

**PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN
KESEHATAN DI SMP KECAMATAN IV JURAI
KABUPATEN PESISIR SELATAN**

SKRIPSI

*Diajukan sebagai salah satu persyaratan Guna memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan*



Oleh

**RENA HARYUNI
NIM. 16808**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2016**

PERSETUJUAN SKRIPSI

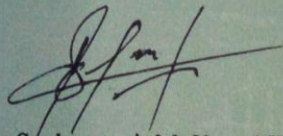
**PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN
KESEHATAN DI SMP KECAMATAN IV JURAI
KABUPATEN PESISIR SELATAN**

Nama : Rena Haryuni
NIM : 16808
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Februari 2016

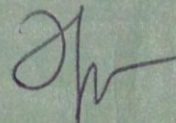
Disetujui oleh

Pembimbing I



Dr. Syahrastani, M. Kes. AIFO
NIP. 195912021987031002

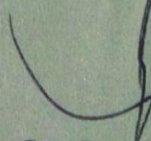
Pembimbing II



Drs. H. Hendri Neldi, M. Kes. AIFO
NIP. 196205201987031002

Mengetahui

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Zarwan, M. Kes
NIP. 196112301988031003

PENGESAHAN SKRIPSI

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

Judul : Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
di SMP Kecamatan IV Jurai Kabupaten Pesisir Selatan

Nama : Rena Haryuni

NIM : 16808

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

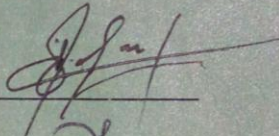
Padang, Februari 2016

Tim Penguji

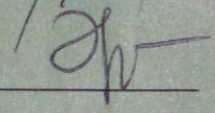
Nama

Tanda Tangan

1. Ketua : Dr. Syahrastani M. Kes. AIFO

1. 

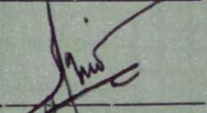
2. Sekretaris : Drs. H. Hendri Neldi, M. Kes. AIFO

2. 

3. Anggota : Dr. Erizal Nurmai, M.Pd

3. 

4. Anggota : Drs. Suwirman, M.Pd

4. 

5. Anggota : Drs. Yaslindo MS

5. 

ABSTRAK

Rena Haryuni : Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan kesehatan di SMP Kecamatan IV Jurai Kabupaten Pesisir Selatan

Masalah dalam penelitian berawal dari kurang terlaksananya pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMP Kecamatan IV Jurai Kabupaten Pesisir Selatan sebagaimana mestinya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan kesehatan di SMP Kecamatan IV Jurai Kabupaten Pesisir Selatan

Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh guru Penjasorkes di SMP Kecamatan IV Jurai Kabupaten Pesisir yang berjumlah 11 orang. Penarikan sampel dilakukan dengan teknik total *sampling*, yang berjumlah 11 orang. Instrumen yang dipakai untuk mengumpulkan data adalah angket atau kuesioner dengan menggunakan skala Likert. Data dianalisis dengan menggunakan rumus distribusi frekuensi dalam bentuk persentase.

Hasil penelitian diperoleh sebagai berikut: 1) Tingkat capaian peran guru dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sebesar 66,06%, berada pada klasifikasi baik. 2) Tingkat capaian metode pembelajaran penjasorkes dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sebesar 54,55%, berada pada klasifikasi cukup. 3) Tingkat capaian media pembelajaran Penjasorkes dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sebesar 45,45%, berada pada klasifikasi cukup.

KATA PENGANTAR



Puji Syukur Alhamdulillah peneliti panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan Rahmat dan Karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi tentang **“Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Smp Kec. IV Jurai Kabupaten Pesisir Selatan”**. Sholawat beserta salam untuk Nabi besar Muhammad SAW, semoga kita semua memperoleh syafaatnya.

Dalam menyelesaikan skripsi ini, peneliti banyak mendapatkan bantuan dan dorongan serta kemudahan dari berbagai pihak. Untuk itu, peneliti menyampaikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada :

1. Kedua orang tua yang teristimewa dalam hidup peneliti, Ayahanda Jasril dan Ibunda Rasmi yang selalu memberikan semangat, do'a dan dukungan baik secara moril dan materil.
2. Drs. H. Syafrizar, M. Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang (FIK UNP).
3. Bapak Drs. Zarwan, M.Kes selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga.
4. Bapak Dr. Syahrastani, M.Kes. AIFO selaku Penasehat Akademik sekaligus pembimbing I.
5. Bapak Drs. H. Hendri Neldi, M.Kes. AIFO selaku pembimbing II.
6. Bapak Dr. Erizal Nurmai, M.Pd, Bapak Drs. Suwirman, M.Pd, dan Bapak Drs. Yaslindo MS selaku dosen penguji.

7. Bapak/Ibu Staf Pengajar di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan bimbingan serta ilmu yang penulis peroleh selama perkuliahan.
8. Keluarga besar yang selalu memberikan semangat dan dukungan.
9. Rekan-rekan seperjuangan yang turut memberikan dukungan dalam penulisan skripsi ini.

Akhir kata hanya kepada Allah SWT tempat menyerahkan diri semoga penulisan skripsi ini dapat diterima sebagai amalan yang mendapatkan Ridho-Nya serta berguna bagi yang membaca.

Padang, Februari 2016

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Pembatasan Masalah	6
D. Perumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	8
 BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN	
A. Kajian Teori	9
1. Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan	9
2. Peran Guru Penjasorkes dalam pembelajaran.....	14
3. Metode Pembelajaran Penjasorkes.....	25
4. Media Pembelajaran Penjasorkes.....	29
B. Kerangka Konseptual	34
C. Pertanyaan Penelitian.....	36
 BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	38

B. Populasi dan Sampel	38
C. Penjelasan Istilah	39
D. Jenis dan Sumber Data.....	40
E. Teknik Pengumpulan data	41
F. Teknik Analisis Data.....	43
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	44
B. Pembahasan	48
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	58
B. Saran.....	58
DAFTAR PUSTAKA.....	60
LAMPIRAN.....	62

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi penelitian.....	39
2. Skala Likert.....	42
3. Kriteria Klasifikasi.....	43
4. Distribusi Frekuensi Data peran Guru Penjasorkes.....	45
5. Distribusi Frekuensi data metode pembelajaran penjasorkes	46
6. Distribusi Frekuensi data media pembelajaran penjasorkes	47

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka konseptual.....	36
2. Histogram Distrubsi Frekuensi data Peran Guru Penjasorkes.....	45
3. Histogram Distrubsi Frekuensi data Metode Pembelajaran.....	47
4. Histogram Distrubsi Frekuensi data Media Pembelajaran.....	48

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Kisi-kisi Kuesioner Penelitian	62
2. Petunjuk pengisian Angket.....	64
3. Angket Penelitian	65
4. Deskripsi Data Peran Guru Penjasorkes.....	68
5. Deskripsi Data Metode Pembelajaran Penjasorkes.....	70
6. Deskripsi Data Media Pembelajaran Penjasorkes.....	71
7. Dokumentasi Penelitian	72
8. Surat Izin Penelitian.....	76

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah sebagai suatu proses pengembangan manusia hingga manusia itu tumbuh secara optimal yang bertujuan untuk meningkatkan keterampilan dan pengetahuan peserta didik agar mereka mampu menghidupi dirinya sendiri, hidup bermakna, beradab tinggi dan mampu memuliakan kehidupan.

Manusia membutuhkan pendidikan dalam kehidupannya. Pendidikan merupakan usaha sadar agar manusia dapat mengembangkan potensi dirinya melalui proses pembelajaran atau cara lain yang dikenal dan diakui oleh masyarakat. Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945 Pasal 31 ayat (1) menyebutkan bahwa setiap warga negara berhak mendapat pendidikan. Untuk itu, seluruh komponen bangsa wajib mencerdaskan kehidupan bangsa yang merupakan salah satu tujuan negara Indonesia. Undang-Undang tentang Sistem Pendidikan Nasional No. 20 Tahun (2003:1) yang berbunyi sebagai berikut :

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara.

