan maksimal, baik secara akademik maupun tingkat kesegaran jasmani siswa.

Dari permasalahan tersebut diatas, maka perlu diadakan suatu penelusuran melalui penelitian guna mengetahui sebab-sebabnya serta dapat membantu dalam mencari solusi atau jalan keluarnya, untuk itu penulis mencoba melakukan suatu penelitian mengenai pembelajaran Penjasorkes di SD Negeri 011 Koto Taluk Kuantan Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singigi, maka peneliti akan melakukan suatu penelitian yang berjudul ” *Studi Tentang Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri 011 Koto Taluk Kuantan Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singigi*”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut: faktor yang mempengaruhi tingkat keberhasilan pelaksanaan pembelajaran penjasorkes di SD Negeri 011 Koto

Taluk Kuantan Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singingi sebagai berikut:

1. Kemampuan penggunaan media masih terbatas
2. Minimnya metode pembelajaran yang digunakan dalam proses pembelajaran
3. Kurangnya kemampuan guru penjasorkes dalam mendesain Rencana Pelaksanaan Pembelajaran secara sistematis
4. Rendahnya minat dan motivasi belajar siswa
5. Pengaturan jam pelajaran yang relatif terbatas dengan jumlah materi pelajaran yang terlalu padat
6. Sarana dan prasarana olahraga yang kurang memadai
7. Partisipasi kepala sekolah masih kurang .
8. Latar belakang Pendidikan Guru yang tidak relevan

C. Pembatasan Masalah

Mengingat luasnya ruang lingkup penelitian yang akan dilakukan, keterbatasan waktu dan kemampuan peneliti serta agar penelitian ini lebih terfokus dan terarah, maka penulis membatasi penelitian ini dengan cakupan :

1. Pemanfaatan media pembelajaran
2. Penggunaan metode pembelajaran

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang telah ditetapkan tersebut, maka masalah penelitian dapat dirumuskan kedalam bentuk, Yaitu :

1. Bagaimana pemanfaatan media pembelajaran penjasorkes di SD Negeri 011 Koto Taluk Kuantan Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singigi.
2. Bagaimana penggunaan metode pembelajaran guru penjasorkes di SD Negeri 011 Koto Taluk Kuantan Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singigi.

E. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui bagaimana :

1. Pemanfaatan media dalam pembelajaran penjasorkes di SD Negeri 011 Koto Taluk Kuantan Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singigi.
2. Penggunaan media pembelajaran penjasorkes di SD Negeri 011 Koto Taluk Kuantan Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singigi.
3. Motivasi belajar siswa SD Negeri 011 Koto Taluk Kuantan Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singigi.

F. Kegunaan Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan berguna bagi :

1. Sebagai bahan pertimbangan bagi guru-guru penjasorkes ataupun mahasiswa calon guru penjasorkes.
2. Sebagai masukan bagi kepala sekolah dan guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri 011 Koto Taluk Kuantan Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singigi.

3. Bagi penulis sendiri, sebagai salah satu persyaratan dalam rangka memperoleh gelar sarjana di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
4. Sebagai pertimbangan bagi pihak Fakultas Ilmu Keolahragaan

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Pengertian Penjasorkes

Penjasorkes 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 dan dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar ini diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat.

Penjasorkes perlu dipahami dalam pemahan yang lebih luas bukan hanya dalam kontent semata, sebab jika penjasorkes dipahami secara substansi, maka skripsi yang ada dalam pemikiran kita adalah suatu bentuk kegiatan fisik seperti : berlari, melompat, bermain, ketangkasan, kekuatan dan sebagainya. Namun kita memahami lebih jauh, maka sebenarnya tidak bermanfaat bagi fisik saja juga melainkan juga terhadap perkembangan mental, intelektual, emosional, dan sosial anak. Ini berarti bahwa pendidikan jasmani tidak hanya berorientasi pada aktifitas fisik semata, tatapi luas pada perkembangan manusia seutuhnya. (fisik,mental dan sosial) dalam rangka menyiapkan anak agar dapat berfungsi dengan baik di masyarakat.

