

**TINJAUAN PELAKSANAAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN
JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN MELALUI
PENDEKATAN BERMAIN DI SDN 49/II SENAMAT
KECAMATAN PELEPAT KABUPATEN BUNGO
PROVINSI JAMBI**

SKRIPSI

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



OLEH :

ABDURAHMAN
82618

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

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

**Judul Skripsi : Tinjauan Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani
Olahraga dan Kesehatan Melalui Pendekatan Bermain di
SDN 49/II Senamat Kecamatan Pelepat Kabupaten
Bungo Propinsi Jambi**

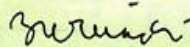
Nama : Abdu Rahman
NIM : 82618
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Februari 2011

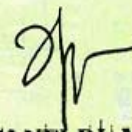
Disetujui Oleh :

Pembimbing I,

Pembimbing II,

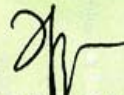


Drs. WILLADI RASYID, M.Pd
NIP. 19591121 198602 1006



Drs. HENDRI NELDI, M.Kes., AIFO
NIP. 19620520 198703 1002

Mengetahui :
Ketua Jurusan PO



Drs. HENDRI NELDI, M.Kes., AIFO
NIP. 19620520 198703 1002

HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

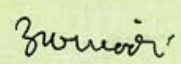
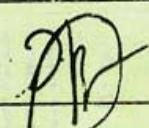
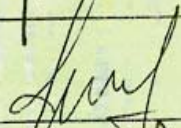
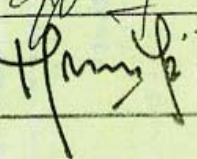
Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

Tinjauan Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan
Kesehatan Melalui Pendekatan Bermain di SDN 49/II Senamat
Kecamatan Pelepat Kabupaten Bungo Propinsi Jambi

Nama : Abdu Rahman
NIM : 82618
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Februari 2011

Tim Penguji

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

ABSTRAK

Abdurahman. 2011: Tinjauan Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Melalui Pendekatan Bermain Di SDN 49/II Senamat Kecamatan Pelepat Kabupaten Bungo

Penelitian ini berawal dari kenyataan di SDN 49/II Senamat Kecamatan Pelepat Kabupaten Bungo tentang pelaksanaan PBM pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan melalui pendekatan bermain. Pelaksanaan PBM pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di Sekolah Dasar/MI harus dilakukan dengan pendekatan bermain. Siswa akan berusaha untuk mempelajari gerak-gerak dasar yang belum pernah dilakukan dengan rasa gembira dan senang. Jika dihubungkan antara kutipan di atas dengan kodrat anak-anak, sangat jelas bahwa ketika masa anak-anak setiap anak sangat membutuhkan bermain sebagai kebutuhan utamanya. Sesuai dengan pedoman pengajaran permainan di Sekolah Dasar yang dikeluarkan oleh Depdiknas (1992), bahwa bermacam-macam kegiatan permainan di Sekolah Dasar sangat berperan terhadap pengembangan fungsi-fungsi otot, syaraf, organ-organ tubuh, kejiwaan, dan kepribadian siswa. Pelaksanaan PBM Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan pendekatan bermain sasarannya adalah siswa yang sedang mengalami perkembangan jiwa dan jasmani yang pesat.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (Penjasorkes) melalui pendekatan di SDN 49/II Senamat Kecamatan Pelepat Kabupaten Bungo. Penelitian ini tergolong kepada jenis penelitian deskriptif yaitu bertujuan untuk mengungkapkan tentang pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (Penjasorkes) melalui pendekatan bermain di SDN 49/II Senamat Kecamatan Pelepat Kabupaten Bungo. Pengambilan sampel penelitian ini dilakukan dengan teknik *purposive stratified random sampling* yaitu dari populasi yang ada diambil semuanya menjadi sampel sebanyak 26 orang.

Dari 26 orang responden maka dapat diperoleh kesimpulan mengenai tingkat capaian pelaksanaan pembelajaran Penjasorkes melalui pendekatan bermain di SDN SDN 49/II Senamat Kecamatan Pelepat Kabupaten Bungo yaitu sebesar 90.4% dan berada pada klasifikasi Sangat Baik. Tingkat capaian faktor minat siswa pada proses pembelajaran Penjasorkes melalui pendekatan bermain di SDN SDN 49/II Senamat Kecamatan Pelepat Kabupaten Bungo yaitu sebesar 92.7% dan berada pada klasifikasi Sangat Baik.