Dari kutipan di atas, jelaslah bahwa melalui pendidikan yang dilakukan secara terencana, terarah dan berkesinambungan dapat mengembangkan potensi peserta didik, peningkatan mutu serta relevansi dan

efisiensi manajemen pendidikan untuk menghadapi tantangan sesuai dengan tuntutan perubahan kehidupan lokal, nasional, dan global sehingga perlu dilakukan pembaruan. Dalam pencapaian pendidikan tersebut dapat dilakukan melalui lembaga-lembaga pendidikan formal, informal dan non formal, baik pada lembaga pendidikan pemerintah maupun swasta.

Profesi guru sebagai pendidikan formal di sekolah tidak dapat dipandang ringan karena menyangkut berbagai aspek kehidupan serta dituntut pertanggung jawaban moral yang berat. Inilah sebabnya dituntut berbagai persyaratan yang harus dimiliki oleh para guru/siswa calon guru, persyaratan-persyaratan tersebut, fisik, psikis, mental, moral dan intelektual.

Di dalam Undang-Undang RI No. 14 tahun 2005 tentang Guru dan Dosen pasal 20 menyatakan bahwa “dalam melaksanakan tugas keprofesian, guru berkewajiban merencanakan proses pembelajaran yang bermutu, serta menilai dan mengevaluasi hasil pembelajaran”. Seorang guru/pelatih yang efisien dan efektif itu haruslah (1) mempunyai tuntutan pendidikan relevan, (2) merencanakan dan mempersiapkan bahan ajaran, (3) dapat menggunakan ilmunya dalam cabang olahraga yang diajarkan, (4) dapat digunakan sebagai metode, (5) memanfaatkan alat fasilitas/media yang ada, dan evaluasi setiap pengajaran.

Rosdiani (2012:87) mengemukakan bahwa “pembelajaran pada hakekatnya adalah proses interaksi antara peserta didik dengan lingkungannya, sehingga terjadi perubahan perilaku kearah yang lebih baik. Dalam interaksi tersebut banyak sekali faktor yang mempengaruhi, baik faktor internal yang

datang dari dalam diri individu, maupun faktor eksternal yang datang dari lingkungan”. Pelaksanaan pembelajaran harus direncanakan dan diupayakan semaksimal mungkin agar apa yang akan diajarkan maupun yang dipelajari dapat berjalan dengan sebaik mungkin, sesuai dengan yang diharapkan. Dalam pembelajaran ada beberapa faktor yang paling mendukung terlaksananya proses belajar mengajar diantaranya peran guru, kurikulum, sosial ekonomi, latar belakang pendidikan guru, metoda yang digunakan, serta media pembelajaran yang digunakan dalam mengajar. Dengan adanya faktor tersebut diharapkan pembelajaran akan terlaksana sesuai dengan rencana dan keinginan sehingga tujuan dari pembelajaran akan tercapai dengan baik.

Dalam perkembangannya, pembelajaran bukan hanya bentuk interaksi pendidik dengan peserta didik saja, namun juga dengan sumber- sumber belajar. Hal ini dapat diartikan bahwa pembelajaran merupakan sebuah sistem yang terdiri dari komponen-komponen yang saling berinteraksi antara satu dengan yang lainnya untuk mencapai tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan. Didalam pembelajaran terdapat komponen-komponen seperti tujuan pendidikan, peserta didik, pendidik, bahan atau materi pelajaran, pendekatan dan metode, media atau alat, sumber belajar dan evaluasi. Pada dasarnya, proses pengajaran dapat terselenggara secara lancar, efisien, dan efektif, berkat adanya interaksi yang positif, konstruktif, dan produktif antara berbagai komponen yang terkandung didalam sistem pengajaran tersebut.

Diantara lembaga pendidikan tersebut adalah Sekolah Menengah Pertama (SMP) yang merupakan jenjang pendidikan yang melandasi jenjang

pendidikan atas yang juga merupakan bagian dari sistem pendidikan formal, melaksanakan kegiatan pembelajaran dalam seperangkat mata pelajaran. Salah satu mata pelajaran di Sekolah Menengah Pertama adalah Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes). Menurut Depdiknas (2003:3) menjelaskan tujuan pendidikan jasmani adalah “untuk membantu siswa dalam mengembangkan dan meningkatkan pengetahuan (*cognitive*), keterampilan (*psychomotor*), sikap (*affective*) dan kesegaran jasmani (*physical fitness*) yang dalam proses pembelajarannya mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan pola hidup sehat”.

Mata pelajaran Penjasorkes merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap, mental, emosional, sportivitas, spiritual, sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang. Keberhasilan pembelajaran Penjasorkes tentunya sangat tergantung pada kemampuan guru dalam menguasai setiap materi pembelajaran penjas, metode pembelajaran yang digunakan, media pembelajaran yang dipakai sesuai dengan harapan kurikulum. Guru Penjasorkes suatu cabang olahraga berfungsi untuk menciptakan peserta didik yang berprestasi. Peran guru Penjasorkes tidak bisa dianggap remeh, karena guru Penjasorkes merupakan tangga yang dapat mengantarkan siswa menuju kesuksesan dalam meraih prestasi. Guru Penjasorkes disekolah seharusnya berusaha dengan sebaik mungkin bagaimana agar pembelajaran yang diberikan dilapangan dapat

berpengaruh positif terhadap siswa. Dalam hal ini, pembelajaran tersebut dapat meningkatkan kesegaran jasmani, motivasi, pertumbuhan dan perkembangan fisik, perkembangan intelektual, pembentukan kerja sama sosial dan emosional, prestasi belajar dan kondisi fisik disamping menimbulkan kesenangan, dan kegembiraan bagi siswa.

Uraian di atas menegaskan bahwa betapa pentingnya pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan yaitu untuk mengembangkan dan meningkatkan berbagai keterampilan gerak dan olahraga, ilmu pengetahuan, sikap (pembentukan sosial), yang juga menuju kepada keselarasan antara tumbuhnya badan dan perkembangan jiwa, dan merupakan suatu usaha untuk membuat bangsa Indonesia menjadi bangsa yang sehat dan kuat lahir dan bathin, diberikan kepada segala jenis sekolah. Di samping itu tujuan pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan tersebut juga dapat meningkatkan kesegaran jasmani siswa dan pembinaan pola hidup sehat. Dengan kesegaran jasmani yang baik siswa diharapkan dapat belajar dengan baik, sehingga hasil belajar yang diperoleh juga akan menjadi lebih baik.

Berdasarkan pengamatan penulis dan kenyataan yang ditemukan di lapangan, pembelajaran Penjasorkes di SMP Negeri Kec. IV Jurai Kabupaten Pesisir Selatan diketahui bahwa mata pelajaran pendidikan jasmani belum terlaksana dengan semestinya. Hal ini terlihat dari keterangan beberapa orang siswa yang mengeluhkan kurang menariknya pengajaran yang diberikan oleh guru penjasorkes, ternyata gurunya masih belum memberikan pembelajaran yang tepat, kadang kala pembelajaran yang diberikan mulai dari pemanasan

sampai kegiatan inti hanya gerakan-gerakan yang bersifat monoton dan kaku, sehingga dapat menimbulkan kebosanan dan kejenuhan bagi siswa.

Guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah yang memiliki berbagai persepsi tentang bagaimana terlaksananya pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah. Oleh karena itu perlu penelitian secara ilmiah untuk mengetahui peran guru penjasorkes pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan di SMP Kec. IV Jurai Kabupaten Pesisir Selatan, sehingga dari hasil penelitian ini bisa dilahirkan suatu kesimpulan yang bisa dijadikan langkah antisipatif bagi peningkatan hasil belajar siswa kedepan.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian yang telah ditulis pada latar belakang masalah diatas, maka ada beberapa permasalahan yang dapat diidentifikasi dalam penulisan skripsi ini antara lain :

1. Sarana dan prasarana
2. Peran guru penjasorkes
3. Metode pembelajaran
4. Media pembelajaran
5. Evaluasi pembelajaran
6. Kurikulum

C. Pembatasan Masalah

Dari identifikasi masalah yang dikemukakan diatas, mengingat luasnya ruang lingkup penelitian yang akan dilakukan, keterbatasan waktu,

dana dan kemampuan peneliti maka penulis membatasi masalah dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Peran guru penjasorkes
2. Metode pembelajaran
3. Media pembelajaran

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah serta pembatasan masalah yang dikemukakan di atas, maka masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Bagaimana peran guru Penjasorkes dalam pembelajaran Penjasorkes di SMP Kec. IV Jurai Kabupaten Pesisir Selatan ?
2. Bagaimana metode pembelajaran yang digunakan dalam pembelajaran Penjasorkes di SMP Kec. IV Jurai Kabupaten Pesisir Selatan ?
3. Bagaimana media pembelajaran yang digunakan dalam pembelajaran Penjasorkes di SMP Kec. IV Jurai Kabupaten Pesisir Selatan ?