Penjasorkes merupakan pendidikan yang dalam melakukan proses pembelajarannya secara langsung melibatkan seluruh komponen yang ada pada anak seperti : Pengalaman, pikiran, perasaan siswa dengan seluruh aspek kepribadian dan perkara dalam mengaktualkan potensinya kedalam realita dan bahkan latihan individu yang asli tersedia yang tepat ialah melakukan pergaulan gerak dan bermain olahraga seperti yang ada dipenjasorkes yaitu situasi pergaulan gerak dan permainan dan tindakan yang nyata.

Lebih dari pada itu penjasorkes adalah proses yang dilakukan untuk mendidik individu atau kelompok yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui kegiatan jasmani yang dilakukan secara intensif menyeluruh yang berkenaan dengan perkembangan dan penggunaan gerak individu yang dilakukan atas kemauan diri sendiri serta bermanfaat dengan reaksi atau respon yang terkait langsung dengan mental, emosi dan sosial,

Peranan penting dalam penjasorkes pembinaan dan perkembangan dalam memantapkan dan pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, sosial yang selaras dan seimbang. Proses pembinaan pendidikan jasmani adalah ekspresi dari semua potensi diri siswa kedalam realitas, karena itu ketika semua melakukan gerakan dan permainan olahraga maka akan dengan mudah dapat dikenali keunggulan dan kelemahannya. Selanjutnya dengan diketahui adanya keunggulan yang terdapat pada diri siswa akan dapat dibina kearah yang lebih optimal sehingga akan dapat diperoleh lulusan SDM yang bermutu tinggi, Sebaliknya adanya kelemahan- kelemahan pada diri siswa seperti perilaku negative curang, agresif, kasar dan lain-lain dalam gerak bermain olahraga dan

bersosialisasi akan dapat diragukan sebagai dasar untuk membina, mengarahkan, membimbing dan mungkin menghukum. Sehingga dapat mengilimir perilaku negative tersebut yang pada akhirnya akan menjadi generasi yang berbudi lihur, patuh terhadap aturan kehidupan bermasyarakat, bebangsa dan bernegara.

2. Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

a. Pengertian Belajar dan Pembelajaran

Belajar merupakan tindakan dan perilaku siswa yang kompleks. Sebagai tindakan, maka belajar hanya dialami oleh siswa sendiri. Siswa adalah penentu terjadinya proses belajar. Menurut Dimiyati dan Mudjiono (2006:7)” proses belajar terjadi berkat siswa memperoleh suatu yang ada di lingkungan sekitar. Lingkungan yang dipelajari oleh siswa berupa keadaan alam, benda-benda, hewan, tumbuh-tumbuhan, manusia, atau hasil yang di jadikan bahan belajar”.

Sesuai dengan kutipan diatas bahwa apapun yang ada disekitar kita basa jadi pelajaran bagi kita serta mahluk hidup disekitar kita yang bisa menjadi objek pelajaran kita. Namun dari sisi pelajaran yang baik itu pun ada pula sisi buruknya yaitu faktor lingkungan yang sanat mudah mempengaruhi anak-anak masa remaja.

Dari sisi siswa sebagai pelaku belajar dan dari sisi guru sebagai pembelajar, dapat ditemukan adanya perbedaan dan persamaan. Hubungan fungsional, dalam arti dalam arti pelaku pendidik dan terdidik. Dan dari segi tujuan yang ingin di capai oleh guru maupun siswa mempunyai tujuan tersendiri. Meskipun demikian, tujuan guru dan siswa dapat dipersatukan

dalam tujuan instruksional, dari segi lama waktu tindakan, tindakan guru mendidik dan mengajar terbatas.

Artinya sesuai lama studi jenjang sekolah, tindakan siswa belajar siswa sepanjang hayat atau sekurang-kurangnya ia terus belajar meski telah lulus sekolah. Dari segi proses belajar dan perkembangan, siswa sendirilah yang mengalami, melakukan, dan menghayatinya. Sebaliknya pendidikan adalah suatu proses interaksi yang bertujuan, interaksi guru dengan siswa yang bertujuan untuk perkembangan mental sehingga menjadi mandiri dan utuh. Secara umum dapat dikatakan bahwa pendidikan merupakan suatu tindakan yang memungkinkan terjadinya belajar. Dengan adanya belajar terjadilah perkembangan jasmani dan mental siswa.