Kata kunci : Pelaksanaan Pembelajaran Penjasorkes Melalui Pendekatan Bermain

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Tinjauan Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Melalui Pendekatan Bermain di SDN 49/II Senamat Kecamatan Pelepat Kabupaten Bungo Propinsi Jambi.”**

Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana pada Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP).

Dalam penyusunan skripsi ini penulis menyadari masih banyak kekurangan, untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca demi kesempurnaan.

Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu melalui ini penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Drs. H. Syahril Bactiar, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.
2. Drs. Hendri Neldi, M.Kes, AIFO selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga

penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.

3. Drs. Willadi Rasyid, M.Pd selaku Pembimbing I dan Drs. Hendri Neldi, M.Kes, AIFO selaku Pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan dan dorongan, semangat, pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti dalam penulisan skripsi ini.
4. Drs. Syafrizal, M.Pd, Drs. Yulifri, M.Pd dan Drs. Madri M, M.Kes, AIFO selaku Tim Penguji yang telah memberikan masukan, saran, motivasi, sumbangan pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti baik dalam penulisan maupun dalam menguji skripsi ini.
5. Seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada penulis selama penulis mengikuti perkuliahan.
6. Buat teman-teman yang senasib dan seperjuangan yang tidak disebutkan namanya satu persatu yang telah memberikan bantuan dan dorongan baik moril maupun materil dalam penyusunan skripsi ini.
7. Kepada kedua orang tua yang telah memberikan dorongan dan do'a sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Akhirnya penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Februari 2011

Penulis

DAFTAR ISI

ABSTRAK

DAFTAR ISI.....	i
-----------------	---

DAFTAR TABEL	iii
--------------------	-----

DAFTAR GAMBAR.....	iv
--------------------	----

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	6
F. Kegunaan Penelitian	6

BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN

A. Kajian Teori	7
1. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.....	7
2. Hakikat PBM Penjasorkes	11
3. Hakikat Bermain	12
4. Materi Pembelajaran Penjasorkes	14
5. Siswa	14
B. Kerangka Konseptual.....	16
C. Pertanyaan Penelitian	17

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	18
B. Subjek Penelitian.....	18
C. Tempat Dan Waktu Penelitian	20
D. Jenis dan Sumber Data	20
E. Instrumen Penelitian	20
F. Teknik Analisa Data.....	21

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	23
1. Verifikasi Data	23
2. Analisis Deskripti.....	23
1. Pelaksanaan Pendekatan Bermain.....	24
2. Minat Siswa.....	26
B. Pembahasan.....	28

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	32
B. Saran.....	32

DAFTAR KEPUSTAKAAN

LAMPIRAN

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Indonesia adalah salah satu negara sedang berkembang yang sedang giat-giatnya melaksanakan pembangunan, pembangunan sekarang ini lebih diarahkan kepada peningkatan kualitas sumber daya manusia agar terbentuknya manusia Indonesia yang berkualitas, terampil, cerdas, berkepribadian serta sehat jasmani dan rohani untuk pembangunan manusia Indonesia seutuhnya.

Dari sekian banyak pembangunan yang dilakukan pemerintah salah satunya adalah pembangunan di bidang pendidikan yang dapat kita lihat dengan adanya fungsi dan tujuan pendidikan nasional yang dinyatakan dalam Undang-Undang RI No 20 (2003 : 7) berbunyi :

“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”

Untuk melaksanakan tujuan Pendidikan Nasional di atas, dapat melalui pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang dilaksanakan di sekolah-sekolah yang dimulai dari tingkat SD, SMP dan SMU. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan. Oleh karena itu, pelaksanaan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan harus diarahkan pada pencapaian tujuan tersebut. Tujuan pendidikan

jasmani olahraga dan kesehatan bukan hanya mengembangkan ranah jasmani, tetapi juga mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui kegiatan aktivitas jasmani dan olah raga.

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan media untuk mendorong perkembangan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional-spritual-dan sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan yang seimbang.

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan memiliki peran yang sangat penting dalam mengintensifkan penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan memberikan kesempatan pada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain, dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis, terarah dan terencana. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina, sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat.

Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan guru harus dapat mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan / olahraga, internalisasi nilai-nilai (sportifitas, jujur kerjasama, dan lain-lain) dari pembiasaan pola hidup sehat. Pelaksanaannya bukan melalui pengajaran konvensional di dalam kelas yang bersifat kajian teoritis, namun melibatkan unsur fisik mental, intelektual, emosional dan sosial. Aktivitas yang

diberikan dalam pengajaran harus mendapatkan sentuhan dikdakdik-metodik, sehingga aktivitas yang dilakukan dapat mencapai tujuan pengajaran. Melalui pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan diharapkan siswa dapat memperoleh berbagai pengalaman untuk mengungkapkan kesan pribadi yang menyenangkan, kreatif, inovatif, terampil, meningkatkan dan memelihara kesegaran jasmani serta pemahaman terhadap gerak manusia.

Dari penjelasan di atas jelaslah bahwa banyak sekali manfaat dari pendidikan jasmani yang sangat bermanfaat bagi seseorang, apabila tujuan dari pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan betul-betul dapat dipahami, dimengerti, dan dilaksanakan dengan baik, terutama bagi siswa.

Selanjutnya di sekolah-sekolah, khususnya Sekolah Dasar/MI, sesuai dengan rambu-rambu standar kompetensi kurikulum 2004. Kegiatan yang harus dilakukan adalah:

“Pembelajaran di SD/MI sebagian besar dikemas dalam bentuk permainan (game) dan tidak diarahkan untuk menguasai cabang olahraga dan permainan tertentu, namun lebih mengutamakan proses perkembangan siswa dari waktu ke waktu. Program Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan lebih berorientasi pada kebutuhan siswa sebagai subyek didik, oleh karena itu, metode yang digunakan menekankan pada aktifitas fisik yang memungkinkan siswa dalam suasana gembira, dapat bereksplorasi menemukan sesuatu secara tidak langsung dan lain-lain”.

Berdasarkan kutipan di atas jelaslah bahwa, pelaksanaan PBM pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di Sekolah Dasar/MI harus dilakukan dengan pendekatan bermain. Siswa akan berusaha untuk mempelajari gerak-gerak dasar yang belum pernah dilakukan dengan rasa gembira dan senang. Jika dihubungkan antara kutipan di atas dengan kodrat anak-anak, sangat jelas bahwa ketika masa anak-anak setiap anak sangat membutuhkan bermain sebagai

kebutuhan utamanya. Seperti yang kita ketahui bahwa kodrat seorang anak adalah bermain.

Sesuai dengan pedoman pengajaran permainan di Sekolah Dasar yang dikeluarkan oleh Depdiknas (1992), bahwa bermacam-macam kegiatan permainan di Sekolah Dasar sangat berperan terhadap pengembangan fungsi-fungsi otot, syaraf, organ-organ tubuh, kejiwaan, dan kepribadian siswa.

Berdasarkan kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa, pelaksanaan PBM Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan pendekatan bermain sasarannya adalah siswa yang sedang mengalami perkembangan jiwa dan jasmani yang pesat.

Namun kenyataan di lapangan, berdasarkan pengamatan peneliti tentang pelaksanaan proses belajar mengajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan melalui pendekatan bermain di SDN 49/II Senamat Kecamatan Pelepat Kabupaten Bungo Provinsi Jambi belum berjalan seperti semestinya dan seperti yang kita harapkan. Hal ini terlihat dalam pelaksanaan PBM Penjasorkes, kurangnya aktifitas anak dalam bergerak.

Melihat kenyataan tersebut, pada kesempatan ini penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul, “Pelaksanaan Proses Belajar Penjasorkes Melalui Pendekatan Bermain di SDN 49/II Senamat Kecamatan Pelepat Kabupaten Bungo Provinsi Jambi”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Pelaksanaan pembelajaran Penjasorkes di SDN 49/II Senamat Kecamatan Pelepat Kabupaten Bungo Provinsi Jambi
2. Guru sebagai pembimbing dan fasilitator
3. Aktifitas siswa dalam PBM
4. Pemahaman siswa tentang Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan
5. Perhatian sekolah terhadap PBM Penjasorkes
6. Pendekatan bermain melalui PBM Penjasorkes

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah, maka penulis membatasi masalah penelitian sebagai berikut :

1. Aktifitas siswa dalam PBM
2. Pendekatan bermain melalui PBM Penjasorkes

D. Rumusan Masalah

Sesuai dengan batasan masalah di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah:

1. Bagaimana aktifitas siswa dalam pembelajaran Penjasorkes melalui pendekatan bermain?

2. Bagaimana pelaksanaan pembelajaran Penjasorkes melalui pendekatan bermain?

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan :

1. Mendeskripsikan aktifitas siswa dalam pembelajaran Penjasorkes melalui pendekatan bermain.
2. Mendeskripsikan pelaksanaan pembelajaran Penjasorkes melalui pendekatan bermain.