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran yang jelas tentang :

1. Peran guru Penjasorkes dalam pembelajaran Penjasorkes di SMP Kec. IV Jurai Kabupaten Pesisir Selatan
2. Metode pembelajaran yang digunakan dalam pembelajaran Penjasorkes di SMP Kec. IV Jurai Kabupaten Pesisir Selatan

3. Media pembelajaran yang digunakan dalam pembelajaran Penjasorkes di SMP Kec. IV Jurai Kabupaten Pesisir Selatan.

F. Manfaat Penelitian

Sesuai dengan tujuan penelitian, penelitian ini di harapkan bermanfaat bagi pihak-pihak berikut :

1. Penulis, sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Guru Pendidikan jasmani (Penjas), untuk menentukan berbagai perbaikan dalam usaha mengatasi masalah yang dialaminya dalam pembelajaran Penjasorkes di sekolah pada masa yang akan datang.
3. Kepala sekolah, sebagai masukan untuk memberikan pembinaan kepada guru agar dapat melakukan pembelajaran Penjasorkes lebih baik lagi.
4. Dinas pendidikan, sebagai bahan masukan bagi pihak yang terkait agar dapat melaksanakan penyuluhan tentang pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah-sekolah dengan lebih baik lagi.
5. Peneliti yang akan datang, sebagai referensi penelitian lanjutan.
6. Bahan masukan bagi jurusan Pendidikan Olahraga untuk meningkatkan kemampuan tamatannya dalam pembelajran Penjasorkes disekolah.

BAB II

TINJAUAN KEPUSTAKAAN

A. Kajian Teori

1. Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Sebelum berbicara lebih jauh tentang pembelajaran terlebih dahulu dijelaskan maksud dari belajar menurut Hamalik (2009:36) “belajar adalah modifikasi atau memperteguh kelakuan melalui pengalaman”. Menurut pengertian ini, belajar merupakan suatu proses, suatu kegiatan dan bukan suatu hasil atau tujuan, belajar bukan hanya mengingat akan tetapi yakni mengalami. Hasil belajar bukan suatu penguasaan hasil latihan melainkan perubahan kelakuan. Sedangkan A.M, Sardiman (2010: 21) mendefinisikan bahwa “belajar adalah berubah”. Dalam hal ini yang dimaksudkan belajar berarti usaha mengubah tingkah laku yang akan membawa perubahan pada individu-individu yang belajar, yang mana perubahan tidak hanya berkaitan dengan penambahan ilmu pengetahuan, tetapi juga berbentuk kecakapan, keterampilan, sikap, pengertian, harga diri, minat, watak, dan penyesuaian diri.

Belajar adalah serangkaian aktivitas jiwa–raga untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku sebagai hasil dari pengalaman individu dalam berinteraksi dengan lingkungannya yang menyangkut aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. Jadi belajar merupakan suatu proses perubahan tingkah laku individu yang dialami melalui pengalaman yang akan membawa individu-individu yang belajar kearah yang lebih baik dalam berinteraksi dengan lingkungannya yang menyangkut aspek kognitif, untuk mencapai tujuan pembelajaran yang lebih baik pula.

Menurut Rosdiani (2012: 94) menyatakan bahwa : "Pembelajaran pada hakikatnya merupakan proses komunikasi tradisional yang bersifat timbal balik, antara guru dengan siswa, siswa dengan siswa, untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Komunikasi tradisional adalah bentuk komunikasi yang dapat diterima, dipahami, dan disepakati oleh pihak terkait dalam proses pembelajaran.

Dengan demikian maka pembelajaran merupakan proses interaksi komunikasi secara timbal balik antara guru dengan siswa, siswa dengan siswa, yang dapat dipahami dan diterima oleh pihak yang terkait dalam rangka mencapai tujuan pembelajaran yang diinginkan.

Ada 4 komponen pembelajaran menurut Rosdiani, (2012: 94-95) yaitu sebagai berikut :

- a) Raw input, yaitu kondisi dan keberadaan siswa yang mengikuti kegiatan pembelajaran, meliputi kapasitas dasar siswa, bakat khusus, motivasi, minat, kematangan, dan kesiapan, sikap dan kebiasaan, dan lain-lain.
- b) instrumental input, yaitu sarana dan prasarana yang terkait dengan proses pembelajaran, meliputi : kualitas kelengkapan dan penggunaannya, guru, metode, dan teknik, media, bahan dan sumber belajar, program, dan lain-lain.
- c) environmental input, merujuk pada situasi dan keberadaan lingkungan baik fisik, maupun budaya dimana kegiatan pembelajaran (sekolah) dilaksanakan.
- d) expected output, merujuk pada rumusan normatif yang harus menjadi milik siswa setelah melaksanakan proses pembelajaran, yang menggambarkan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor.

Berdasarkan pendapat tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa dalam pembelajaran harus memenuhi keempat komponen pembelajaran tersebut, karena dengan adanya komponen-komponen pembelajaran tersebut maka proses pembelajaran akan dapat terlaksana secara efektif, efisien, variatif, kondusif, dan tepat sasaran guna mencapai tujuan pembelajaran yang diinginkan. Bila salah satu dari keempat komponen tersebut tidak ada atau

bahkan kurang, maka tujuan pembelajaran yang diharapkan tidak akan dapat tercapai sebagaimana mestinya.

Guru sebagai pelaku otonomi kelas memiliki wewenang untuk melakukan reformasi kelas dalam rangka melakukan perubahan perilaku peserta didik secara berkelanjutan yang sejalan dengan tugas perkembangannya dan tuntutan lingkungan sekitarnya. Guru sebagai arsitek perubahan perilaku peserta didik dan sekaligus model panutan para peserta didik dituntut memiliki kompetensi yang paripurna. Menurut Rusman (2012: 22-23) ada empat kompetensi guru yang harus dipenuhi seorang guru agar menjadi guru yang profesional begitu juga guru penjasorkes, kompetensi tersebut yaitu :

1) Kompetensi pedagogik

Kompetensi pedagogik yang harus dikuasai seorang guru/pendidik adalah kemampuan mengelola pembelajaran peserta didik yang meliputi pemahaman terhadap peserta didik, perancangan dan pelaksanaan pembelajaran, evaluasi hasil belajar, dan pengembangan peserta didik untuk mengaktualisasikan berbagai potensi yang dimilikinya. artinya guru harus menguasai manajemen kurikulum, melaksanakan kurikulum, dan mengevaluasi kurikulum, serta memiliki pemahaman tentang psikologi pendidikan, terutama terhadap kebutuhan dan perkembangan peserta didik agar kegiatan pembelajaran lebih bermakna dan berguna.

2) Kompetensi kepribadian

Kompetensi kepribadian adalah kemampuan kepribadian yang mantap, stabil, dan berakhlak mulia. Artinya guru harus memiliki sikap kepribadian yang mantap, sehingga mampu menjadi sumber inspirasi bagi siswa. Dengan kata lain, guru harus memiliki kepribadian yang patut diteladani bagi peserta didik dan masyarakat, secara obyektif mengevaluasi kinerja sendiri dan mengembangkan diri secara mandiri dan berkelanjutan.