Dalam setiap proses belajar, siswa selalu menampilkan keaktifan. Keaktifan itu beraneka ragam bentuknya. Mulai dari kegiatan fisik yang mudah diamati sampai kegiatan psikis yang sulit untuk diamati. Kegiatan fisik yang mudah diamati contohnya membaca, mendengar, menulis, berlatih ketrampilan dan sebagainya. Contoh kegiatan psikis misalnya menggunakan khazanah pengetahuan yang dimiliki dalam memecahkan masalah yang dihadapi, membandingkan suatu konsep dengan yang lain, menyimpulkan hasil percobaan dan kegiatan psikis yang lain.

Kegiatan pembelajaran yang diselenggarakan oleh setiap guru, selalu bermula dan bermuara pada komponen pembelajaran yang tersurat dalam kurikulum didasarkan pada kenyataan bahwa kegiatan pembelajaran yang diselenggarakan oleh guru merupakan bagian utama dari pendidikan

formal syarat mutlakny adalah adanya kurikulum sebagai pedoman. Dengan demikian, guru dalam merancang pembelajaran akan selalu bepedoman pada kurikulum. Menurut Johnson dalam Dimiyati dan Mudjiono (2006:287)

“Dari mempertentangkan dan memperbandingkan hakikat kurikulum dan pembelajaran dan kurikulum merupakan dua konsep yang tak terpisahkan satu dengan yang lain. Sebagai dua konsep yang tak dibedakan, baik pembelajaran maupun kurikulum dapat berwujud kegiatan. Guru sebagai orang yang berkewajiban merencanakan pembelajaran selalu mengacu kepada komponen-komponen kurikulum yang berlaku”.

Guru sebagai pembelajar mengetahui kondisi, situasi, dan bertanggung jawab atas tercapainya hasil belajar. Pada sisi lain guru juga bertanggung jawab atas keberlakuan penggunaan kurikulum sesuai yang dikatakan dalam BSNP (Badan Standar Nasional Pendidikan) (2006:3) bahwa” kurikulum adalah seperangkat rencana dan pengaturan mengenai tujuan isi dan bahan pelajaran serta cara yang digunakan sebagai pedoman penyelenggaraan kegiatan pembelajaran untuk mencapai tujuan pendidikan tertentu”

Pendekatan pembelajaran dapat berarti anutan pembelajaran yang berusaha meningkatkan kemampuan-kemampuan kognitif efektif, dan psikomotorik siswa dalam pengolahan pesan sehingga tercapai sasaran belajar. Pendekatan pembelajaran dengan pengorganisasian siswa dapat dilakukan dengan pembelajaran secara individual, pembelajaran secara kelompok dan pembelajaran secara klasikal. Pada uraian diatas ketiga

pengorganisasian siswa tersebut tujuan pengajaran, peran guru dan siswa, program pembelajaran dan disiplin belajar berbeda-beda.

b. Pembelajaran Penjasorkes

Pendidikan jasmani memiliki tujuan untuk mengembangkan potensi diri pada peserta didik, hal ini dijelaskan oleh Depdiknas (2004:5) bahwa tujuan pendidikan jasmani adalah :

“1) Meletakkan landasan karakter yang kuat melalui internalisasi nilai dalam pendidikan jasmani, 2) membangun landasan kepribadian yang kuat, sikap cinta dengan sikap sosial dan toleransi dalam konteks kemajemukan budaya, etnis dan agama, 3) menumbuhkan kemampuan berfikir kritis melalui tugas-tugas pembelajaran penjas, 4) mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerja sama, percaya diri dan demokratis melalui aktifitas jasmani, 5) mengembangkan keterampilan gerak, keterampilan teknik dan strategi berbagai permainan olah raga, aktifitas pengembangan, senam, Akuatik, dan pendidikan luar kelas, 6) mengembangkan keterampilan pengolahan diri, dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui aktifitas jasmani, 7) mengembangkan keterampilan untuk keselamatan diri sendiri, dan orang lain, 8) mengetahui dan memahami konsep aktifitas jasmani sebagai informasi untuk mencapai kesehatan dan pola hidup sehat, 9) mampu mengisi waktu luang dengan aktifitas jasmani yang bersifat kreatif”.

