

**TINJAUAN TENTANG PEMBELAJARAN
PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN
DI GUGUS IV SD NEGERI KECAMATAN PANTI
KABUPATEN PASAMAN**

SKRIPSI

**Diajukan untuk memenuhi sebagai persyaratan dalam mendapatkan
gelar sarjana pendidikan olahraga Srata I (S1)**



Oleh

RIZAL HARDI

10289

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2010**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

**TINJAUAN TENTANG PEMBELAJARAN
PENDIDIKAN JASMANI OLAAHRAGA DAN KESEHATAN
DI GUGUS IV SD NEGERI KECAMATAN PANTI
KABUPATEN PASAMAN**

Nama : Rizal Hardi
NIM : 10289
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Desember 2010

Pembimbing I

Pembimbing II

Drs. SYAFRIZAR, M.Pd
Nip. 19600919 198703 1 003

Drs. HENDRI NELDI, M.Kes.AIFO
Nip. 19620520 198703 1 002

Mengetahui :
Ketua Jurusan

Drs. HENDRI NELDI, M.Kes.AIFO
Nip. 19620520 198703 1 002

HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan tim penguji skripsi
Jurusan Pendidikan Olahraga FIK UNP

TINJAUAN TENTANG PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLARAHAGA DAN KESEHATAN DI GUGUS IV SD NEGERI KECAMATAN PANTI KABUPATEN PASAMAN

Nama : Rizal Hardi
NIM : 10289
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Desember 2010

Tim Penguji:

1. Ketua : Drs. Syafrizar, M.Pd. _____

2. Sekretaris : Drs. Hendri Neldi, M.Kes., AIFO. _____

3. Anggota : Drs. H. Arsil, M.Pd. _____

Drs. Madri M, M.Kes., AIFO. _____

Drs. Yulifri, M.Pd . _____

ABSTRAK

Tinjauan tentang Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di Gugus IV SD Negeri Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman.

OLEH: Rizal Hardi. /2011

Berdasarkan pengamatan yang dilakukan di beberapa Sekolah Dasar Negeri Gugus IV Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman diperoleh gambaran belum maksimalnya pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes). Indikasinya adalah umumnya siswa kurang menguasai gerak dan kurangnya minat siswa saat pembelajaran Penjasorkes. Fenomena ini diduga berkaitan dengan beberapa aspek pembelajaran, seperti perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi pembelajaran Penjasorkes. Tujuan penelitian adalah untuk mengungkapkan: (1) perencanaan pembelajaran Penjasorkes di Gugus IV Kecamatan Panti Kabupaten; (2) pelaksanaan pembelajaran Penjasorkes di Gugus IV Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman; dan (3) evaluasi pembelajaran Penjasorkes di Gugus IV Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman. Populasi penelitian ini adalah kepala SD Negeri di Gugus IV Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman dengan jumlah 7 orang. Karena jumlah anggota populasi kurang dari 100, semua anggota populasi langsung dijadikan sebagai sampel penelitian (*total sampling*).

Data penelitian dikumpulkan dengan angket model skala Likert dengan lima alternative jawaban (sangat setuju, setuju, kurang setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju). Jumlah pernyataan untuk aspek perencanaan pembelajaran 18 butir, pelaksanaan pembelajaran 18 butir, dan evaluasi pembelajaran 14 butir. Total pernyataan pada angket 50 butir. Sebaran jawaban responden pada setiap alternatif jawaban dianalisis dengan teknik persentase.

Berdasarkan hasil analisis data diperoleh informasi pembelajaran Penjasorkes di Gugus IV SD Negeri Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman. Berdasarkan jawaban responden pada skor 5 dan 4, persentase jawaban responden pada perencanaan pembelajaran adalah 56,35% (cukup baik), pelaksanaan pembelajaran 57,15% (cukup baik), dan evaluasi pembelajaran 48,98% (cukup baik). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran Penjasorkes di Gugus IV SD Negeri Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman berada pada kategori cukup baik.

Kata kunci: pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji dan syukur kepada Allah Swt, atas rahmat dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul *"Tinjauan Tentang Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Gugus IV SD Negeri Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman"*.

Selesainya pelaksanaan dan penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari arahan dan bimbingan dari dosen pembimbing. Untuk itu, ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada:

1. Drs. Syafrizar, M.Pd. dan Drs. Hendri Neldi, M.Kes., AIFO., selaku pembimbing I dan II;
2. Drs. H. Arsil, M.Pd., Drs. Madri M, M.Kes., AIFO., dan Drs. Yulifri, M.Pd., selaku anggota penguji;
3. Ayahanda dan Ibunda yang telah membesarkan dan mendidik penulis sejak dari kandungan sampai dewasa;
4. Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi beserta staf pengajar maupun pihak tata usaha;
5. Yunizar Mansur, S.Pd., selaku Kepala UPTD Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman;
6. Kepala SD Negeri di Gugus IV Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman yang telah bersedia mengisi angket penelitian ini;
7. istri dan anak-anakku yang telah banyak berkorban selama penulis mengikuti perkuliahan dan penyelesaian penelitian ini;
8. teman-teman sejawat yang ikut memberikan berbagai saran dan meminjamkan berbagai bahan yang diperlukan.

Semoga temuan penelitian yang dituliskan dalam skripsi ini bermanfaat dalam pengembangan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Semua bantuan yang telah diberikan hendaknya mendapatkan balasan pahala dari Allah Swt. Amin.

Panti, Desember 2010
Penulis

DAFTAR ISI

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

BAB I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah	4
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	6

BAB II. TINJAUAN KEPUSTAKAAN

A. Kajian Teori	
1. Pendidikan Jasmani	7
2. Perencanaan Pembelajaran	10
3. Pelaksanaan Pembelajaran	12
4. Evaluasi Pembelajaran	24
B. Kerangka Konseptual	26
C. Pertanyaan Penelitian	27

BAB III. METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis, Tempat dan Waktu Penelitian	28
B. Populasi dan Sampel	28

C. Jenis dan Sumber Data	30
D. Teknik dan Alat Pengumpulan Data	30
E. Teknik Analisa Data	32
 BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	34
1. Perencanaan Pembelajaran	34
2. Pelaksanaan Pembelajaran	36
3. Evaluasi Pembelajaran	37
B. Pembahasan	39
C. Keterbatasan Penelitian	41
 BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	42
B. Saran	42
 DAFTAR PUSTAKA	44
LAMPIRAN	

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Maju mundurnya pendidikan dipengaruhi oleh perkembangan dan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi yang dewasa ini mempunyai dampak yang nyata pada kebutuhan akan pentingnya pendidikan bagi bangsa Indonesia. Tanpa adanya pendidikan, manusia akan terus berada dalam kebodohan dan keterbelakangan. Pendidikan mampu mengubah manusia dari ketidakberdayaan menjadi manusia yang tangguh, memiliki pengetahuan, keterampilan, semangat, harga diri, dan mengajarkan bagaimana cara berpikir dan memecahkan masalah serta kemampuan untuk mengembangkan diri secara optimal menuju masa depan yang lebih baik dan lebih cerah.