3) Kompetensi profesional

Kompetensi profesional adalah kemampuan Guru dalam menguasai materi pembelajaran secara luas dan mendalam yang memungkinkan membimbing peserta didik memenuhi standar kompetensi yang ditetapkan dalam Standar Nasional Pendidikan. Artinya guru harus memiliki pengetahuan yang luas berkenaan dengan bidang studi akan diajarkan serta pengetahuan didaktik metodik dalam arti memiliki pengetahuan konsep teoritis, mampu memilih model, strategi, dan metode yang tepat serta mampu menerapkannya dalam kegiatan pembelajaran. Guru pun harus memiliki pengetahuan luas tentang kurikulum, dan landasan kependidikan.

4) Kompetensi sosial

Kompetensi sosial adalah kemampuan Guru sebagai bagian dari masyarakat untuk berkomunikasi dan bergaul secara efektif dengan peserta didik, sesama pendidik, tenaga kependidikan, orang tua/wali peserta didik, dan masyarakat sekitar. Bergaul secara santun dengan masyarakat sekitar

dengan mengindahkan norma serta sistem nilai yang berlaku, dan Menerapkan prinsip persaudaraan sejati dan semangat kebersamaan.

Depdiknas (2003) menyatakan bahwa “pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, Neuromuscular, perceptual, kognitif, dan emosional dalam rangka pendidikan nasional”. Lebih lanjut Depdiknas (2003) menjelaskan bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani dan olahraga kesehatan.

Dalam proses belajar di sekolah sasaran belajar sering dirumuskan dalam bentuk tujuan pembelajaran, begitu juga tujuan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Menurut Depdiknas (2006: 513) menjelaskan tujuan mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yakni untuk :

- 1) Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga, 2) meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, 3) meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar, 4) meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, 5) mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri, demokratis, 6) mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri,

orang lain dan lingkungan, 7) memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil serta memiliki sikap yang positif”.

Berdasarkan pada uraian yang telah dikemukakan diatas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa tujuan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dapat meningkatkan pertumbuhan fisik dan kebugaran jasmani melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga. Disamping itu juga dapat mengembangkan berbagai keterampilan gerak dasar dan meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui nilai-nilai yang terkandung dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Begitu juga dalam halnya dengan penyelamatan diri dan memahami konsep pola hidup sehat di lingkungan yang bersih dan semua ini dapat diperoleh siswa di sekolah melalui suatu proses pembelajaran.

2. Peran Guru Penjasorkes dalam pembelajaran

Pembelajaran pada hakikatnya adalah suatu proses interaksi antara siswa dengan guru dan lingkungannya dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Menurut Hanafiah (2012:103) “Pembelajaran yang unggul memerlukan peran guru yang profesional sebagai produk dari profesionalisasi secara berkelanjutan melalui pendidikan dan pelatihan secara khusus sehingga melahirkan peran guru yang memiliki (1) profesionalitas, yaitu sikap mental merasa bangga dan komitmen terhadap pekerjaannya, (2) profesionalisme, yaitu sikap mental untuk komitmen terhadap kinerja bermutu sesuai dengan standar yang diharapkan baik dari sisi pengetahuan, sikap, dan keterampilan.

Tugas guru adalah mengajar dan mendidik serta mengkoordinasikan lingkungan agar menunjang terjadinya perubahan perilaku siswa kearah yang baik. Seorang guru Penjasorkes merupakan tangga yang bisa mengantarkan siswa menuju kesuksesan dalam meraih suatu prestasi atau malah sebaliknya. Guru Penjasorkes berfungsi untuk menciptakan peserta didik yang beriman dan bertaqwa serta berakhlak mulia dan juga berprestasi, untuk itu guru penjasorkes harus mempunyai kompetensi yang baik dalam rangka memenuhi perannya sebagai guru yang profesional.

Ada beberapa tanggung jawab seorang guru sebagai administaror kelas yaitu diantaranya :

1. Merencanakan Pembelajaran

Menurut Syarifuddin (1997:14) menjelaskan bahwa “sebelum program pembelajaran dioperasionalkan, langkah awal yang harus dilakukan oleh guru pendidikan jasmani adalah menyusun perencanaan program pembelajaran.” Langkah-langkah dalam merancang program pembelajaran tersebut adalah : a) pelajari dan pahami tujuan dan materi pelajaran yang ada dalam GBPP. b) perhatikan alokasi waktu yang tersedia untuk materi pelajaran tersebut. c) perhitungan ketersediaan fasilitas, sarana dan prasarana diperkirakan kemampuan awal siswa dan perencanaan dengan memperhatikan pendekatan dan langkah yang lazim digunakan.

Dalam proses pembelajaran guru penjasorkes harus merencanakan suatu program pengajaran, sebagaimana yang dinyatakan oleh Sagala (2003: 135) bahwa “penyusunan program pengajaran dapat dibedakan menjadi

program tahunan, program semester, program mingguan dan program harian”. Kemudian Hanafiah (2012:114) menyatakan bahwa “guru secara otonom berperan sebagai administrator kelas, yaitu mengelola silabus dan mengelola Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)”. Guru wajib membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) pada awal tahun atau awal semester, sesuai dengan rencana kerja sekolah. Kegiatan penyusunan RPP ini diperkirakan berlangsung selama 2 (dua) minggu atau 12 hari kerja. Guru merancang penggalan RPP untuk setiap pertemuan disesuaikan dengan penjadwalan di satuan pendidikan.

2. Melaksanakan Pembelajaran

Kegiatan pembelajaran adalah kegiatan dimana terjadi interaksi edukatif antara peserta didik dengan guru, kegiatan ini adalah kegiatan tatap muka yang sebenarnya. Guru melaksanakan tatap muka atau pembelajaran dengan tahapan kegiatan. Berikut ini beberapa komponen yang perlu diperhatikan dalam pelaksanaan pengajaran yaitu :

a. Membuka pelajaran

Membuka pelajaran merupakan usaha guru menciptakan mental dan perhatian murid agar berpusat pada hal yang positif terhadap kegiatan belajar mengajar. Sehubungan dengan pembukaan pelajaran, Suryosubroto (1997 : 39) menjelaskan kegiatan yang dilakukan guru untuk menumbuhkan kesiapan mental siswa dalam penerimaan pelajaran adalah “(a) Mengemukakan tujuan pelajaran yang akan dicapai (b) Menyampaikan masalah pokok yang akan dipelajari (c) Menentukan langkah-langkah

belajar mengajar dan (d) Menentukan batas tugas yang harus dikerjakan untuk materi pelajaran.

1) Kegiatan awal tatap muka

- a) Kegiatan awal tatap muka antara lain mencakup kegiatan pengecekan dan atau penyiapan fisik kelas, bahan pelajaran, modul, media, dan perangkat administrasi.
- b) Kegiatan awal tatap muka dilakukan sebelum jadwal pelajaran yang ditentukan, bisa sesaat sebelum jadwal waktu atau beberapa waktu sebelumnya tergantung masalah yang perlu disiapkan.
- c) Kegiatan awal tatap muka diperhitungkan setara dengan 1 jam pelajaran.

2) Kegiatan tatap muka

- a) Dalam kegiatan tatap muka terjadi interaksi edukatif antara peserta didik dengan guru dapat dilakukan secara face to face atau menggunakan media lain seperti video, modul mandiri, kegiatan observasi/eksplorasi.
- b) Kegiatan tatap muka atau pelaksanaan pembelajaran yang dimaksud dapat dilaksanakan antara lain di ruang teori/kelas, laboratorium, studio, bengkel, atau di luar ruangan.
- c) Waktu pelaksanaan atau beban kegiatan pelaksanaan pembelajaran atau tatap muka sesuai dengan durasi waktu yang tercantum dalam struktur kurikulum sekolah.

3) Membuat resume tatap muka

- a) Resume merupakan catatan yang berkaitan dengan pelaksanaan tatap muka yang telah dilaksanakan. Catatan tersebut dapat merupakan refleksi, rangkuman, rencana tindak lanjut.
- b) Penyusunan resume dapat dilaksanakan di ruang guru atau ruang lain yang disediakan di sekolah dan dilaksanakan setelah kegiatan tatap muka.
- c) Kegiatan resume proses tatap muka diperhitungkan setara dengan 1 jam pelajaran.