Alimunar (2004:18) dalam buku dasar-dasar penjas menjelaskan bahwa dalam pembelajaran pendidikan jasmani harus dapat menyesuaikan kebutuhan siswa dengan bermacam-macam keterampilan gerak yang sesuai dengan hasrat dan keinginannya, gembira serta menyenangkan, kebutuhan akan gerak sesuai dengan masa-masa pertumbuhan siswa. Namun peningkatan kesehatan jasmani dan rasa tanggung jawab terhadap kesehatan pribadi dengan membiasakan cara-cara hidup sehat.

Pembelajaran pada hakekatnya adalah interaksi antara siswa dengan lingkungannya sehingga terjadi perubahan kearah yang lebih baik, tugas guru yang paling utama adalah menyesuaikan dengan lingkungan agar menunjang terjadinya perubahan perilaku bagi siswa, untuk mengarahkan kepada yang lebih baik tersebut tentunya banyak faktor-faktor yang mempengaruhinya. Misalnya dalam pembelajaran, tugas guru yang paling utama adalah mengkondisikan lingkungan agar menunjang terjadinya perubahan perilaku pada peserta didik.

3. Penggunaan Media

a. Pengetian Media

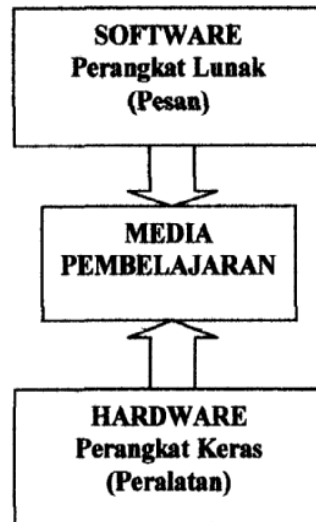
Secara harfiah kata media perantara atau pengantar secara etimologi kata media dari bahasa latin. Yakni *medium* dan bentuk jamak yang maksudnya adalah perantara, dalam kegiatan komunikasi berarti bentuk suatu alat, bentuk menyampaikan informasi pendidikan baik disekolah maupun diluar sekolah. Suatu sarana untuk meningkatkan kegiatan belajar mengajar, mengingat beraneka ragam media dan karakteristiknya maka kita berusaha memilih dengan cermat agar dapat digunakan dengan tepat.

Dalam pembelajaran perlu proses komunikasi, guru berperan sebagai komunikator (*communicator*) yang bertugas menyampaikan pesan/bahan ajar (*messages*) kepada siswa. Siswa dalam hal yang disampaikan guru dapat diterima oleh siswa diperlukan wadah penyalur pesan, yaitu media pembelajaran. Menurut Indrati Kusumaningrum

(2010:61) “dalam kondisi seperti itu maka terjadilah apa yang disebut sebagai komunikasi dua arah (*two way traffic communication*) bahkan komunikasi banyak arah (*multi way traffic cummunication*)”. Peran media sangat diperlukan dalam proses pembelajaran guna lebih meningkatkan keefektifan pencapaian tujuan atau kompetensi. Artinya proses pembelajaran akan terjadi apabila terdapat komunikasi antara penerima pesan dengan sumber/penyalur pesan melalui media tersebut.

Association of Education and Communication Technology (AECT:1977) mengartikan media sebagai segala bentuk yang digunakan untuk penyaluran informasi. *Nasional Education Association* (NEA) mengemukakan bahwa media adalah segala benda yang dibicarakan beserta instrument yang dipergunakan untuk kegiatan tersebut.

Dengan demikian dapat dikatakan telah terjadi proses pembelajaran dan media telah berhasil menyalurkan pesan/bahan ajar apabila terjadi perubahan tingkah laku (*behaviorial change*) pada diri siswa. Dua unsur penting pada media pembelajaran adalah unsur peralatan atau perangkat keras dan unsur pesan yang dibawanya dengan demikian dapat dikatakan bahwa media pembelajaran memerlukan peralatan untuk menyajikan pesan, namun pesan atau informasi belajar yang dibawakan oleh media tersebut merupakan hal terpenting.