Mengingat pentingnya pendidikan dalam mencerdaskan kehidupan bangsa, pemerintah berusaha memberikan kesempatan kepada seluruh warga negara untuk mendapatkan pendidikan dan pengajaran yang layak. Hal ini telah dituangkan dalam pasal 31 ayat 1 UUD 1945, yakni:

“1. Tiap-tiap warga negara berhak mendapatkan pendidikan dan pengajaran. 2. Pemerintah mengusahakan suatu sistem pengajaran nasional yang diatur dengan undang-undang. Pernyataan diatas menunjukkan betapa besarnya perhatian pemerintah terhadap pendidikan.”

Mengenai sistem pendidikan, pemerintah juga menetapkan dalam Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 yang menjelaskan tentang tujuan Pendidikan Nasional, sebagai berikut:

“Pendidikan Nasional bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab “

Dari pernyataan di atas dapat dipahami bahwa pendidikan memiliki peranan penting dalam kehidupan bangsa. Maka dari itu pemerintah telah sengaja mendirikan lembaga pendidikan yang dapat diperoleh masyarakat melalui jalur formal, informal dan non formal. Sekolah merupakan pendidikan formal dalam lingkungan pendidikan, yang dilaksanakan secara teratur, sistematis, mempunyai jenjang dan dibagi dalam waktu-waktu tertentu, yang berlangsung dari taman kanak-kanak sampai perghuruan tinggi.

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat dinyatakan beratnya tugas dan tanggung jawab yang harus dipikul oleh dunia pendidikan. Agar pendidikan itu berjalan seperti yang diharapkan, salah satu usaha untuk membantu dalam menyelesaikan, menginterpretasikan, perkembangan fisik, mental, emosional, sosial dan kerja sama setiap individu secara optimal adalah dengan melakukan pendidikan jasmani. Dari sekian banyak mata pelajaran yang diajarkan di sekolah salah satunya adalah Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (Penjasorkes). Mata pelajaran Penjasorkes merupakan salah satu mata pelajaran wajib yang diajarkan dan dipelajari siswa mulai, dari sekolah dasar sampai sekolah menengah atas.

Namun, proses pembelajaran Penjasorkes masih belum berjalan sebagaimana mestinya, padahal dengan belajar akan membawa suatu perubahan pada individu yang belajar kepada yang lebih baik. Keberhasilan belajar itu

sangat tergantung keaktifan siswa yang bersangkutan dalam mengikuti pembelajaran. Dalam proses belajar mengajar siswa perlu mengalami, merasakan apa yang telah diajarkan oleh gurunya. Hal ini juga dikemukakan oleh Droch yang dikutip Asril (1995) yang mengemukakan bahwa :

“Belajar yang baik adalah mengalami dan mengalami, siswa menggunakan panca indra, sesuai dengan realita dan kenyataan yang diamati selama ini, baik di lapangan maupun di lokal. Terhadap pelaksanaan pembelajaran penjas ternyata para siswa kurang menguasai teknik dasar pada olah raga permainan yang telah diajarkan. “

Kenyataan yang ada proses pembelajaran Penjasorkes di Gugus IV SD Negeri Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman kurang terlaksana dengan baik, hal ini dibuktikan dengan masih kurangnya siswa menguasai gerak, keadaan inilah membuat hasil belajar siswa menjadi rendah. Keterampilan gerak yang rendah perlu mendapat perhatian, sebab keterampilan gerak yang rendah akan menyebabkan mereka kurang senang bermain (berolahraga), mereka kurang gerak dan berarti mereka tidak memminatinya. Bila seseorang tidak mempunyai minat yang tinggi terhadap pembelajaran penjas, belum tentu keterampilan atau hasilnya membaik. Bila masalah ini dibiarkan tentu akan berakibat kurang baik terhadap perkembangan kognitif, emosional serta pelaksanaan pengajaran terhadap pembelajaran penjas menjadi rendah.

Atas realita yang terjadi di lapangan, maka penelitian ini dirasa sangat penting untuk mengetahui tingkat sejauh mana pelaksanaan pelajaran pendidikan jasmani. Oleh sebab itu, peneliti ingin meneliti dengan judul *“Tinjauan tentang Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Gugus IV SD Negeri Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman”*. Untuk itu akan dicoba

diungkapkan melalui penelitian ini untuk kemajuan pendidikan di masa yang akan datang.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka identifikasi masalah dalam penelitian sebagai berikut :

1. Peran guru terhadap pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan
2. Sarana dan Prasarana yang memadai
3. Perencanaan pembelajaran
4. Pelaksanaan Pengajaran
5. Evaluasi pembelajaran
6. Materi yang diajarkan
7. Metoda yang digunakan
8. Situasi dan kondisi sekolah
9. Dukungan orang tua
10. Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani

C. Pembatasan Masalah

Mengingat banyaknya faktor yang mempengaruhi kurang terlaksananya pendidikan jasmani di sekolah, maka perlu adanya pembatasan masalah. Pembatasan masalah ini dilakukan atas beberapa pertimbangan sehingga memungkinkan tercapainya tujuan penelitian ini, pertimbangan itu antara lain : mengingat keterbatasan waktu, tenaga dan biaya. Maka dalam penelien ini hanya peneliti hanya membahas bagaimana pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga

dan Kesehatan di Gugus IV SD Negeri Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman, yang dilihat dari tiga aspek berikut ini :

1. perencanaan pembelajaran
2. pelaksanaan pembelajaran
3. evaluasi pembelajaran

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi dan pembatasan masalah di atas, maka secara umum rumusan masalah dalam penelitian ini adalah : *Bagaimanakah Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Gugus IV SD Negeri Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman?*

Secara khusus, rumusan masalah penelitian ini sebagai berikut :

1. Bagaimanakah perencanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Gugus IV SD Negeri Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman?
2. Bagaimanakah pelaksanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Gugus IV SD Negeri Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman?
3. Bagaimanakah evaluasi pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Gugus IV SD Negeri Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman?

E. Tujuan Penelitian

Penelitian bertujuan untuk mengungkapkan dan mendapatkan informasi mengenai :

1. Perencanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Gugus IV SD Negeri Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman.

2. Pelaksanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Gugus IV SD Negeri Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman.
3. Evaluasi pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Gugus IV SD Negeri Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi berbagai pihak, sebagai berikut:

1. Sebagai informasi, pertimbangan dan bahan masukan bagi guru Penjasorkes di Gugus IV SD Negeri Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman dalam proses belajar mengajar.
2. Sebagai masukan bagi Kepala Sekolah dalam membina guru Pendidikan Jasmani di sekolah yang dipimpinnya.
3. Untuk menambah khasanah ilmu pengetahuan bagi Penulis terutama dalam hal penelitian dan sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana di Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP Padang.
4. Sebagai tambahan literatur bagi perpustakaan FIK-UNP Padang.