3. Menyampaikan materi pelajaran

Hal yang harus diperhatikan dalam menerapkan bahan adalah kemampuan guru memilih bahan yang akan diberikan kepada siswa guru harus memilih mana yang perlu diberikan dan mana yang tidak baik. Sudja dalam Suryosubroto (1997: 42) mengemukakan bahwa hal-hal yang perlu diperhatikan dalam menetapkan materi pelajaran tersebut : “(1) tujuan pelajaran (2) Urgensi (3) tuntutan kurikulum (4) nilai kegunaan dan terbatasnya sumber bahan”.

a. Menggunakan metode/model pengajaran

Metode disini diartikan sebagai cara yang berfungsi sebagai alat untuk mencapai suatu tujuan pelajaran, sedangkan arti metode adalah cara yang dipergunakan guru dalam mengadakan hubungan dengan siswa pada saat belajar, sehubungan dengan ini Nasution (1995: 9) menyatakan bahwa “guru dan murid harus mempunyai interaksi timbal balik dengan

baik sehingga murid mengerti maksud dan tujuan yang ingin dicapai”.

Menurut Sudjana (1995: 22) metode adalah sebagai alat atau cara untuk mencapai tujuan yang hendak dicapai”.

b. Menggunakan alat peraga

Alat peraga dalam mengajar memegang peranan yang sangat penting sebagai alat bantu untuk menciptakan proses belajar mengajar yang efektif.

c. Pengelolaan kelas/lapangan

Suryosubroto, (1997 : 48-49) pengelolaan kelas/lapangan adalah “usaha yang dilakukan penanggung jawab kegiatan belajar mengajar yang membantu dengan maksud agar tercapai kondisi yang optimal, sehingga dapat terlaksana kegiatan belajar seperti yang diharapkan”. Lebih lanjut Suryosubroto menyatakan bahwa tujuan pengelolaan kelas/lapangan adalah “agar setiap anak di kelas/lapangan dapat bekerja dengan tertib, sehingga tujuan pengajaran tercapai secara efektif dan efisien”. Kegiatan pengelolaan kelas/lapangan menyangkut kegiatan menciptakan iklim belajar mengajar yang selaras, dalam arti guru harus mampu menangani anak didik, agar tidak termasuk suasana pada saat proses belajar mengajar dilakukan.

d. Interaksi belajar mengajar

Pelaksanaan interaksi belajar mengajar adalah proses hubungan antara guru dengan siswa selama berlangsungnya pengajaran. Sehubungan dengan proses belajar mengajar, Arikunto dalam Suryosubroto (1997: 51) mengemukakan bahwa “interaksi belajar meliputi persiapan, kegiatan pokok belajar dan penyelesaian”.

e. Membimbing dan melatih peserta didik

Membimbing dan melatih peserta didik dibedakan menjadi tiga yaitu membimbing atau melatih peserta didik dalam pembelajaran, intrakurikuler dan ekstrakurikuler.

1) Bimbingan dan latihan pada kegiatan pembelajaran.

Bimbingan dan latihan pada kegiatan pembelajaran adalah bimbingan dan latihan yang dilakukan menyatu dengan proses pembelajaran atau tatap muka di kelas.

2) Bimbingan dan latihan pada kegiatan intrakurikuler.

- a) Bimbingan kegiatan intrakurikuler terdiri dari remedial dan pengayaan pada mata pelajaran yang diajarkan guru.
- b) Kegiatan remedial merupakan kegiatan bimbingan dan latihan kepada peserta didik yang belum menguasai kompetensi yang harus dicapai.
- c) Kegiatan pengayaan merupakan kegiatan bimbingan dan latihan kepada peserta didik yang telah mencapai kompetensi.
- d) Pelaksanaan bimbingan dan latihan intrakurikuler dilakukan dalam kelas pada jadwal khusus, disesuaikan kebutuhan, tidak harus dilaksanakan dengan jadwal tetap setiap minggu.
- e) Beban kerja intrakurikuler sudah masuk dalam beban kerja tatap muka.

3) Bimbingan dan latihan dalam kegiatan ekstrakurikuler

- a) Ekstrakurikuler bersifat pilihan dan wajib diikuti peserta didik.
- b) Dapat disertakan dengan mata pelajaran wajib lainnya.

c) Pelaksanaan ekstrakurikuler dilakukan dalam kelas dan atau ruang/tempat lain sesuai jadwal mingguan yang telah ditentukan dan biasanya dilakukan pada sore hari.

d) Jenis kegiatan ekstrakurikuler antara lain adalah Pramuka, Olimpiade/Lomba Kompetensi Siswa, Olahraga, Kesenian, Karya Ilmiah Remaja, Kerohanian, Paskibra, Pecinta Alam, PMR, Jurnalistik/Fotografi, UKS dan sebagainya.

Kegiatan ekstrakurikuler dapat disebut sebagai kegiatan tatap muka.

f. Melaksanakan tugas tambahan

Tugas-tugas tambahan guru dapat dikelompokkan menjadi 2 (dua) kategori yaitu tugas struktural, dan tugas khusus.

1) Tugas tambahan struktural

Tugas tambahan struktural sesuai dengan ketentuan tentang struktur organisasi sekolah.

2) Tugas tambahan khusus

Tugas tambahan khusus sesuai dengan ketentuan tentang organisasi khusus sekolah.

4. Evaluasi pelajaran

Evaluasi merupakan penilaian dalam proses pembelajaran pada dasarnya memfokuskan bagaimana guru dapat mengetahui efektivitas hasil pengajaran yang telah dilakukan. Menurut Wahjoedi (2001: 11) “Melalui evaluasi guru, dapat diketahui sejauh mana siswa telah mencapai suatu tujuan pembelajaran yang telah diterapkan”. Selanjutnya tingkat pencapaian

tujuan pembelajaran tersebut dinyatakan dalam bentuk nilai-nilai tertentu yang bersifat kualitatif.

Penilaian merupakan kegiatan pengumpulan data dan informasi hasil belajar siswa untuk menetapkan apakah siswa telah menguasai kompetensi yang telah ditetapkan oleh kurikulum, untuk memperoleh data dan informasi sebagai dasar penentuan tingkat keberhasilan peserta didik dalam penguasaan kompetensi, diperlukan berbagai jenis tagihan yang terkait dengan aspek-aspek kognitif, afektif, dan psikomotor, berhubungan dengan tagihan ini, Depdiknas (2003) menyatakan : bentuk test kognitif adalah test lisan di kelas, bentuk pilihan ganda, bentuk uraian non objektif, bentuk jawaban singkat, bentuk menjodohkan perpomasi dan fortfolio. Dua komponen afektif yang penting untuk diukur adalah sikap dan minat siswa terhadap mata pelajaran pendidikan tersebut.

Menilai hasil pembelajaran merupakan serangkaian kegiatan untuk memperoleh, menganalisis, dan menafsirkan data tentang proses dan hasil belajar peserta didik yang dilakukan secara sistematis dan berkesinambungan, sehingga menjadi informasi yang bermakna untuk menilai peserta didik maupun dalam pengambilan keputusan lainnya. Pelaksanaan penilaian dilakukan dengan menggunakan tes dan non tes. Penilaian non tes dapat dibagi menjadi pengamatan dan pengukuran sikap serta penilaian hasil karya dalam bentuk tugas, proyek fisik, atau produk jasa. Evaluasi atau penilaian itu terdiri dari :

1) Penilaian dengan tes

- a) Tes dilakukan secara tertulis atau lisan, dalam bentuk ujian akhir semester, tengah semester atau ulangan harian, dilaksanakan sesuai kalender akademik atau jadwal yang telah ditentukan.
- b) Tes tertulis dan lisan dilakukan di dalam kelas.
- c) Penilaian hasil tes, dilakukan diluar jadwal pelaksanaan tes, dilakukan di ruang guru atau ruang lain.
- d) Penilaian tes tidak dihitung sebagai kegiatan tatap muka karena waktu pelaksanaan tes dan penilaiannya menggunakan waktu tatap muka.

2) Penilaian non tes berupa pengamatan dan pengukuran sikap.