Gambar

Gambar Unsur-unsur Media Pembelajaran

Dari bahasan diatas yang dikemukakan dapat disimpulkan bahwa media adalah perangkat keras dan lunak yang berfungsi sebagai alat bantu proses belajar mengajar sehingga dapat merangsang fikiran, perasaan, kemauan, perhatian dan minat siswa.

b. Peranan media dalam proses belajar mengajar

Dengan pentingnya peranan media dalam proses pembelajaran, maka kita tidak dapat lagi menganggap media hanya terbatas sebagai alat bantu yang dapat diabaikan pada sat media tersebut tidak tersedia. Kita harus yakin, bahwa media pembelajaran akan memberikan kontribusi yang sangat besar bagi ketercapaian kopetensi tujuan pembelajaran yang diharapkan.

Menurut Zainal Abidin (1981). Mengatakan bahwa pemilihan media tidak lepas dari konteknya. Maksudnya adalah media pendidikan merupakan komponen dari sistem instruksional secara keseluruhan. Oleh karena itu, selain tujuan hendak dicapai dan materi yang akan dipelajari maka faktor-faktor lain juga perlu diperhatikan dan pertimbangkan dalam pemilihan media seperti 1). Karakteristik siswa 2). Strategi belajar mengajar 3). Organisasi kelompok mengajar 4). Alokasi waktu dan sumber 5). Prosedur penilaian.

4. Metode Pembelajaran Penjasorkes

Dalam proses belajar mengajar murid atau anak didik maupun guru perlu memiliki sikap kemampuan dan ketrampilan yang mendukung proses belajar mengajar untuk mencapai tujuan tertentu panduan kegiatan ini yakni proses pada murid dan mengajar pada guru dapat direalisasikan dalam jenis metode.

Banyak metode mengajar yang dikenal Roetiah dalam hutasuhut (1999:31) mengekemukakan macam metode mengajar secara umum yang meliputi, "1) Metode ceramah 2) metode tanya jawab 3) metode diskusi 4) metode pemberian tugas 5) metode peserta 6) metode demonstrasi 7) metode eksperimen 8) metode sosiodrama 9) metode berkerja kelompok 10) metode proyek 11) metode karya wisata 12) metode fieltrep 13) metode manusia sumber.

Dan setiap metode memiliki kelemahan kelebihan dalam proses belajar mengajar tidak semua metode tersebut cocok digunakan terutama

dalam mengajar pendidikan jasmani oleh karena itu guru harus pandai memilih metode sesuai dengan materi yang diajarkan sehingga tujuan dari pengajaran tercapai. Pada umumnya penggunaan metode dalam mengajar penjasorkes dapat dikelompokkan yang terdiri dari.

1. metode mengajar induktif

metode mengajar induktif menurut Djusma dikutip oleh Hutasuht (1999:29) ” metode mengajar induktif menempatkan kemandirian dari self action pada latar depan dan menerima jalan terbelit-belit (memutar) pada proses belajar “. Sementara itu fetz yang dikutip oleh Hutasuht (1999:29) berpendapat metode induktif sangat sesuai dengan metode sekolah kegiatan peserta didik lebih aktif belajar mandiri sedangkan guru cukup membimbing”. Jadi metode mengajar induktif merupakan suatu metode mengajar dimana konsep kegiatan belajar mengajar harus melalui langkah-langkah seperti yang digambarkan oleh bagan berikut :



Gambar 1 langkah-langkah mengajar metode induktif (Grossing 1983)

Keenam langkah tersebut terlebih dahulu siswa harus tahu dan mengerti menggunakannya, karena memang mereka yang aktif ini bertujuan

agar tujuan pembelajaran dapat tercapai sesuai pada waktunya dengan metode ini efek yang sangat terasa oleh siswa yaitu makin harus aktif dan mengerti. Langkah –langkah yang harus mereka lalui yaitu mulai dari awalan sampai akhir. Tentu saja semestinya mendisain materi pelajaran menjadi demikian menarik sehingga memancing motivasi dan kreatifitas mereka secara optimal.