F. Kegunaan Penelitian

1. Sebagai salah satu syarat bagi penulis untuk menyelesaikan studi pada program studi Penjasorkes jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Sebagai bahan masukan bagi guru Penjasorkes di Sekolah Dasar/MI dalam pelaksanaan PBM Penjasorkes melalui pendekatan bermain.
3. Sebagai bahan bacaan ilmiah di perpustakaan.

BAB II

TINJAUAN KEPUSTAKAAN

A. Kajian Teori

Kajian teori adalah penjabaran tentang hal-hal yang akan di bicarakan dalam penelitian. Kajian teoritis diperoleh dari penelaahan buku-buku serta sumber bacaan lain yang relevan dengan permasalahan. Telah dijelaskan pada latar belakang masalah bahwa yang menjadi bahasan dalam penelitian ini adalah bagaimana pelaksanaan proses belajar mengajar Penjasorkes dalam pendekatan bermain dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SDN 49/II Senamat Kecamatan Pelepat Kabupaten Bungo Provinsi Jambi. Hal ini sangat bagus melatih kemampuan kognitif, afektif dan psikomotor siswa. Untuk lebih jelasnya dalam bab ini akan dikemukakan masalah yang menjadi sumber bahasan.

1. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan

Penjasorkes adalah suatu proses pembelajaran yang dirancang untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup aktif, dan sikap sportif melalui kegiatan jasmani. Lingkungan belajar diatur secara seksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah, kognitif, afektif dan psikomotor siswa. Pengalaman yang disajikan akan membantu siswa untuk memahami mengapa manusia bergerak dan bagaimana melakukan gerakan secara aman, efisien dan efektif, selain itu pengalaman tersebut dilakukan secara terencana, bertahap dan berkelanjutan agar dapat meningkatkan sikap positif bagi diri sendiri sebagai

pelaku, dan menghargai manfaat aktivitas jasmani bagi peningkatan kualitas hidup seseorang, sehingga akan terbentuk jiwa positif dan gaya hidup aktif.

Selanjutnya Suparman (1994: 9) menerangkan "Kesegaran jasmani adalah suatu aspek fisik dari kesegaran yang menyeluruh (Total fitness) yang memberikan kesanggupan kepada seseorang untuk sanggup menjalankan hidup yang produktif dan dapat menyesuaikan diri pada setiap pembebanan fisik".

Menurut Bucher dalam Perdana (2005 : 11) mengatakan "Pendidikan jasmani adalah bagian yang terpadu dari proses pendidikan yang menyeluruh, bidang sasaran yang diusahakan adalah perkembangan jasmani, mental, emosional dan sosial bagi warga negara yang sehat melalui medium kegiatan jasmaniah"

Berdasarkan kutipan di atas dapat dipahami bahwa penjasorkes merupakan pendidikan yang menyeluruh yang bertujuan untuk memacu perkembangan jasmani, mental, emosi serta sosial setiap individu supaya mampu menjalani kehidupan secara produktif. Kesegaran jasmani yang merupakan cerminan dari kemampuan fungsi sistem-sistem organ dalam tubuh yang dapat mewujudkan suatu peningkatan kualitas hidup dalam setiap aktivitas fisik.

Seseorang yang dalam kondisi sehat dapat mempertahankan diri dari pengaruh luar, karena memiliki tingkat kesegaran jasmani yang baik. Sebagai bidang studi yang lebih menitikberatkan perhatiannya ranah psikomotor, tetapi tetap memperhatikan kognitif dan afektif.

Diknas (2003:3) menjelaskan bahwa, "Bidang studi penjasorkes harus mencakup materi : 1) Kesadaran akan tubuh dan gerakan, keterampilan motorik dasar, 2) Kebugaran jasmani, aktivitas jasmani, seperti gerakan ritmik, permainan

dan tari, aguatik dan senam, 3) Aktivitas pengkondisian tubuh, modifikasi permainan dan olahraga serta keterampilan hidup di alam terbuka, 4) Olahraga perorangan, berpasangan, dan tim, 5) Keterampilan hidup mandiri di alam terbuka dan 6) Gaya hidup aktif dan sikap sportif ".

Dalam mengajar penjasorkes pada prinsipnya mengikuti tiga tahap. Menurut Depdikbud Dalam Ningsih (2005:19) disebutkan bahwa, "1) Latihan pemanasan (warming up) yang bertujuan untuk menyiapkan kondisi fisik siswa dalam menghadapi pelajaran inti baik pernapasan dan peredaran darah serta temperatur suhu tubuh, 2) Latihan inti tujuannya untuk meningkatkan keterampilan. Latihan ini terdiri dari dua bagian yaitu : a. Siswa belajar bentuk gerakan atau latihan yang baru atau mengulang dan memperbaiki gerakan yang belum dikuasai, b. Siswa melakukan gerakan-gerakan yang telah dikenal dan dikuasai, untuk lebih meningkatkan keterampilan dengan hasil yang lebih - cepat dan terkoordinasi, 3) Latihan penenangan tujuannya menyiapkan jasmani dan rohani siswa untuk dapat kembali pulih dan siap melakukan aktivitas lain".

Berpedoman pada keterangan di atas dengan waktu yang tersedia selama satu semester tentu akan dapat merubah pengetahuan, keterampilan dan sikap siswa terhadap mata pelajaran pendidikan jasmani, perubahan itu sudah menjadi kebutuhan bagi siswa dan kehidupannya.

Berdasarkan keterangan para ahli di atas dapat dipahami bahwa, mata pelajaran penjasorkes bukan sekedar mengajarkan keilmuan saja seperti matematika, bahasa dan lainnya yang menekankan pada penguasaan materi saja atau menekankan pada satu ranah saja. Tujuan pembelajaran bidang studi

penjasorkes terlihat sekali keterkaitan antara ranah kognitif, afektif dan psikomotor, sebab dalam pembelajarannya siswa terlihat langsung secara aktif dalam pembelajaran tersebut, sehingga siswa dituntut untuk dapat memahami dan menganalisa tentang materi yang diberikan, pada kondisi seperti inilah terjadi kerja sama antara kognitif, afektif dan psikomotor siswa dan membentuk tujuan bersama yaitu siswa mampu melakukan gerakan-gerakan olahraga serta mampu menerapkannya secara individu dan kelompok. Selanjutnya pada bidang studi penjasorkes selain belajar cabang olahraga siswa juga diajarkan kecakapan hidup seperti cara bertahan hidup di alam bebas, membela diri dari serangan musuh, belajar tentang arti kesehatan disiplin dan hidup mandiri.

Melihat begitu kompleknya muatan yang terkandung dalam mata pelajaran pendidikan jasmani, maka dalam pembelajarannya sering mendapatkan halangan dan rintangan, salah satunya adalah kurangnya minat siswa. Hal ini tentu dipengaruhi oleh banyak faktor baik dari dalam maupun dari luar individu siswa tersebut. Apabila siswa kurang berminat dalam mengikuti bidang studi ini, tentu akan melemahkan motivasi belajar siswa tersebut, sehingga akan mempengaruhi hasil belajar dan pada siswa itu sendiri.

Pada dasarnya peserta didik dalam belajar penjasorkes di samping mempunyai potensi yang dapat dikembangkan juga mempunyai kendala-kendala atas kesulitan sendiri. Agar peserta didik mempunyai motivasi dalam belajar penjasorkes di sekolah, maka guru dituntut untuk memberikan pengetahuan praktis tentang manfaat yang dapat diperoleh melalui kegiatan jasmani, dengan demikian mereka akan sadar terhadap pentingnya arti penjasorkes bagi kehidupan

sekarang maupun di masa yang akan datang

2. Hakikat PBM Penjasorkes

Tugas utama dalam penyelenggaraan pelajaran Penjasorkes adalah membantu siswa dalam proses pertumbuhan, baik itu psikomotor, kognitif dan afektif. Cara terbaik untuk memahami perubahan tersebut adalah menyimak dan mengamati perubahan tersebut. Apakah pengajaran itu mempunyai efek terhadap siswa atau tidak.

Untuk melengkapi uraian tentang hakekat pengajaran mari kita telaah mengenai pengertian tiga hal berikut ini:

a. Pengajaran

Pengajaran adalah perilaku profesional yang ditampilkan oleh guru dalam melaksanakan tugasnya. Tugas itu mencakup berbagai aspek; menyusun, perencanaan, menjelaskan, mendemonstrasikan, mengelola proses dan memberikan umpan balik kepada siswa.

b. Belajar

Belajar adalah perubahan perilaku sebagai hasil dari pengalaman, proses belajar tidak dapat diamati secara langsung, hanya dapat ditafsirkan melalui perilaku nyata yang diamati.

c. Pedagogik

Pedagogik adalah suatu keterampilan untuk mengelola suatu lingkungan yang meningkatkan siswa memperoleh sesuatu. Yaitu perubahan perilaku yang diharapkan dari hasil belajar. Penjelasan kedua faktor ini, perilaku guru dan hasil belajar, merupakan hasil dari pengajaran. Lutan, (2002: 8).

3. Hakekat bermain

Aktifitas bermain merupakan suatu kegiatan yang spontan, yang dilakukan pada lingkungannya yang melibatkan imajinasi, penampilan seluruh perasaan tangan, atau keseluruhan fisik, melalui aktifitas.

Tujuan bermain menurut Gusril (2008: 1, 2, 3) sebagai berikut :

a. Perkembangan Kognitif

Yaitu menambah wawasan bermain dan melatih pola pikir dan memahami permainan.

b. Perkembangan psikomotor

Yaitu supaya sehat, pandai bermain, menyegarkan tubuh, relaksasi otot, mengeluarkan keringat, kelincahan, menambah aktifitas bermain dan terampil dalam bermain.

c. Perkembangan afektif

Yaitu menambah pergaulan, keakraban, beradaptasi, rekreasi dan bekerjasama

Dari uraian diatas jelaslah bahwasanya kegiatan bermain merupakan sebuah kegiatan yang sangat berpengaruh terhadap perkembangan dan pertumbuhan anak. Banyak sekali model permainan yang dapat dilakukan oleh anak dalam proses belajar mengajar Penjasorkes di sekolah salah satunya yaitu : permainan bola tangan, yang dimasukkan kedalam proses belajar mengajar Penjasorkes dan dilaksanakan dalam bentuk telah dimodifikasi agar lebih menarik bagi anak didik, seperti contoh di bawah ini yang mengarah kepada materi Atletik:

I. Pemanasan

Permainan Orang Gila

- a. Salah seorang siswa menjadi orang gila (orang yang mengejar).
- b. Orang yang dikejar boleh berlari kemana saja untuk menghindari orang gila, asalkan tetap di dalam lapangan permainan.
- c. Orang gila (orang yang mengejar) bertugas mengejar dan menangkap orang yang sedang lari.
- d. Jika orang yang berlari dapat tertangkap oleh orang gila (orang yang mengejar), maka orang yang tertangkap tersebut yang akan menjadi orang gila dan gantian mengejar.

II. Kegiatan Inti

Lomba Lari Jarak Pendek

- a. Siswa dibagi dua barisan.
- b. Masing- masing barisan berbaris menurut jalur yang telah ditentukan.
- c. Siswa yang berbaris paling depan mendapat giliran pertama untuk lomba lari, dengan lawannya adalah orang/teman dari barisan di sebelahnya.
- d. Siswa yang terlebih dahulu mencapai garis finish maka dia yang menjadi pemenang.

III. Kegiatan akhir

- a. Koreksi gerak
- b. Penenangan
- c. Penutup

4. Materi Pembelajaran Penjasorkes

Struktur materi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dikembangkan dan disusun suatu rancangan pengalaman pembelajaran yang bermakna. Dan mempertimbangkan beberapa kriteria tertentu yang harus dipenuhi. Menurut Rink (2002) terdapat empat kriteria dalam merancang materi pembelajaran Penjasorkes yaitu :

- a. Pengalaman pembelajaran harus ditujukan untuk meningkatkan kemampuan atau keterampilan pelajaran. Setiap rancangan pengalaman pembelajaran. Misalnya penyusunan pengajaran yang mengikuti prinsip peningkatan bertahap yaitu : dari yang mudah kepada yang sukar.
- b. Pengalaman pembelajaran hendaklah memiliki aktivitas atau waktu latihan yang maksimum, untuk semua pelajar. Pada tahap kemampuan yang sesuai dengan perencanaan, waktu, dan jumlah pelajar.
- c. Pengalaman pembelajaran hendaklah disesuaikan dengan tahap perkembangan semua pelajar.
- d. Pengalaman pembelajaran hendaklah melibatkan aspek kognitif, motorik, dan afektif.

5. Siswa

Dalam suatu wadah pendidikan siswa merupakan faktor pendukung dalam terjadinya proses pembelajaran di sekolah. Kalau dilihat dari sudut pandang tujuan pendidikan dalam proses pembelajaran yang diberikan kepada siswa yaitu merupakan suatu objek yang menjadi prioritas utama, dalam pencapaian tujuan

tersebut yaitu pencapaian prestasi belajar setinggi-tingginya, hal tersebut semuanya tidak lepas dari semua pihak yang mendukung seperti :

- a. Sekolah
- b. Guru
- c. Keluarga

Dari pihak- pihak tersebut dapat menjadikan seorang siswa menjadi seorang yang terpelajar dan terpandang.

Dari kutipan di atas, dapat dikatakan bahwa keberhasilan seorang siswa disebabkan oleh beberapa faktor penunjang. Sehingga semua pencapaian pemberian materi dapat di berikan dengan baik. Selama di Sekolah Dasar, seluruh aspek perkembangan manusia yaitu psikomotor, kognitif dan afektif mengalami banyak perubahan. Siswa SD yang mengalami perubahan dari satu periode ke periode lain yang menyertainya merupakan suatu fenomena yang dihadapi oleh semua Guru diantaranya :

- a. Perkembangan aspek psikomotorik

Rusli Ibrahim (2002) menyatakan bahwa perkembangan dan pertumbuhan yang pesat pada usia sekolah dasar baik fisik maupun mental akan mendorong anak untuk masuk kedalam dunia permainan dan pekerjaan yang membutuhkan keterampilan fisik maupun mental akan mendorong anak untuk masuk kedalam dunia permainan dan pekerjaan yang membutuhkan keterampilan fisik terutama organ otot.

- b. Perkembangan aspek kognitif

Arasso TV (1986) menyatakan bahwa aspek kognitif meliputi fungsi

intelektual seperti pemahaman, pengetahuan, dan keterampilan berfikir. Untuk siswa SD perkembangan kognitif utama adalah formal operasional yang mampu berfikir abstrak dalam mempelajari kemampuan dasar. Selain itu, peningkatan fungsi intelektual, kapabilitas memori dan cara berbahasa serta pengembangan konseptual.

c. Perkembangan aspek afektif

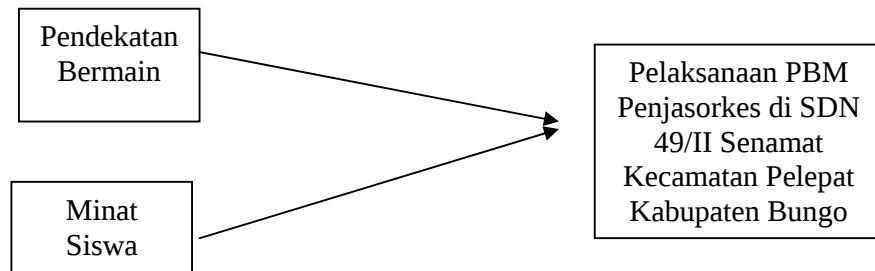
Rusli Ibrahim (2002), ranah efektif menyangkut perasaan, moral dan emosi. Perkembangan afektif siswa SD mencakup proses belajar berperilaku dengan orang lain, dan bersosialisasi. Sebagian besar kebanyakan menirukan model yang diperhatiakannya. Sesuai dengan~ masa pertumbuhan tersebut perlu diperhatikan. Dalam mengikuti pelajaran, kerelaan dan kemauan sendiri dituntut dari murid. Dengan demikian, dalam mengumpulkan latihan dan mengurangi gerakan untuk mencapai perubahan tingkah laku siswa sesuai dengan apa yang diharapkan dapat berlangsung dengan wajar tanpa paksaan.

Siswa harus terlibat aktif dalam proses belajar mengajar Penjasorkes dan menyentuh kepada seluruh aspek baik itu motorik, kognitif, dan afektif yang selalu berkaitan satu sama lain. Yang harus dikembangkan dalam proses belajar mengajar, dan dapat mengantarkan siswa menuju kedewasaannya.

B. Kerangka Konseptual

Agar penelitian ini dapat terarah sesuai dengan tujuan penelitian maka peneliti mencoba untuk membuat skema atau bagan yang dapat menuntun pemikiran peneliti dalam pengungkapan penelitian ini.

Adapun skemanya sebagai berikut :



Gambar 1. Skema Kerangka Konseptual

C. Pertanyaan Penelitian

1. Apakah dilaksanakan pendekatan bermain di dalam PBM Penjasorkes?
2. Apakah siswa berminat mengikuti PBM Penjasorkes melalui pendekatan bermain?

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari hasil dan analisis data dan pembahasan yang telah dikemukakan, penulis mengambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Tingkat capaian pelaksanaan pembelajaran Penjasorkes melalui pendekatan bermain di SDN SDN 49/II Senamat Kecamatan Pelepat Kabupaten Bungo yaitu sebesar 90.4% dan berada pada klasifikasi *Sangat Baik*.
2. Tingkat capaian faktor minat siswa pada proses pembelajaran Penjasorkes melalui pendekatan bermain di SDN SDN 49/II Senamat Kecamatan Pelepat Kabupaten Bungo yaitu sebesar 92.7% dan berada pada klasifikasi *Sangat Baik*.

B. Saran

1. Kepada Kepala Sekolah, agar lebih memberi perhatian tentang pelaksanaan pembelajaran Penjasorkes melalui pendekatan bermain
2. Kepada guru Penjasorkes, dalam pelaksanaan pembelajaran agar menciptakan pelaksanaan pembelajaran yang efektif dan menyenangkan dengan melaksanakan PBM melalui pendekatan bermain.
3. Kepada majelis guru, agar lebih memahami makna dari pelaksanaan pembelajaran Penjasorkes melalui pendekatan bermain yang mana merupakan suatu proses pembelajaran menyeluruh dan menyentuh semua

aspek pertumbuhan dan perkembangan anak didik. Pelajaran Penjasorkes ini tidak kalah pentingnya dari mata pelajaran lain.

DAFTAR KEPUSTAKAAN

- A. Muri, Yusuf. 2005. *Metodologi Penelitian*. Padang: UNP Press.
- Araso, T.V. 1986. *Teori Gerak*. Jakarta: UNJ.
- Depdiknas. 2003. *Kurikulum 2004. Standar Kompetensi Mata Pelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan SD/MI*. Jakarta: Depdiknas.
- Depdiknas. 2003. *Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta: Depdiknas.
- Depdiknas. 2007. *Buku Panduan Penulisan Tugas Akhir/Skripsi Universitas Negeri Padang*. Padang: UNP Press.
- Diknas (2003). *Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta. Diknas.
- Gusril. 2008. *Potensi Aktifitas Bermain Salah Satu Alternatif Materi Penjasorkes*. FIK: UNP
- M. Subana. 2001. *Dasar-dasar Penelitian Ilmiah*. Bandung: Pustaka Setia.
- Nana, Sudjana. 1989. *Metode Statistika*. Bandung: Transito.
- Ningsih, Rika Waskar. (2005). *Tinjauan Hasil Belajar Metoda Induktif dan Deduktif Dalam Mata Pelajaran Penjas di SMPN 15 Padang (Skripsi)*. Padang. FIK UNP.
- Perdana, Riko. 2005. *Persepsi Guru Penjas Terhadap Kurikulum Berbasis Kompetensi Pada SMKN di Kota Padang (Skripsi)*. Padang. FIK UNP
- Rink, J.E. 2002. *Teaching Physical Education For Learning (4 Thed) Dubugue 1A. Grawhill. (di dalam Syahrial Bakhtiar)*
- Rusli, Ibrahim. 2002. *Landasan Psikologis Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan Disekolah Dasar*. Jakarta: Depdiknas.
- Suharsimi, Arikunto. 1992. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suparman. (1994). *Pendidikan Kesegaran Jasmani - Jilid 2*. Jakarta. Bhratara.
- Wayan, Nurkancana. 1993. *Pemahaman Individu*. Surabaya: Usaha Nasional.