- a) Pengamatan dan pengukuran sikap dilaksanakan oleh semua guru sebagai bagian tidak terpisahkan dari proses pendidikan, untuk melihat hasil pendidikan yang tidak dapat diukur lewat tes tertulis atau lisan.
- b) Pengamatan dan pengukuran sikap dapat dilakukan di dalam kelas menyatu dalam proses tatap muka pada jadwal yang ditentukan, dan atau di luar kelas.
- c) Pengamatan dan pengukuran sikap, dilaksanakan diluar jadwal pembelajaran atau tatap muka yang resmi, dikategorikan sebagai kegiatan tatap muka.

3) Penilaian non tes berupa penilaian hasil karya.

- a) Hasil karya siswa dalam bentuk tugas, proyek dan atau produk, portofolio, atau bentuk lain dilakukan di ruang guru atau ruang lain dengan jadwal tersendiri.

- b) Penilaian ada kalanya harus menghadirkan peserta didik agar tidak terjadi kesalahan pemahaman dari guru mengingat cara penyampaian informasi dari siswa yang belum sempurna.
- c) Penilaian hasil karya ini dapat dikategorikan sebagai kegiatan tatap muka, dengan beban yang berbeda antara satu mata pelajaran dengan yang lain. Tidak tertutup kemungkinan ada mata pelajaran yang nilai beban non tesnya sama dengan nol.

5. Menutup pelajaran

Menutup pelajaran adalah kegiatan yang dilakukan guru untuk megakhiri pelajaran/kegiatan belajar mengajar. Usman dalam Suryosubroto (1997: 52) mengemukakan bahwa “kegiatan-kegiatan menutup pelajaran, merangkum/membuat garis persoalan yang dibahas mengkonsolidasikan perhatian siswa terhadap hal-hal yang diperoleh dalam pelajaran dan mengorganisasikan semua kegiatan/pelajaran yang telah dipelajari sehingga merupakan suatu kesatuan yang berarti dalam memahami materi”.

Dari pendapat tersebut, maka dapat dikemukakan bahwa proses pembelajaran mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sangat bergantung pada kinerja guru mata pelajaran tersebut, maka guru harus benar-benar telaten mulai dari menyusun program pelajaran sampai kepada mengevaluasi pembelajaran sehingga proses pembelajaran dapat bterlaksana dengan baik.

3. Metode pembelajaran penjasorkes

a) Pengertian metode

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

Metode belajar mengajar merupakan aspek penting dalam proses belajar mengajar Ali (2004: 3) mengemukakan bahwa “metode” adalah “jalan menuju tujuan belajar mengajar”. Dalam proses belajar mengajar menggunakan metode pengajaran yang berbeda-beda. Metode mengajar adalah suatu cara atau jalan yang harus dilalui dalam mengajar. Metode mempunyai hubungan fungsional yang kuat dengan tujuan memilih dan menetapkan metode berarti telah menetapkan pula tujuan yang akan dicapai. Dalam menyusun strategi, kajian tentang penggunaan metode ini mempunyai kedudukan utama.

Pada dasarnya, metode yang dapat digunakan oleh guru dalam menyampaikan materi mata pelajaran olahraga tidak jauh berbeda dengan metode-metode yang digunakan dalam proses belajar mengajar secara umum. Namun dalam hal ini tinggal guru yang akan menyesuaikan metode dengan materi pelajaran dan jenis serta jenjang pendidikan tersebut. Pemilihan metode pembelajaran disesuaikan dengan situasi dan kondisi

peserta didik, serta karakteristik dari setiap indikator dan kompetensi yang hendak dicapai pada setiap mata pelajaran.

b) Jenis-jenis metode pengajaran

Metode pengajaran yaitu suatu cara yang ditempuh seseorang untuk mencapai tujuan pembelajaran. Ada beberapa metode mengajar yang dapat digunakan dalam menyampaikan mata pelajaran diantaranya : 1) Metode ceramah adalah penyampaian bahan pelajaran dengan komunikasi lisan, 2) Metode tanya jawab, 3) Metode diskusi adalah suatu cara penyajian bahan pelajaran dimana guru memberi kesempatan kepada para siswa untuk mengadakan perbincangan ilmiah guna mengumpulkan pendapat, membuat kesimpulan, atau menyusun berbagai alternatif pemecahan atas suatu masalah., 4) Metode kerja kelompok, 5) Metode simulasi adalah tiruan atau perbuatan yang hanya pura-pura saja, yakni cara belajar untuk melatih keterampilan tertentu, dan 6) Metode demonstrasi adalah metode mengajar yang memperlihatkan atau mendemonstrasikan suatu proses. Hasibuan, J.J dan Moedjiono (2012: 13-29).

Selanjutnya dalam pengajaran olahraga dikenal ada beberapa metode mengajar yang sering dipakai, diluar dari metode yang diatas. Metode tersebut yaitu metode induktif dan metode deduktif. Kedua metode itu mempunyai konsep yang khas dan memiliki langkah-langkah yang kongkrit dalam penggunaanya.

1) Metode Induktif

Menurut Djusma (1995) metode mengajar induktif menepatkan kemandirian dan self-acting pada latar depan dan menerima jalan yang berbelit-belit (memutar) pada proses belajar. Disamping itu Fetz (1975) berpendapat metode induktif sangat sesuai dengan sekolah, kerja, peserta didik lebih aktif belajar mandiri sedangkan guru cukup membimbing.

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

Dengan metode ini sangat terasa bagi peserta didik yaitu mereka harus aktif dan mengerti dengan langkah-langkah yang harus mereka lalui dari awal pelajaran sampai akhir. Tentu saja guru semestinya mendisain materi pelajaran demikian menarik, sehingga memancing motivasi dan kreatifitas mereka secara optimal.

2) Metode Deduktif

Selama ini ada kesan pada sebagian orang yang mengatakan bahwa mengajar dengan metode deduktif dianggap paling baik. Disisi guru dianggap orang yang sudah tahu akan segala yang akan diajarkannya. Jadi metode deduktif merupakan suatu metode mengajar dimana guru dalam

mengajar melalui langkah-langkah seperti adanya demonstrasi, penjelasan, petunjuk gerakan, bantuan gerakan, koreksi, berlatih, dan penerapan.

Metode deduktif dalam mengajar akan memperlihatkan bahwa guru adalah sumber segalanya. Tanpa ada alternatif kompromi antara keduanya. Murid harus melakukan semua yang diinstruksikan guru. Dominasi guru (Djusma 1995) pada metode ini tidak dipersoalkan dan prosedur yang dikemudikannya memberikan ruangan gerak yang tidak berarti bagi murid untuk membuat keputusan sendiri, tetapi pada sisi lain tujuan belajar yang telah ditetapkan akan tercapai.

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

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

Agar siswa dapat belajar dengan baik, maka metode mengajar harus diusahakan yang tepat, efisien dan seefektif mungkin. Sebaliknya, jika metode mengajar yang digunakan guru salah maka siswa tidak akan

menyenangi pelajaran tersebut sehingga akan timbul hambatan dalam belajar bagi siswa.

Berdasarkan uraian diatas, maka metode pembelajaran pendidikan jasmani digunakan oleh guru untuk mewujudkan suasana belajar yang menyenangkan, bervariasi, dan proses pembelajaran yang kondusif agar peserta didik mencapai kompetensi dasar atau seperangkat indikator yang telah ditetapkan. Pemilihan metode pembelajaran disesuaikan dengan situasi dan kondisi peserta didik, serta karakteristik dari setiap indikator dan kompetensi yang hendak dicapai pada setiap mata pelajaran. Metode-metode tersebut sangat diperlukan oleh guru untuk mengembangkan pembelajaran yang baik dan untuk mencapai pembelajaran yang lebih optimal.

4. Media Pembelajaran Penjasorkes

Menurut Latuheru (1988: 9) “media merupakan sesuatu yang mengantar/merumuskan informasi (pesan) antara sumber (pemberi pesan) dan penerima pesan”. Kemudian menurut pendapat Santoso S. Hamidjojo dalam Latuheru (1988: 11) “media adalah semua bentuk perantara yang digunakan oleh manusia untuk menyampaikan/menyebarkan ide, sehingga ide atau pendapat, atau gagasan yang dikemukakan/disampaikan itu bisa sampai pada penerima”. Sementara itu menurut Parwoto (1987) “media adalah segala sesuatu, bentuk benda maupun bukan benda, baik sifat alami maupun yang bukan alami yang mampu mengantar seseorang mempelajari atau melakukan kegiatan pendidikan jasmani”.