2. Metode mengajar deduktif

Berbeda dengan metode induktif , dalam penerapannya metode deduktif cenderung memperlihatkan bahwa guru sebagai sumber dari proses pembelajaran artinya guru lebih banyak berperan dan murid hanya cenderung menerima saja apa yang di ajarkan tanpa ada kompromis antara keduanya dan murid harus melakukan apa-apa yang diinstruksikan oleh guru. Berikut kerangka metode belajar deduktif



Gambar II langkah-langkah mengajar metode deduktif (Grossing 1983)

3. Metode Keseluruhan (*metode global*)

Pada metode ini mula-mula tujuan belajar didemostrasikan oleh guru, kemudian melakukan secara keseluruhan yang kemudian diadakan perbaikan secara berangsur-angsur.

4. Metode *Elementer* (metode bagian)

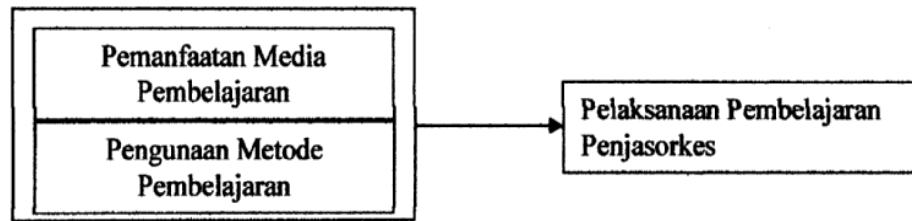
Pertama ketrampilan dibagi atas bagian-bagian gerakan yang berarti dalam proses pembelajaran, bagian-bagian itu dilatih dan kemudian digabung menjadi gerakan keseluruhan.

5. Metode Demonstrasi

Kebaikan dari metode ini adalah 1) Untuk membantu siswa memahami dengan jelas jalanya suatu proses dengan suatu perhatian sebab menarik, 2) memudahkan berbagai jenis penjelasan sebab penggunaan bahasa dapat lebih terbatas, 3) menghindari verbalisme, 4) memberikan ketrampilan tertentu.

B. Kerangka Koseptual

Pendidikan merupakan suatu bentuk tujuan tertentu melibatkan guru, murid dan faktor-faktor penunjang berupa yang mana dalam pendidkan itu terdapat interaksi antara guru dan peserta didik. Untuk terlaksananya proses pembelajaran penjasorkes serta dapat tercapainya tujuan pengajaran, perlu didukung oleh penggunaan media dan metode pembelajaran. Adapun kerangka konseptual dapat digambarkan sebagai berikut:



C. Pertanyaan Penelitian

1. Apakah guru-guru penjasorkes menggunakan media pembelajaran sudah sesuai dengan tujuan pembelajaran?
2. Apakah guru-guru penjasorkes memanfaatkan metode sudah sesuai dengan materi yang akan disajikan ?

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa studi tentang pembelajaran penjasorkes di SDN 011 Koto Taluk Kuantan Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singigi dikategorikan sudah baik. Artinya siswa menilai dan menganggap studi tentang pembelajaran penjasorkes sangat baik dilakukan di SDN 011 Koto Taluk Kuantan Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singigi, studi tentang pembelajaran penjasorkes yang baik ini terlihat dari aspek-aspek yaitu:

1. Studi tentang pembelajaran penjaorkes dalam pepenggunaan media dinyatakan dari 72 orang responden 52 orang (72%) responden menyatakan tercapai dan 20 orang (28%) responden menyatakan masih kurang tercapainya proses pembelajaran dalam hal penggunaan media pembelajaran. Hal ini berarti dapat dikatakan bahwa studi tentang pembelajaran penjasorkes dilaksanakan dalam setiap kegiatan proses belajar mengajar pendidikan jasmani olah raga dan kesehatan termasuk dalam kategori baik, dan dapat dilaksanakan dalam setiap proses belajar mengajar berlangsung. Sasaran yang ingin dicapai meliputi motivasi kognitif, motivasi fisik, perilaku positif, dan kebugaran jasmani siswa sudah baik dan tercapai.
2. Studi tentang pembelajaran penjasorkes dalam metode pembelajaran termasuk dalam kategori baik, dibuktikan dari 72 orang responden 56 orang (77%) responden menyatakan "Ya", dan 16 orang (23%) responden yang

menyatakan “Tidak”. Hal ini berarti bahwa pada umumnya studi tentang pembelajaran penjas orkes terhadap metode pembelajaran sudah baik dan bisa dilaksanakan dalam setiap kegiatan proses belajar mengajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Ini terlihat dari pelaksanaan permainan, peraturan dalam permainan dan kemampuan guru sudah baik