BAB II

TINJAUAN KEPUSTAKAAN

A. Kajian Teori

1. Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani merupakan salah satu aspek kepribadian yang sangat berpengaruh pada tingkah laku seseorang dalam kegiatan apapun. Selain itu pendidikan jasmani juga merupakan suatu aspek psikis manusia dalam memandang senang atau tidaknya terhadap suatu peristiwa atau objek tertentu yang menyenangkan akan timbul minat dan akhirnya manusia akan berusaha mendekatinya.

Dalam *Kamus Bahasa Indonesia* (Depdiknas, 2005) dinyatakan bahwa pendidikan jasmani adalah keinginan, perhatian, kesukaan atau kecendrungan hati terhadap sesuatu. Dalam psikologi umum dijelaskan bahwa pendidikan jasmani adalah kesadaran kepada suatu objek, suatu masalah atau situasi yang mengandung sangkut paut dengan dirinya. Untuk memperoleh gambaran yang jelas dan pengertian yang sempurna mengenai pendidikan jasmani dapat kita lihat pendapat para ahli berikut, Menurut Wingkel dalam Zalpendi (1993:13) mengemukakan : “Pendidikan Jasmani adalah kecendrungan yang menetap dalam subjek untuk merasa tertarik pada bidang dan hal tertentu dan merasa senang berkecimpung dalam bidang itu”. Artinya pendidikan jasmani hendaknya mampu memberikan kesenangan siswa untuk mengikutinya dengan penuh minat.

Pelaksanaan pendidikan jasmani seseorang terhadap sesuatu objek akan kelihatan melalui cara seseorang bertindak, memperhatikan dan melakukan

kegiatan yang berhubungan dengan objek tertentu. Slameto (1995:74) juga mengatakan “Pendidikan jasmani adalah kecendrungan yang tetap untuk memperhatikan dan mengenang berbagai kegiatan yang disukai secara terus menerus dan disertai rasa senang”. Biasanya objek tertentu yang menyenangkan timbul minat dan akhirnya manusia akan berusaha untuk mendekatinya, menghayati dan rasa memilikinya. Kecendrungan seperti ini yang disebut dengan minat, sebagaimana yang dikemukakan oleh A. Muri Yusuf (1986:87) “Pendidikan jasmani merupakan sifat individu dalam hubungannya dengan objek-objek tertentu atau dapat juga dikatakan pendidikan jasmani menunjukkan suatu jenis pengalaman, perasaan yang dihubungkan dengan objek atau tindakan”.

Menurut Sukersi dalam Zurfiyati (2000:18) mengatakan bahwa “Pendidikan jasmani adalah suatu perangkat mental yang terdiri dari kombinasi perpaduan dan campuran dari perasaan dan harap, prasangka, cemas, takut dan kecendrungan-kecendrungan lainnya yang bisa mengarahkan individu kepada suatu pilihan tertentu”. Pengertian diatas memberikan gambaran bahwa pendidikan jasmani merupakan kombinasi dari berbagai aspek perangkat mental walaupun pada pengertian ini tidak dijelaskan secara rinci. Namun kombinasi seperangkat mental tersebut dapat mengarahkan seseorang pada suatu pilihan, pilihan itu dapat berupa suatu objek atau kegiatan tertentu.

Alnedra (1991:156) mengemukakan bahwa “Pendidikan jasmani adalah suatu aspek psikis seseorang yang mendorong untuk bertindak menyenangkan, mempersoalkan, berbuat, menanggapi, menerima suatu objek atau mengaktifitas. Pendidikan jasmani seseorang dapat dilihat perhatian, kemauan, keinginan,

kesenangan dan tingkah lakunya terhadap suatu objek tertentu”. Selanjutnya Walgito dalam Asril (1995:11) juga menyatakan bahwa “Pendidikan jasmani adalah suatu keadaan dimana seseorang mempunyai perhatian terhadap suatu objek dan disertai dengan keinginan untuk mempelajarinya”. Dari beberapa uraian diatas dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani adalah suatu aspek psikis seseorang untuk bertindak, menyenangkan, mempersoalkan, berbuat, menanggapi, menerima atau menolak suatu objek atau aktifitas.

Pendidikan jasmani seseorang dapat dilihat dari perhatian, kemauan, keinginan, kesenangan perilaku terhadap suatu objek tertentu. Pendidikan jasmani merupakan faktor psikologis manusia yang berpengaruh besar terhadap proses hasil belajar. Minat terhadap belajar akan membentuk sikap akademik tertentu yang bersifat pribadi (individu), perlu menumbuhkannya sendiri, sedangkan pihak lain hanya memperkuat pertumbuhan pendidikan jasmani atau memelihara minat yang telah dimiliki individu bersangkutan.

Apabila seseorang dalam mempelajari sesuatu dalam hal ini mata pelajaran pendidikan jasmani, maka hasilnya belajarnya tidak akan baik begitu juga sebaliknya. Gie (1983:12) menyatakan bahwa “suatu mata pelajaran hanya dapat dipelajari dengan baik apabila sipelajar dapat memusatkan perhatian pada pelajaran itu. Dan pendidikan jasmani merupakan salah satu faktor yang memungkinkan konsentrasi itu”. Maka dari itu pendidikan jasmani dirasa perlu untuk diperhatikan agar tercapai hasil belajar yang lebih baik, karena pendidikan jasmani itu merupakan faktor yang sangat penting dalam menuju keberhasilan

seseorang untuk melakukan kegiatan atau aktifitas dengan penuh kesungguhan dan semangat.

Dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani salah satu yang mempengaruhi keberhasilan tersebut adalah pelaksanaan pendidikan jasmani dari siswa itu sendiri. Dalam penulisan ini akan dilihat pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Gugus IV SD Negeri Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman.

2. Perencanaan Pembelajaran

Perencanaan pembelajaran merupakan suatu persiapan dalam melakukan proses belajar mengajar. Menurut Izarut dalam Syamsir Aziz (1992:3) “perencanaan adalah persiapan yang teratur dan setiap usaha untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan”.