Berdasarkan pendapat tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa media pembelajaran dalam penjas adalah bahan, alat, maupun metode/teknik yang digunakan dalam kegiatan belajar-mengajar, dengan maksud agar proses interaksi komunikasi edukatif antara guru dan anak didik/warga belajar dapat berlangsung secara tepatguna dan berdayaguna dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

Menurut pendapat Sanaky (2009: 24) “media pembelajaran dapat digunakan untuk menyajikan materi pelajaran secara sistematis dan logis, merangsang pembelajar, menciptakan lingkungan belajar yang tidak monoton, suasana belajar santai, menarik, menyenangkan yang dapat mendorong dan memotivasi pembelajar untuk belajar dan sebagainya.

Media pembelajaran merupakan segala bentuk perangsang dan alat yang disediakan guru untuk mendorong siswa belajar secara cepat, tepat, mudah, benar dan tidak terjadinya verbalisme. Menurut Latuheru (2012: 71) “media pembelajaran merupakan alat bantu pendengaran dan penglihatan (Audio Visual Aid) bagi peserta didik dalam rangka memperoleh pengalaman belajar secara signifikan”. Sedangkan Sanaky (2009: 3) “media pembelajaran adalah sebuah alat yang berfungsi dan digunakan untuk menyampaikan pesan pembelajaran”. Sementara itu menurut Neldi (2007: 6) mengemukakan bahwa :

Media pengajaran merupakan alat bantu dalam melakukan proses belajar mengajar bertujuan memberi ilustrasi dan penjelasan simbol-simbol non-verbal dan gambaran dalam angan-angan suatu hubungan yang kompleks serta konsep yang abstrak, memberi kemungkinan untuk pembentukan sikap dan perubahan tingkah laku, mempertinggi daya serap, mempertinggi retensi, memperkuat minat,

kemungkinan interaksi yang kompleks antara komponen-komponen dalam proses belajar-mengajar”.

Berdasarkan uraian tersebut maka pengajar harus memilih sumber pembelajaran dan media pembelajaran yang sesuai untuk digunakan dalam pembelajaran, sehingga pembelajaran berkesan, menarik, menyenangkan peserta didik, dan untuk mencapai tujuan pembelajaran yang diharapkan.

Peranan-peranan media dalam pembelajaran adalah sebagai teknologi pembawa pesan (informasi) yang dapat dimanfaatkan untuk keperluan pengajaran atau sarana fisik untuk menyampaikan isi atau materi pembelajaran, selain itu media pembelajaran juga bermanfaat agar lebih menarik perhatian, menumbuhkan motivasi belajar, bahan pengajaran lebih terstruktur, logis dan jelas, metode pembelajaran dapat bervariasi dan pembelajar banyak melakukan kegiatan belajar. Kemampuan media pembelajaran dapat merangsang proses belajar, menghadirkan obyek asli secara langsung, membuat hal yang abstrak ke konkret, memberi kesamaan persepsi, mengatasi hambatan waktu, tempat, jumlah dan jarak, menyajikan ulang informasi secara konsisten, serta dapat memberikan suasana belajar yang santai.

Jenis media pembelajaran dilihat dari sisi jenisnya menurut Sanaky (2009: 21) dibagi menjadi tiga, yaitu :

- a) Media audio yaitu media yang digunakan dengan mengandalkan pendengaran. Bahan pelajaran yang diterima pembelajar melalui media yang mengandalkan pengalaman pendengaran.

- b) Media visual yaitu media yang digunakan dengan mengandalkan penglihatan. Bahan pelajaran yang diterima pembelajar melalui media yang emngandalkan pengalaman penglihatan.
- c) Media audio-visual yaitu media yang digunakan dengan mengandalkan penglihatan dan pendengaran. Bahan pelajaran yang diterima pembelajar melalui media yang mengandalkan pengalaman penglihatan dan pendengaran.

Dilihat dari aspek bentuk fisiknya, media pembelajaran terdiri dari dua yaitu media elektronik dan media non elektronik. Media elektronik, seperti televisi, film, radio, VCD,DVD, LCD, komputer, internet, dan lain-lain, sedangkan media non-elektronik, seperti buku, handout, modul, diktat, media grafis, dan alat peraga. Kemudian dilihat dari alat dan bahan yang digunakan, media pembelajaran terbagi menjadi dua bagian, yaitu :

- 1) Hardware (perangkat keras), berfungsi sebagai sarana yang menampilkan pesan dari komponen perangkat lunak. Bentuk alatnya seperti radio, tape recorder, video, VCD, komputer, dan sebagainya.
- 2) Software (perangkat lunak),adalah bahan atau program sebagai pesan atau informasi yang ditampilkan dengan bantuan hardware. Bahan atau materi pelajaran yang diterima pembelajar melalui suatu alat atau hardware, yaitu pembelajar yang belajar dengan mendengarkan suara dari pita suara dan bukan dari tape recorder-nya.

Media pembelajaran sangat banyak macam dan jenisnya, maka untuk menggunakan suatu media pembelajaran secara baik, efektif, dan efisien, dalam proses pembelajaran diperlukan kemampuan, pengetahuan dalam memilih, menggunakan dan kemampuan mendesain serta membuat suatu media pembelajaran tersebut. Hal lain yang perlu diperhatikan adalah keterkaitan media dengan tujuan pembelajaran, metode, materi pembelajaran, dan kondisi peserta didik. Selain itu, pengembangan dan inisiatif pengajar itu sendiri, sebab kemampuan, kreasi, dan inisiatif pengajar dalam mendesain, membuat dan mengembangkan media pembelajaran merupakan hal yang mutlak dan tidak boleh diabaikan. Sanaky (2009: 39).

Kunci keberhasilan seorang guru Penjasorkes akan tergantung pada kemampuan dan keterampilan Guru Penjasorkes dalam mengaplikasikan semua bentuk materi pembelajaran Penjasorkes yang sudah dirancang sebelumnya dengan sistematis, penuh variasi berkesinambungan merupakan faktor yang dapat menjawab tantangan pembinaan tersebut. Dalam hubungan ini aspek pendekatan psikologis merupakan pergaulan sosial yang harmonis dan merupakan upaya strategi pembinaan yang harus dicermati setiap guru pembina.

Dalam pembinaan olahraga, guru Penjasorkes adalah orang yang paling dekat dengan peserta didik. Dengan kata guru penjasorkes merupakan orang terpenting yang dapat membantu siswa untuk mengembangkan potensinya.

Agus Purwanto (1998:1) mengemukakan bahwa “Guru penjasorkes adalah seorang profesionalisme yang bertugas membantu, membina dan mengarahkan siswa untuk berprestasi maksimal dalam waktu sesingkat-singkatnya.” Berikutnya Harsono (1998:6) mengemukakan bahwa; “Guru penjasorkes harus mempunyai keterampilan cabang olahraga yang diikuti, punya pengalaman sebagai pemain, dan berpendidikan sesuai dengan cabang olahraganya.”

Disamping itu seorang guru penjasorkes harus memperlihatkan motivasinya dalam pelaksanaan pembelajaran penjasorkes, karena ini akan menjadi pendorong bagi siswa. Seorang guru penjasorkes harus meninjau keberadaan siswanya dalam hari-hari pembelajaran prakteknya.

Guru penjasorkes harus yakin akan kemampuan yang dimilikinya dan juga menanamkan sikap agar dapat memberikan ilmu kepada siswa. Dalam hal ini guru penjasorkes harus mempunyai ide-ide baru yang dipelajari dari buku-buku. Guru penjasorkes hendaknya bisa mengoreksi atau menerima kritikan-kritikan demi tercapainya tujuan prestasi secara optimal.