Dengan terlaksananya studi tentang pembelajaran penjasorkes yang semakin baik, maka penggunaan media pembelajaran akan semakin meningkat. studi tentang pembelajaran penjas orkes dalam penggunaan media pembelajaran dapat digunakan dalam setiap kegiatan proses belajar mengajar pendidka jasmani olah raga dan kesehatan supaya siswa lebih tertarik mengikuti pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan ini.

B. Saran

Saran yang dapat dikemukakan, yaitu:

1. Guru–guru penjas hendaknya memberikan studi tentang pembelajaran penjas orkes dalam metode pembelajaran
2. Guru-guru penjas harus memahami dan menguasai tentang metode pembelajaran penjas orkes.
3. Siswa hendaknya selalu melaksanakan olahraga agar kondisi fisik selalu baik, sehingga belajar yang diikuti akan terlaksana dengan/baik. Salah satu cara dengan mengikuti pelajaran penjas orkes melalui metode pembelajaran dan juga penggunaan media pembelajaran.

4. Kepada Kepala sekolah hendaknya memberikan kesempatan kepada guru-guru penjas untuk mengikuti penataran atau pelatihan Proses Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani.
5. Oleh karena penelitian ini masih berskala kecil, diharapkan penelitian lain melakukan penelitian pengembangan sehingga nantinya hasil dari penelitian tersebut memberi masukan bagi sekolah dan guru dan dunia pendidikan untuk menciptakan pembelajaran yang bermutu khususnya pembelajaran penjas orkes

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, Zainal. (1981) *Media Pendidikan IV. Pemilihan dan Penggunaan Media dalam Proses Belajar Mengajar*
- Arikunto (1989). *Prosedur Penelitian*. Jakarta : Rajawali
- Arikunto, Suharsimi (1988), *Penelolaan Kelas dan Siswa Sebuah Pendidikan Evaluatif*. Jakarta : Rajawali Pers.
- _____ (1997), *Dasar-dasar Evaluasi Pendidikan (Edisi Revisi)*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Badan Standar Nasional Pendidikan (2006), *Panduan penyusunan KTSP jenjang Pendidikan Dasar dan Menengah*. Jakarta.BNSP.
- Depdiknas.(2003), *Kurikulum 2004 SMA Pedoman Khusus Pengembangan Silabus dan Penilaian Mata Pelajaran Pendidikan*. Jakarta : Depdiknas Dirjen Pendidikan Dasar dan Menengah Direktorat Pendidikan Umum.
- Dekdiknas.(2004). *Azaz dan Landasan Pendidikan Jasmani*, Jakarta : Depdiknas
- Dimiyati dan Mudjiono(2006), *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta : Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, dan Rineka Cipta.
- Direktur Jendral Pendidikan Tinggi. 2003. *Higher Education Long Term Strategy (HELTS) 2003-2010 Untuk Kalangan Perguruan Tinggi*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional
- Kusumaningrum, Indrati (2010). *Proses Pembelajaran*. Universitas Negeri Padang.
- Maidarman.(2001), *Implementas Evaluasi Kurikulum Pendidikan Jasmani SMU se-Kota Padang*. Padang : FIK UNP (Laporan Penelitian).
- Marjohan dan Prayitno (2010), *Perkembangan Profesi Pendidik*. Padang. Universitas Negeri Padang Kementerian Pendidikan Nasional.
- Satgas Defenisi dan Teknologi AECT. *Definisi Teknologi Pendidikan*, CV Rajawali Jakarta. 1984
- Sudjana, Nana. (1992), *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta : Depdiknas.
- Surakhman dan Winarno. (1985), *Pengantar Penelitian Ilmiah*. Bandung : Transito.