Philip Combs dalam Harjanto (1997:7) mengatakan bahwa “perencanaan pengajaran adalah suatu penerapan yang rasional dari analisis sistematis proses perkembangan pendidikan dengan tujuan agar pendidikan itu lebih efektif dan efisien sesuai dengan kebutuhan para murid dan masyarakat”.

a. Program Tahunan

Program tahunan merupakan program pembelajaran yang telah dirancang guru untuk satu tahun pelajaran. Program tahunan ini berisi standar kompetensi dan kompetensi dasar yang akan dicapai oleh guru. Sebagai pedoman, formatnya seperti Tabel 1 di berikut ini :

Tabel 1. Contoh Format Program Tahunan

Kls	Semester	Standar Kompetensi	Kompetensi Dasar
1	1	2. Mendemonstrasikan sikap tubuh dalam berbagai posisi. dst.	2.1. Mendemonstrasikan sikap tubuh dalam posisi berdiri. 2.2. Mendemonstrasikan sikap tubuh dalam posisi berjalan. dst.

b. Program Semester

Program semester berisi garis-garis besar yang akan dilaksanakan dan dicapai pada semester yang bersangkutan. Program semester berisi penjabaran dari program tahunan dimana pada program semester tergambar operasional tindakan yang akan dilakukan oleh guru dan peserta didik.

c. Silabus dan Sistem Penilaian

Silabus disusun berdasarkan uraian yang ada pada program tahunan dan program semester. Prinsip penyusunannya berorientasi pada pencapaian kompetensi dasar.

d. Program Pengayaan dan Perbaikan

Program ini dilaksanakan setelah melihat hasil yang dicapai siswa. Bagi siswa yang belum tuntas menyerap materi ajar diberikan perbaikan. Sedangkan bagi siswa yang tuntas dapat melaksanakan materi pengayaan. Tindakan perbaikan dan pengayaan ini perlu disusun dalam suatu program yang jelas dan terjadwal.

3. Pelaksanaan Pembelajaran

Pembelajaran Penjasorkes hendaklah dilakukan secara formal dan dengan tujuan yang jelas, yaitu mencapai tujuan Pendidikan Nasional sesuai dengan kurikulum yang telah disusun sebelumnya. Dan dapat juga kita lihat tujuan masing-masing dari olahraga tersebut, sesuai yang dikemukakan oleh Moehammad Sajoto dalam Asril (1995:108) bahwa : “Empat dasar tujuan olah raga yaitu rekreasi, pendidikan, kesegaran jasmani dan prestasi”.

Melihat konsep diatas bila dihubungkan dengan pelaksanaan, maka seseorang cenderung melakukan olah raga rekreasi, karena olah raga ini dilakukan dengan penuh kegembiraan, santai dan tidak formal. Dalam proses belajar mengajar, pelaksanaan siswa sangat berperan sekali dalam pencapaian tujuan pembelajaran. Hal ini sesuai dengan pendapat Efendi (1985:122) “Belajar pendidikan jasmani akan lebih baik daripada tanpa minat”. Dari uraian di atas jelaslah bahwa untuk mencapai tujuan dalam proses belajar mengajar juga tergantung pada pendidikan jasmani siswa. Karena siswa yang berminat akan mudah mengerti dengan apa yang akan diajarkan.

Untuk menumbuhkan kesenangan dalam berolah raga pendidikan ini, perlu ditumbuhkan suatu objek yang menarik dalam proses pembelajaran. Hal ini sesuai dengan pendapat Skinner dalam Asril (1995:10) menyatakan bahwa “Kesenangan merupakan motif yang menunjukkan arah perhatian individu terhadap objek yang menarik dan menyenangkan”.

Wood Worth and Marguis dalam Erizon (1991:11) menyatakan “Apabila seseorang menaruh kesenangan terhadap sesuatu maka minatnya menjadi

pendorong yang kuat untuk berhubungan secara aktif dengan suatu yang menarik”. Dari kutipan di atas menyatakan bahwa kesenangan akan menjadi pendorong atau kemampuan bagi seseorang untuk melakukan suatu perbuatan atau tindakan yang dianggapnya ada sangkut paut dengan dirinya. Menurut Loekmono dalam Benny (2006:16) mengemukakan ada beberapa hal yang bisa dilakukan siswa untuk menumbuhkan kesenangan terhadap bidang studi sebagai berikut”

“a. Berusaha memperoleh informasi tentang bidang studi atau mata pelajaran tersebut, b. Melakukan kegiatan-kegiatan yang berhubungan dengan bidang studi atau pelajaran, c. Setiap siswa hendaknya tampak dan berbuat seakan-akan sungguh berminat, ini bukanlah penipuan diri melainkan suatu latihan yang berharga untuk menumbuhkan minat”.

Hal ini juga sesuai dengan pendapat Shadely dalam Zalpendi (1993:13) mengemukakan bahwa “Seseorang yang meminati sesuatu maka ia dengan kesabaran jiwa akan menerima yang datang dari luar dirinya, dia akan memberikan keinginan, perhatian pada sesuatu yang diminatinya tersebut sehingga kegiatan yang dilakukan terarah”. Surya Brata dalam Almen (2006:14) juga menyatakan “Bila seseorang senang terhadap suatu objek, maka orang tersebut memutuskan tenaga psikisnya pada objek tersebut”. Di samping perhatian perasaan juga merupakan salah satu faktor psikis yang berpengaruh terhadap semangat seseorang untuk mengikuti suatu kegiatan dengan perasaan.

Menurut Pasaribu dan Simanjuntak yang dikutip Zainal Johor (1991:11) mengemukakan azas belajar yang berkaitan erat dengan minat diantaranya :

“Belajar lebih berhasil bila dihubungkan dengan minat, keinginan dan tujuan, itu tercapai baik bila pelajaran itu langsung, terlatih dan

bertalian dengan apa yang diperlukan murid dalam kehidupan sehari-hari, oleh karena itu hendaknya dapat membangkitkan minat anak”.

Bila sesuatu itu dikaitkan dengan pembelajaran Penjasorkes, maka ia akan memperhatikan dan melakukan dengan serius. Kesenangan merupakan hal yang sangat penting yang tidak bisa diabaikan dalam proses belajar termasuk pembelajaran pendidikan jasmani. Kesenangan dapat memudahkan tercapainya konsentrasi dalam pikiran seseorang melalui perhatian. Perhatian yang diperoleh secara wajar tadi akan memudahkan berkembangnya konsentrasi yaitu pemusatan fikiran terhadap sesuatu. Hal ini dapat ditumbuhkan dengan jalan lebih mengenal dan memahami objeknya.

Senang terhadap belajar membentuk sikap akademik tertentu yang bersifat pribadi. Dimana seseorang yang memberikan perhatian terhadap suatu kegiatan, akan lebih mudah mengesampingkan kegiatan lain yang tidak menarik perhatiannya. Disamping perhatian, perasaan juga merupakan suatu faktor psikis yang berpengaruh terhadap semangat seseorang untuk mengikuti suatu kegiatan. Dengan perasaannya seseorang mengadakan penilaian yang spontan terhadap kegiatan yang diikutinya. Penilaian ini dapat bersifat positif yang terungkap dalam perasaan senang atau penilaian negatif yang terungkap dalam perasaan tidak senang. Dimana objek atau kegiatan dapat merangsang atau menimbulkan perasaan senang pada diri seseorang, selanjutnya perasaan senang ini akan menimbulkan suka pada suatu objek.

Kesenangan seseorang terhadap suatu kegiatan ada kalanya timbul dari dalam dirinya dan ada kemungkinan karena pengaruh dari luar dirinya.

Sehubungan dengan itu, Crow dan Crow dalam Asbial (2004:4) mengatakan faktor-faktor yang mempengaruhi timbulnya rasa suka adalah sebagai berikut :

“1. Faktor dorongan yakni faktor yang berhubungan dengan dorongan fisik yang dapat merangsang individu untuk memperhatikan dirinya, 2. Faktor motif sosial yaitu faktor yang dapat membangkitkan minat untuk melakukan keinginan agar dapat memenuhi kebutuhan sosial, 3. Faktor emosional yaitu faktor emosi dan perasaan yang berkaitan dengan minat terhadap suatu objek, dimana hasil yang dicapai dengan sukses akan menimbulkan perasaan senang dan puas bagi setiap individu”.

Setara dengan kutipan di atas, Liza dkk (1998:7) juga mengatakan bahwa faktor yang dapat mempengaruhi kesenangan seseorang adalah faktor eksternal, internal dan objek. Faktor internal berhubungan dengan umur, intelegensi, bakat dan jenis kelamin. Sedangkan faktor eksternal berkaitan dengan pengamatan orang terhadap objek itu sendiri. Berdasarkan pembahasan di atas, maka diharapkan kepada guru olah raga hendaknya memotivasi siswa untuk meningkatkan lagi kesenangan dan aktifitasnya dalam melakukan olah raga pada pembelajaran pendidikan jasmani. Hal ini sesuai dengan pendapat Prayitno (1995:26) bahwa untuk meningkatkan kesenangan belajar siswa diantaranya :

“1. Menjelaskan tujuan belajar, 2. Menyesuaikan pelajaran dengan kemampuan, bakat dan minat, 3. Menciptakan suasana pembelajaran yang menantang, merangsang dan menyenangkan, 4. Memberikan hadiah, 5. Menciptakan hubungan yang dinamis antara dosen dan mahasiswa, mahasiswa dan mahasiswa, 6. Menghindari siswa dari tekanan dan suasana yang tidak menentu seperti suasana yang menakutkan, mengecewakan, membingungkan dan menjengkelkan, 7. Melengkapi sumber dan sarana belajar”.

Kesenangan seseorang biasanya akan fleksibel, karena ia akan bersedia untuk menyesuaikan diri terhadap suatu aktivitas yang berada dalam lingkungan aktifitas yang diminatinya. Karakteristik kesenangan seseorang juga akan

dipengaruhi oleh pengetahuan dan keterampilannya. Ia akan puas dengan melakukan aktifitas pada bidang yang diminatinya itu. Agar seseorang dapat menentukan atau memilih jenis kegiatan dan pekerjaan yang sesuai dengan minatnya perlu adanya tahapan persiapan-persiapan yang diawali dengan membayangkan, memikirkan, mengharapakan, mencita-citakan jenis pendidikan dan pekerjaan yang akan dimasukinya. Dalam bidang pendidikan psikologis, pemilihan sekolah atau jurusan harus mempertimbangkan kecerdasan dan bakat yang dimilikinya.

Karena itu akan sangat baik kalau setiap siswa mengenali kecerdasan dan bakat. Dengan demikian, apa yang dimiliki dapat teraktualisasikan dan tidak hanya terpendam sia-sia. Menurut pendapat Suhartin dalam Habdikal (2000:3) :

“Ada dua cara untuk membangkitkan bakat pada siswa : 1. Dengan memberi rangsangan, seperti menonton film, anak diberi bermacam-macam bacaan, anak dirangsang dengan bermacam-macam permainan, 2. Memberi pujian dan dorongan pada anak”.

Selanjutnya, Suhartin dalam Habdikal (2000:11) juga menjelaskan bahwa “Bakat tersebut timbul setelah ada rangsangan dari luar dan bukan dibawa sejak lahir”.

Dari uraian di atas, dijelaskan bahwa bakat tidak dibawa sejak lahir dan masih ada usaha-usaha untuk membangkitkan dan menumbuhkan bakat pada diri anak. Faktor-faktor yang mempengaruhi minat pada prinsipnya akan dapat menjadi sumber faktor kesulitan dalam belajar. Seandainya faktor tersebut positif, maka tidak akan menjadi masalah, akan tetapi jika pengaruh faktor tersebut negatif maka akan menjadi faktor kesulitan dalam belajar. Maka yang menjadi

masalah utama yang menghambat suksesnya pendidikan dan pengajaran ialah kesukaran belajar yang dihadapi oleh anak-anak pada umumnya. Rooi Jakkers dalam Almen (2006:14) mengemukakan bahwa “Pengajar harus mengarahkan proses ekstern sedemikian rupa agar dapat mempengaruhi proses intern”.

Sejalan dengan pendapat di atas, jika dikaitkan dengan proses pembelajaran pendidikan jasmani, maka proses belajar dan penampilan gerak dipengaruhi oleh kondisi internal dan eksternal. Kondisi internal mencakup karakteristik yang melekat pada individu seperti tipe tubuh, motivasi atau atribut lainnya yang membedakan seseorang dengan yang lainnya. Sedangkan kondisi eksternal mencakup faktor yang terdapat di luar individu yang memberikan pengaruh langsung atau tidak langsung terhadap penampilan gerak seseorang.

Sri Rahayu (1997:14) juga mengemukakan mengenai kesulitan belajar yang datang dari guru yaitu :

“a) Cara penyajian yang kurang baik, meliputi guru kurang menguasai bahan, metoda yang digunakan kurang tepat, dan tanpa menggunakan alat peraga. b) Hubungan antara guru dan murid kurang baik. c) Hubungan antara anak dan temannya kurang baik. d) Standar pembelajaran tidak sesuai dengan standar nasional kemampuan anak. e) Alat-alat pelajaran sekolah yang kurang lengkap, kurikulum kurang baik. f) Waktu sekolah yang kurang baik. g) Pelaksanaan disiplin yang kurang”.

Mengingat hal tersebut guru pendidikan jasmani dituntut agar efektif sehingga anak tidak merasa terpaksa dalam belajar. Guru yang selalu menemukan cara agar anak didiknya terlibat secara efektif dalam pembelajaran pendidikan jasmani dengan persentase waktu belajar akademis yang tinggi dan berjalan tanpa menggunakan teknik yang memaksa. Seseorang dikatakan berminat terhadap

sesuatu, apabila ia tertarik dan menyenangkan sesuatu itu. Begitu juga minat siswa terhadap pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah, siswa yang berminat pasti menyenangkan dan tertarik kepada pembelajaran pendidikan jasmani. Prayitno dan Habdikal (2004:12) menyatakan “Sekolah yang baik adalah sekolah yang menyediakan kemungkinan yang luas bagi siswanya untuk memilih bidang-bidang khusus sesuai dengan bakat dan minat masing-masing siswa”.

Dari uraian di atas, dapat dijelaskan bahwa kesempatan melibatkan diri atau peluang yang diberikan kepada siswa untuk berkecimpung dalam suatu bidang dapat mengembangkan bakat siswa. Sehubungan dengan hal di atas, minat dapat timbul dari kesadaran dan inisiatif dari seseorang serta pengaruh luar dalam bentuk berpola atau tidak berpola. Maka dalam hal ini guru perlu memperhatikan perkembangan bakat siswa dalam suatu kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani. Bakat belajar siswa kemungkinan ada yang tergolong tinggi, sedang dan rendah sesuai dengan pendapat J.K Herbert yang dikutip Almen (2006:15) mengatakan bahwa “Dengan adanya minat siswa yang tinggi dan rendah akan ditemui perbedaan bakat antara minat seseorang siswa dengan kelompok siswa lainnya. Misalnya perbedaan minat siswa menurut jenis kelamin, tingkat kelas asal dan status sosial”.

Menurut Dowson dan Bahman yang diterjemahkan oleh Natawijaya (1985:9) mengemukakan bahwa “Adanya perbedaan bakat setiap siswa individu itu disebabkan oleh intensitas faktor pendorong, baik secara internal maupun eksternal”. Faktor internal adalah semua hal yang berasal dari diri siswa tanpa pengaruh lingkungan yang mendorongnya, diantaranya adalah yang dihubungkan

dengan kebutuhan, cita-cita dan aspek psikologis. Sedangkan faktor eksternal adalah semua hal yang berasal dari luar diri siswa atau lingkungan yang mendorong mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani, seperti : keadaan sekolah, kelas dan sebagainya. Bila diperhatikan uraian-uraian tentang bakat pada bagian terdahulu dapat diketahui bahwa bakat merupakan aspek kejiwaan yang kompleks dan unik, perwujudan yang terlihat pada perilaku sangat dipengaruhi oleh kondisi kejiwaan dan lingkungan.

Kekomplekan dan keunikan bakat belajar siswa terhadap pembelajaran pendidikan jasmani dapat dilihat dari cara siswa bertindak dan menunjukkan rasa tertarik dan senang melakukan kegiatan olah raga dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Bakat siswa terhadap pembelajaran pendidikan jasmani dibedakan atas dua bagian yaitu yang berminat tinggi, mempunyai karakteristik cepat menanggapi masalah, partisipasi dan aktifitas tinggi dan disertai dengan tenaga psikisnya pada sesuatu yang menarik, sedangkan yang berminat rendah mempunyai karakteristik lambat dalam menanggapi masalah, partisipasi dan aktifitas rendah. Siswa yang berminat terhadap pembelajaran pendidikan jasmani akan memberikan perhatian dan akan melibatkan dirinya dengan sungguh-sungguh.

a. Materi

Materi pembelajaran merupakan sesuatu yang disajikan guru untuk diolah dan kemudian dipahami oleh siswa dalam rangka pencapaian tujuan-tujuan instruksional yang telah ditetapkan. Dengan kata lain, materi pelajaran merupakan salah satu unsur atau komponen yang sangat penting artinya untuk

mencapai tujuan pembelajaran yang terdiri dari fakta-fakta, konsep dan aturan-aturan yang terkandung dalam mata pelajaran.

Menurut Ibrahim (1993:71) mengatakan yang dimaksud dengan materi disini adalah materi dalam pembelajaran pendidikan jasmani yang akan diajarkan kepada siswa di sekolah pada waktu jam pelajaran pendidikan jasmani kesehatan yang diajarkan pada setiap lokal atau kelas. Materi ini terdiri dari teori dan praktek, materi teoritik bertujuan untuk pengembangan aspek kognitif siswa yang berupa pengalaman dan pengetahuan di bidang kesehatan.

Sedangkan materi praktek bertujuan untuk mengembangkan aspek psikomotor yang berupa penguasaan keterampilan dan teknik-teknik tertentu dalam aktifitas jasmani atau gerak berolah raga. Pendidikan jasmani diyakini dapat memberikan kesempatan untuk berpartisipasi dalam kegiatan olah raga, karena materi yang disajikan menuntut siswa untuk berpartisipasi secara aktif dalam setiap kegiatan, hal ini sesuai dengan penjelasan yang dikeluarkan oleh Diknas (2002:6) menjelaskan :

“Materi pendidikan jasmani harus meliputi hal sebagai berikut : pengalaman mempraktekkan latihan untuk mempertahankan dan meningkatkan kebugaran jasmani. Pengalaman mempraktekkan atletik, senam, permainan, bela diri dan renang. Pengetahuan yang berkaitan dengan kebugaran jasmani, penilaian kebugaran jasmani, masalah kesehatan karena kebugaran jasmani yang jelek. Praktek yang aman dalam latihan kebugaran jasmani. Nilai-nilai psikologis, pengaturan stres, pengaturan gizi dan isu konsumerisme untuk kebugaran jasmani. Peraturan, strategi / taktik penyelenggaraan pertandingan dalam praktik pertandingan yang aman dalam kegiatan pelaksanaan atletik, senam, bela diri dan renang. Prilaku yang menggambarkan jiwa sportivitas dan gaya hidup sehat dan aktif”.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa yang perlu diperhatikan dalam memilih dan menetapkan materi pelajaran adalah sebagai berikut :

1. Materi pelajaran hendaknya ditetapkan dengan mengacu pada tujuan-tujuan instruksional yang ingin dicapai.
2. Materi yang dipilih hendaknya merupakan bahan yang betul-betul penting, baik dilihat dari tujuan yang ingin dicapai maupun fungsi untuk mempelajari bahan berikutnya.
3. Materi yang dipilih hendaknya bermakna bagi siswa dalam artian mengandung nilai praktis dan atau bermanfaat dalam kehidupan sehari-hari.
4. Kedalaman materi hendaknya ditetapkan dengan memperhitungkan tingkat kemampuan berfikir siswa yang bersangkutan, dalam hal ini biasanya telah dipertimbangkan dalam kurikulum sekolah yang bersangkutan.
5. Materi yang diberikan hendaknya ditata dalam urutan yang memudahkan dipelajarinya keseluruhan materi oleh peserta didik atau siswa.

Berdasarkan keterangan di atas dapat dipahami bahwa mata pelajaran pendidikan jasmani bukan sekedar mengajar keilmuan saja seperti matematika, bahasa dan ilmu lainnya yang menekankan pada penguasaan materi saja atau pada satu ranah saja. Tujuan pembelajaran pendidikan jasmani terlihat sekali keterkaitan antara ranah kognitif, afektif dan psikomotor. Sebab dalam pembelajaran siswa dituntut untuk dapat memahami dan menganalisa tentang materi yang diberikan.

Pada kondisi seperti inilah terjadi kerjasama antara kognitif, afektif dan psikomotor siswa dan membentuk tujuan bersama yaitu siswa mampu melakukan gerakan-gerakan olah raga serta mampu menerapkannya secara individu dan kelompok.

b. Metode

Yang dimaksud dengan metode disini adalah metode belajar mengajar yang dipakai dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan yaitu suatu cara yang digunakan oleh guru untuk menentukan urutan kegiatan didalam melaksanakan kegiatan belajar mengajar, sebagai salah satu usaha untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan banyak ahli yang mengemukakan tentang metoda.

Winarno dalam Ersan (2003:21) mengemukakan bahwa metoda adalah cara yang sebaik-baiknya untuk mencapai tujuan. Kemudian Sujana (1992:193) juga berpendapat bahwa metoda mengajar adalah cara guru dalam mengadakan hubungan dengan siswa pada saat berlangsungnya pengajaran. Sedangkan menurut kamus umum Bahasa Indonesia, metoda merupakan cara kerja yang konsisten untuk memudahkan pelaksanaan suatu kegiatan guna mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

Dari beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa metoda adalah cara atau aturan untuk mencapai tujuan. Metoda juga merupakan suatu hal yang sangat penting dalam proses belajar mengajar, proses belajar mengajar akan berjalan dengan lancar, tertib dan bergairah bila didukung oleh pemilihan metoda yang tepat. Tetapi sebaliknya, kelas akan menjadi kacau dan tidak terkendali

apabila guru tidak dapat memilih metoda yang relevan dengan materi yang akan diajarkan, sehingga proses belajar mengajar tidak berjalan dengan baik.

Oleh karena itu metoda merupakan salah satu hal yang sangat penting untuk diperhatikan oleh guru dalam mengajar. Metoda pengajaran pendidikan jasmani merupakan metoda yang tidak umum dipakai dalam pengajaran yang lain. Hal ini disebabkan karena materi pengajaran pendidikan jasmani merupakan suatu materi yang mempunyai karakteristik tersendiri, oleh sebab itu selain harus mengetahui dan menguasai metoda khusus pendidikan jasmani serta prinsip penggunaan dan karakteristik, maka guru pendidikan jasmani juga mutlak harus menguasai metoda pengajaran umum.

Ada beberapa metoda mengajar yang sesuai dan cocok dengan materi pembelajaran pendidikan jasmani yang bersifat praktek di lapangan, antara lain sebagai berikut :

1) Metoda Demonstrasi

Merupakan metoda mengajar yang cukup efektif, sebab metoda ini membantu para siswa untuk memperoleh jawaban dengan cara mengamati suatu peristiwa atau proses terjadinya sesuatu, dimana keaktifan biasanya lebih banyak berpihak pada guru, karena sebelum materi dilaksanakan oleh siswa, terlebih dahulu guru mencontohkan gerakan, setelah itu siswa melakukan atau mengikuti.

2) Metoda Eksperimen

Jika metoda demonstrasi keaktifannya lebih banyak pada pihak guru, maka metoda eksperimen langsung melibatkan para siswa untuk melakukan percobaan agar menemukan gerakan yang sesuai dengan materi yang diberikan oleh guru.

3) Metoda Pemberian Tugas

Metoda ini dimaksudkan untuk memberikan kesempatan kepada siswa untuk melakukan tugas atau kegiatan yang berhubungan dengan pelajaran, seperti melakukan pass atas, pass bawah dan sebagainya. Metoda ini dapat dilakukan dalam bentuk pemberian tugas atau kegiatan individu, berpasangan, ataupun dalam bentuk kelompok.

4) Metoda Pemberia Tugas dan Permainan Kecil

Metoda permainan kecil sangat cocok untuk dikembangkan dalam pelaksanaan pengajaran pendidikan jasmani di sekolah. Permainan kecil dapat membuat siswa selalu senang dan aktif dalam melakukan aktifitas jasmani. Guru harus mampu menciptakan suatu permainan kecil untuk memodifikasi bentuk-bentuk permainan dengan materi yang akan diajarkan.

Mengingat materi pelajaran pendidikan jasmani terdiri dari teori dan praktek, maka dalam pelaksanaan pemilihan metoda tidak mungkin sama antara metoda teori dengan metoda praktek. Untuk metoda materi teori biasanya dipakai metoda ceramah, tanya jawab, diskusi, simulasi, kerja kelompok atau lainnya sesuai dengan materi teori. Untuk metoda materi praktek biasanya dipakai metoda demonstrasi, eksperimen, pemberian tugas, bermain atau lainnya yang cocok untuk materi praktek.

4. Evaluasi Pembelajaran

Evaluasi mencakup evaluasi hasil belajar dan evaluasi pembelajaran. Guru harus membedakan evaluasi hasil belajar dan evaluasi pembelajaran

tersebut. Evaluasi hasil belajar menekankan pada diperolehnya informasi dan melaksanakan informasi dalam cakupan mencapai tujuan pengajaran. Menurut Ralph Tyler (1950:69) mengatakan bahwa “Evaluasi adalah proses yang menentukan sampai sejauh mana tujuan dari pendidikan dicapai. Evaluasi merupakan suatu proses yang menggunakan pengungkapan dan tujuan pengukuran yakni mengumpulkan informasi”.

Menurut Davis dalam Dimiyati (1994:176) menyebutkan bahwa “Evaluasi merupakan proses sederhana yang memberikan dan menetapkan nilai kepada sejumlah tujuan, kegiatan, keputusan, ujuk kerja, proses, orang dan lainnya”. Menurut Nana Sunjana (1990:3) “Evaluasi yaitu proses memberikan dan menentukan nilai kepada objek tertentu berdasarkan kriteria tertentu”.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa evaluasi merupakan suatu proses penting dalam pembelajaran dan dilakukan secara sistematis untuk mendapatkan nilai yang sebenarnya. Nilai tersebut berorientasi pada kegiatan yang dilaksanakan pada proses belajar dan pembelajaran.

Walaupun tidak semua proses evaluasi melalui pengukuran, namun guru harus tahu tentang pengukuran yang dimaksud. Hasil pengukuran bersifat kuantitatif dengan melihat kualitatif yang dimiliki siswa. Lebih lanjut kajian pengertian evaluasi, pengukuran dan penilaian dikaitkan dengan kegiatan belajar dan pembelajaran. Menurut Dimiyati (1994:177) :

“Pengertian evaluasi belajar dan pembelajaran adalah menentukan nilai belajar dan pembelajaran yang dilaksanakan. Sedangkan pengertian pengukuran dalam belajar dan pembelajaran adalah proses membandingkan tingkat keberhasilan belajar dan pembelajaran dengan ukuran keberhasilan siswa dalam belajar dan pembelajaran”

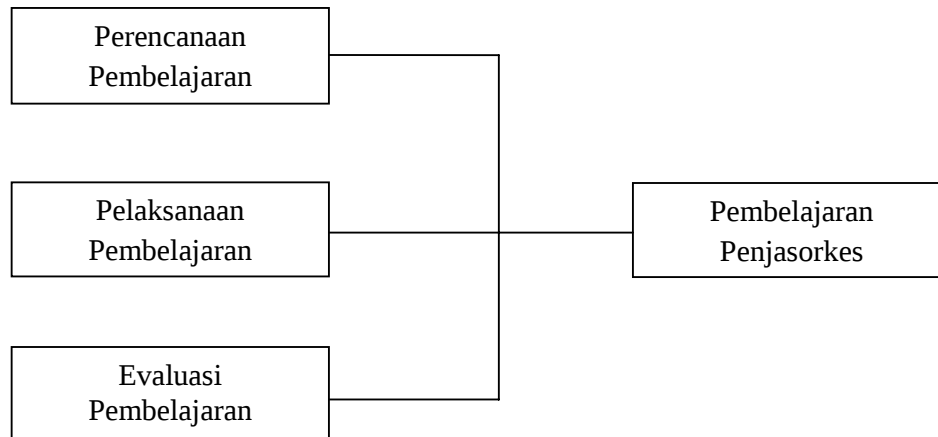
B. Kerangka Konseptual

Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran yang tercantum dalam kurikulum pendidikan nasional, mata pelajaran ini bertujuan untuk menciptakan siswa yang sehat jasmani dan rohani, serta mampu hidup secara mandiri di tengah-tengah masyarakat, selain itu memiliki skill dalam bidang olah raga.

Dalam pembelajarannya, siswa berperan aktif dalam setiap proses pembelajaran pendidikan jasmani berlangsung. Inilah yang membedakan pendidikan jasmani dengan mata pelajaran lainnya.

Kesenangan merupakan salah satu gejala kejiwaan yang terjadi pada diri seorang individu. Senang dapat mengarahkan perbuatan atau tingkah laku individu kepada suatu tujuan tertentu dengan kecendrungan individu untuk berhubungan lebih efektif dengan objek yang menarik dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Senang juga merupakan suatu sikap suka seseorang terhadap objek tertentu. Bila siswa tersebut suka terhadap mata pelajaran pendidikan jasmani, maka siswa tersebut akan mengikuti pelajaran tersebut dengan sungguh-sungguh. Dimana seseorang senang terhadap suatu objek akan dapat dilihat dari cara bertindak, berbuat dan memusatkan tenaga psikisnya pada objek tersebut.

Untuk memahami kerangka konseptual yang telah dikemukakan di atas, dapat dilihat pada gambar berikut ini :



Gambar 1. Bagan Pembelajaran Penjasorkes di Gugus IV SD Negeri Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman

C. Pertanyaan Penelitian

Adapun pertanyaan-pertanyaan yang akan ditemukan jawabannya dari penelitian ini adalah :

1. Bagaimanakah perencanaan pembelajaran yang disiapkan oleh guru Penjasorkes di Gugus IV SD Negeri Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman?
2. Bagaimanakah pelaksanaan pembelajaran Penjasorkes di Gugus IV SD Negeri Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman?
3. Bagaimanakah evaluasi pembelajaran yang dilakukan oleh guru Penjasorkes di Gugus IV SD Negeri Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman?

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang telah dibahas dapat disimpulkan beberapa temuan sebagai berikut.

1. Perencanaan pembelajaran Penjasorkes di Gugus IV SD Negeri Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman berada pada kategori cukup baik. Artinya, guru Penjasorkes di Gugus IV SD Negeri Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman sudah cukup baik dalam menyusun perencanaan pembelajaran Penjasorkes.
2. Pelaksanaan pembelajaran Penjasorkes di Gugus IV SD Negeri Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman berada pada kategori cukup baik. Artinya, guru Penjasorkes di Gugus IV SD Negeri Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman sudah cukup baik dalam melaksanakan pembelajaran Penjasorkes.
3. Evaluasi pembelajaran Penjasorkes di Gugus IV SD Negeri Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman berada pada kategori cukup baik. Artinya, guru Penjasorkes di Gugus IV SD Negeri Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman sudah cukup baik dalam mengevaluasi pembelajaran Penjasorkes.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian ini, dapat disarankan beberapa hal sebagai berikut:

1. Guru Penjasorkes di Gugus IV SD Negeri Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman perlu meningkatkan pembelajaran Penjasorkes tingkat yang baik. Hal ini antara lain dapat dilakukan dengan mempelajari berbagai sumber

belajar terkait dengan proses pembelajaran dan aktif mengikuti berbagai kegiatan yang mendukung kompetensi pembelajaran.

2. Para kepala sekolah hendaklah mendorong dan memfasilitasi peningkatan kompetensi pembelajaran guru Penjasorkes ke arah yang lebih baik. Hal ini antara lain dapat dilakukan dengan melakukan berbagai workshop/lokakarya pembelajaran, baik yang diadakan di tingkat sekolah maupun di tingkat gugus, serta mengikutsertakan guru Penjasorkes dalam berbagai kegiatan yang relevan dengan pembelajaran Penjasorkes.
3. Penelitian tentang pembelajaran Penjasorkes ini hanya berkaitan dengan tiga aspek pembelajaran, yakni perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi pembelajaran. Diperlukan penelitian lanjutan dengan meneliti aspek lainnya sehingga diperoleh gambaran lengkap tentang aspek-aspek pembelajaran yang perlu diperhatikan terhadap peningkatan kompetensi pembelajaran guru Penjasorkes.

DAFTAR PUSTAKA

- Almen. 2006. “Minat Siswa Putri Terhadap Pelajaran Penjas pada Madrasah Aliyah Negeri Koto Baru Darmasraya” (Skripsi). Padang : PPs UNP
- Arikunto, Suharsimi. 1998. *Prosedur Penelitian: suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asbial. 2004. “Minat Mahasiswa FIK – UNP Terhadap Pencak Silat” (Skripsi). Padang : PPs UNP
- Asril. 1995. “Hubungan Antara Minat Mahasiswa dengan Keterampilan Bermain Sepak Takraw Tingkat Pendalaman pada FPOK IKIP Padang” (Tesis). IKIP Padang : PPs UNP
- Depdiknas. 2005. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta : Depdiknas
- Depdiknas. 2006. *Kurikulum 2006 : Standar Kompetensi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta : Depdiknas
- Depdiknas. 2003. *Kurikulum 2004 : Standar Kompetensi Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani*. Jakarta : Depdiknas
- Dimiyati dan Mujiono. 1994. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta : Depdikbud
- Hadi, Sutrisno. 1996. *Statistik*. (Jilid 2). Yogyakarta: Andi Offset.
- Harjanto. 1997. *Perencanaan Pengajaran*. Jakarta : Rineka Cipta
- Johor, Zainul. 1991. “Hubungan Antara Minat dengan Keterampilan Motorik “ (Tesis). Padang : PPs UNP
- Margono, S. 1997. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Ridwan. 2003. *Skala Pengukuran Variabel-Variabel Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Slameto, dkk. 1995. *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta : Depdikbud
- Sudjana. 1996. *Metoda Statistika*. Bandung : Tarsito