B. Kerangka Konseptual

Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah ditentukan oleh beberapa faktor diantaranya yaitu :

1. Peran Guru Penjasorkes

Guru merupakan tenaga pendidik yang akan menjadi teladan bagi murid-muridnya, apalagi guru penjas yang merupakan sosok pribadi yang bisa menjadi teladan bagi peserta didiknya, mulai dari sikapnya, disiplin,

dan cara mendidik siswanya. Guru yang baik adalah guru yang melaksanakan tugas serta peranan sesuai dengan ketentuan yang telah ditetapkan. Jika guru tersebut tidak berperan dengan semestinya maka diduga pembelajaran penjas yang dilaksanakannya tidak akan efektif dan tidak akan berjalan sesuai dengan yang diharapkan.

2. Metode pembelajaran penjasorkes

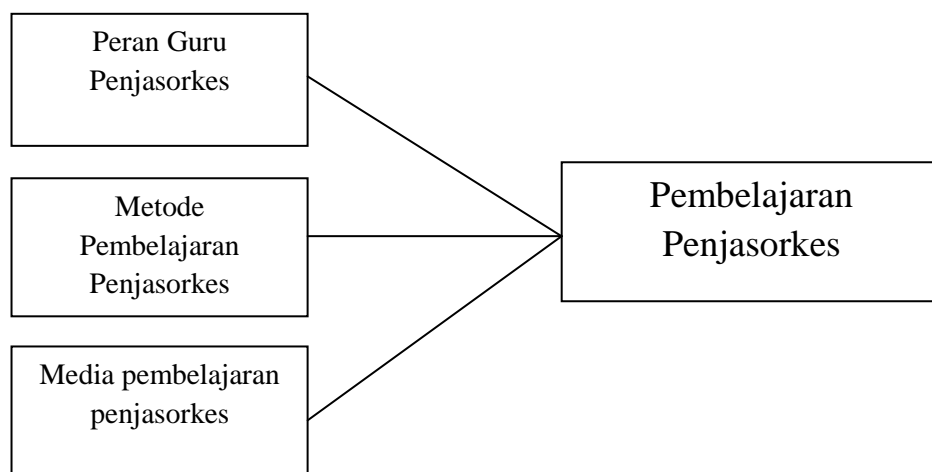
Dalam pembelajaran perlu adanya suatu metode agar pembelajaran lebih terarah dan tepatguna, untuk itu metode pembelajaran perlu dipersiapkan sebelum melakukan suatu pembelajaran, guru yang telah menyiapkan metode pembelajaran yang bervariasi, yang akan dipergunakan sebelum memulai pembelajaran diduga dapat sukses dalam melaksanakan pembelajaran penjas. Sedangkan guru yang menggunakan metode pembelajaran hanya sembarangan maka sudah pasti proses pembelajaran yang akan tercipta juga sembarangan dan tidak sesuai dengan harapan.

3. Media pembelajaran penjasorkes

Media adalah salah satu fasilitas yang digunakan dalam suatu pembelajaran. Dalam pembelajaran perlu adanya penggunaan media agar siswa-siswa dapat lebih mengerti dan memahami tentang topik yang dipelajari. Karena dengan adanya media maka informasi dan pesan yang akan disampaikan dalam pembelajaran akan mudah dipahami. Jika media pembelajaran tidak digunakan dalam pembelajaran maka siswa akan sulit memahami suatu pembelajaran, apalagi pembelajaran gerak dalam penjas.

Untuk itu perlu adanya kemampuan yang baik dalam penggunaan media demi tercapainya tujuan pembelajaran yang lebih baik.

Bila salah satu dari beberapa faktor diatas tidak ada maka pembelajaran penjasorkes pun tidak akan dapat berjalan sesuai dengan harapan, tidak efektif dan tidak akan efisien. Untuk lebih jelasnya tentang kaitan antara variabel yang mendukung pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMP Negeri 2 Painan Kabupaten Pesisir Selatan agar mempermudah pemahaman tentang konsep yang dijelaskan, berikut ini gambaran kerangka konseptual penelitian.



Gambar 1. Bagan Kerangka Konseptual Penelitian

C. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah yang dikemukakan, maka penelitian ini mengemukakan pertanyaan penelitian tentang :

1. Bagaimanakah peran guru Penjasorkes dalam pembelajaran Penjasorkes di SMP Kec. IV Jurai Kabupaten Pesisir Selatan ?

2. Bagaimanakah metode pembelajaran yang digunakan dalam pembelajaran Penjasorkes di SMP Kec. IV Jurai Kabupaten Pesisir Selatan ?
3. Bagaimanakah media pembelajaran yang digunakan dalam pembelajaran Penjasorkes di SMP Kec. IV Jurai Kabupaten Pesisir Selatan ?

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMP Kecamatan IV Jurai kabupaten Pesisir Selatan maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Tingkat capaian peran guru dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMP Kecamatan IV Jurai kabupaten Pesisir Selatan sebesar 66.06%, berada pada klasifikasi “Baik”.
2. Tingkat capaian metode pembelajaran penjasorkes dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMP Kecamatan IV Jurai kabupaten Pesisir Selatan sebesar 54.55%, berada pada klasifikasi “Cukup”.
3. Tingkat capaian media pembelajaran Penjasorkes dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMP Kecamatan IV Jurai kabupaten Pesisir Selatan sebesar 45.45%. berada pada klasifikasi “Cukup”.

B. Saran

Adapun saran-saran yang dapat penulis kemukakan pada kesempatan ini antara lain adalah ditujukan kepada:

1. Diharapkan kepada kepala sekolah untuk lebih memperhatikan pentingnya pembelajaran Penjasorkes agar terlaksana dengan baik sehingga dapat meningkatkan kesegaran jasmani siswa.
2. Diharapkan kepada guru untuk meningkatkan perannya guru harus lebih memperhatikan indikator perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi pembelajaran.

3. Diharapkan kepada guru pendidikan jasmani untuk mengaplikasikan ilmunya, terutama pada penggunaan metode pembelajaran dan pemanfaatan medianpembelajaran dalam mencapai kemajuan perkembangan ilmu pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.
4. Orang tua siswa agar dapat memotivasi anaknya dalam mengikuti pelaksanaan belajar mengajar di sekolah dengan baik
5. Dinas terkait, agar dapat memantau tentang pengadaan sarana dan prasarana pendidikan, seperti sarana dan prasarana untuk kegiatan pembelajaran maupun kegiatan aktivitas pengembangan diri olahraga sepakbola di Sekolah.
6. Peneliti berikutnya agar dapat meneliti lebih dalam lagi mengenai pelaksanaan proses belajar mengajar Penjasorkes dari faktor-faktor yang lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Abu. 2002. *Psikologi Sosial*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- A.M, Sardiman. 2010. *Interaksi dan Motivasi Belajar-Mengajar*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Arsil. 2010. *Evaluasi Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Malang: Wineka Media.
- Gusril. 2008. *Model Pengembangan Motorik Siswa Sekolah Dasar*. Padang: UNP Press Padang
- Hendri, Neldi. 2007. *Pemanfaatan Media Pembelajaran Renang*. Malang: Wineka Media.
- Hamalik, Oemar. 2009. *Kurikulum dan Pembelajaran*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Hanafiah & Suhana, Cucu. 2012. *Konsep Strategi Pembelajaran*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Hasibuan, J.J & Moedjiono. 2012. *Proses Belajar Mengajar*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Latuheru, Jhon. 1988. *Media Pembelajaran Dalam Proses Belajar-Mengajar Masa Kini*. Jakarta: PPLPTK.
- Mutohir, T.Cholik dkk. 2004. *Perkembangan Motorik Pada Masa Anak-anak*. Jakarta: PPKKO, Dirjen Olahraga, Depdiknas
- Riduwan. 2005. *Skala Pengukuran Variabel-Variabel Penelitian*. Bandung : Alfabeta.
- Rohani HM, Ahmad. 2010. *Pengelolaan Pengajaran (Sebuah Pengantar Menuju Guru Profesional)*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rosdiani, Dini. 2012. *Model Pembelajaran Langsung Dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta
- Slamento. 1995. *Belajar dan Faktor-faktor yang mempengaruhi* . Jakarta : Rhineka Cipta
- Suryosubroto. 1997. *Proses Belajar Mengajar Di Sekolah*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Syaiful, Sagala. 2003. *Konsep dan Makna Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta.