

**PELAKSANAAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI
OLAHRAGA DAN KESEHATAN PADA
SMP NEGERI 26 PADANG**

SKRIPSI

*Untuk memperoleh sebagian persyaratan
memperoleh gelar Sarjana Pendidikan*



**SALNURI KUMALASARI
NIM 2012/1206727**

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

PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

Judul : Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada SMP Negeri 26 Padang

Nama : Salnuri Kumalasari

BP/NIM : 2012/1206727

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Januari 2016

Disetujui :

Pembimbing
Atradinal, S.Pd, M.Pd.
NIP: 197908102006041002

Pembimbing II

Drs. Willadi Rasyid M.Pd
NIP. 195911211986021006

Mengetahui :
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga

Drs. Zarwan, M.Kes
NIP. 196112301988031003

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Salnuri Kumalasari
NIM : 2012/1206727

Dinyatakan lulus setelah mempertahankan di depan Tim Penguji
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
dengan judul

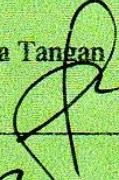
**Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
pada SMP N 26 Padang**

Padang, Januari 2016

Tim Penguji :

1. Ketua : Atradinal, S.Pd, M.Pd
2. Sekretaris : Drs, Willadi Rasyid, M.Pd
3. Anggota : Drs, Nirwandi, M.Pd
4. Anggota : Drs, Qalbi Amra, M.Pd
5. Anggota : Drs, Edwarsyah, M.Kes

Tanda Tangan

1. 
2. 
3. 
4. 
5. 

Surat Keterangan Tidak Plagiat

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Salnuri Kumalasari
BP/NIM : 2012/1206727
Tempat Tanggal Lahir : Solok,07 Februari 1994

Menyatakan bahwa sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul " Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada SMP Negeri 26 Padang" adalah benar merupakan karya asli saya dan bukan merupakan plagiat dari karya orang lain. Kecuali kutipan yang disebutkan sumbernya. Apabila suatu saat terbukti saya melakukan plagiat maka saya bersedia diproses dan menerima sanksi akademis maupun hukum dan ketentuan yang berlaku, baik instansi UNP maupun di masyarakat dan Negara.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran rasa tanggung jawab sebagai anggota masyarakat ilmiah.

Padang, Januari 2016

Saya yang menyatakan



Salnuri Kumalasari

2012/1206727

ABSTRAK

Salnuri Kumalasari 2016: "Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada SMP Negeri 26 Padang" Skripsi. Padang: Program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan.

Permasalahan yang terjadi dalam penelitian ini adalah Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Olahraga di SMPN 26 Padang tidak berjalan dengan sebagaimana yang diharapkan. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat bagaimana pelaksanaan pembelajaran penjasorkes yang meliputi rencana pelaksanaan pembelajaran, metode pembelajaran dan evaluasi pembelajaran di SMPN 26 Padang.

Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa Kelas VII yang ada di SMP Negeri 26 Padang yang berjumlah 260 orang ditambah 3 orang guru penjasorkes. Sampel dalam penelitian diambil menggunakan teknik *purposive random sampling* yang berjumlah 45 orang. Instrumen yang digunakan untuk memperoleh data adalah dengan cara menyebarkan angket. Angket yang digunakan adalah angket dengan skala Likert. Teknis analisis data menggunakan teknik distribusi frekwensi atau statistic deskriptif.

Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh hasil (1). Perencanaan pengajaran yang telah dilaksanakan guru pendidikan jasmani di SMP Negeri 26 Padang, dari pernyataan yang diberikan kepada tiga orang responden dapat disimpulkan bahwa perencanaan pengajaran guru tersebut dikatakan baik dengan rata-rata jawaban 65.58%. (2). Metode pembelajaran yang telah dilaksanakan guru pendidikan jasmani di SMP Negeri 26 Padang, dari pernyataan yang diberikan kepada 42 responden dapat disimpulkan bahwa metode pembelajaran tersebut dikatakan baik dengan rata-rata jawaban 78.31%. (3). Evaluasi siswa dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani di SMP Negeri 26 Padang, dari pernyataan yang diberikan kepada 42 responden dapat disimpulkan bahwa motivasi siswa tersebut dikatakan baik dengan rata-rata jawaban 63.81%.

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan proposal dengan judul “**Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada SMP Negeri 26 Padang**”.

Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP). Dalam penyusunan skripsi ini penulis menyadari masih banyak kekurangan, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca demi kesempurnaan.

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

1. Drs. H. Syafrizal, M.Pd, Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.
2. Drs. Zarwan, M.Kes, Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.
3. Atradinal, S.Pd, M.Pd,Pembimbing I dan Drs. Willadi Rasyid, M.Pd selaku Pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan dan dorongan, semangat, pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti dalam penulisan skripsi ini.
4. Tim Penguji yang telah memberikan masukan, saran, motivasi, sumbangsan pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti baik dalam penulisan maupun dalam menguji skripsi ini.
5. Seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada penulis selama penulis mengikuti perkuliahan.

6. Buat teman-teman yang senasib dan seperjuangan yang tidak disebutkan namanya satu persatu yang telah memberikan bantuan dan dorongan baik moril maupun materil dalam penyusunan skripsi ini.
7. Kepada kedua orang tua yang telah memberikan dorongan dan do'a sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

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

Padang, Januari 2016

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI**HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI**

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR GAMBAR	vii

BAB I PENDAHULUAN

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

BAB II KERANGKA TEORITIS

A. Kajian Teori.....	7
1. Pengertian Pendidikan Jasmani	7
2. Pengertian Perencanaan Pengajaran	10
3. Metode Pembelajaran Penjas.....	14
4. Pelaksanaan Evaluasi Pembelajaran Penjasorkes	18
B. Kerangka Konseptual.....	20
C. Pertanyaan Penelitian.....	21

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	22
B. Waktu dan Tempat Penelitian	22
C. Populasi dan Sampel.....	22
D. Jenis dan Sumber Data.....	24
E. Teknik Pengumpulan Data	25
F. Instrumen Penelitian	26
G. Teknik Analisis Data.....	27

BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Verifikasi Data	29
B. Deskripsi Data.....	29
C. Perencanaan Pengajaran Guru Penjas.....	30

D. Metode Pengajaran.....	32
E. Evaluasi Belajar Siswa.....	35
F. Pembahasan.....	39
G. Perencanaan Pengajaran.....	40
H. Metode Pembelajaran.....	40
I. Evaluasi Belajar Siswa.....	42
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	43
B. Saran-saran.....	44
DAFTAR PUSTAKA	45
LAMPIRAN	46

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 1. Distribusi Populasi Penelitian.....	23
Tabel 2. Distribusi Sampel Penelitian	24
Tabel 3. Kisi-kisi Kuisioner	27
Tabel 4. Kategori nilai rata-rata	28
Tabel 5.Distribusi Frekuensi Data Perencanaan Pengajaran	30
Tabel 6. Metode Pembelajaran.....	33
Tabel 7.Distribusi Frekuensi Evaluasi Belajar Siswa.....	36

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 1. Kerangka Konseptual	20
Gambar 2. Histogram Perencanaan Pengajaran	32
Gambar 3.Histogram Metode Pembelajaran.....	35
Gambar 4.Histogram Evaluasi Belajar Siswa	39

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 1. Kisi-kisi Angket Penelitian	46
Lampiran 2. Angket Penelitian	47
Lampiran 3. Foto Dokumentasi Penelitian	52

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam pembangunan bangsa, maka Peningkatan mutu pendidikan merupakan salah satu strategi yang sangat penting. Upaya tersebut memiliki peranan strategis dalam kerangka pembangunan bangsa Indonesia secara keseluruhan, karena menyangkut usaha menyiapkan sumber daya manusia sebagai pelaksana pembangunan di masa yang akan datang. Hal ini sejalan dengan tuntutan Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional (UUSPN) No 20/2003 Bab II Pasal 3 yang berbunyi sebagai berikut :

"Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab".

Berdasarkan kutipan di atas, maka pendidikan merupakan salah satu hal yang sangat pokok dilaksanakan untuk peningkatan mutu bangsa Indonesia, karena tanpa pendidikan maka bangsa kita ini akan tertinggal dari bangsa lain di dunia ini.

Untuk mencapai tujuan di atas, kita dituntut untuk selalu menambah, memperdalam, meningkatkan kualitas dan kuantitas ilmu pengetahuan serta keterampilan. Salah satu upaya untuk mewujudkan tujuan di atas adalah melalui pengajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (Penjasorkes).

Mata pelajaran penjasorkes diberikan kepada seluruh sekolah mulai dari SD sampai Perguruan Tinggi. Untuk kelancaran proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan maka disusunlah Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP 2006) dengan tujuan seperti dijelaskan :

"(1) mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih, (2) meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik:, (3) meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar, (4) meletakkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar, (5) meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, (6) mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan, (7) memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil serta memiliki sikap yang positif."

Dengan adanya Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, besar kemungkinan manusia Indonesia memiliki jasmani yang sehat, mempunyai keterampilan gerak dasar yang benar, berdisiplin serta beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa. Oleh karena itu pelaksanaan pembelajaran penjasorkes perlu mendapatkan perhatian secara sungguh-sungguh dari satuan pendidikan, terutama guru penjasorkes di smp. Penyelenggaraan pembelajaran secara sistematis dan terarah, memungkinkan apa yang diharapkan akan tercapai dengan baik. Mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan merupakan salah satu mata pelajaran yang wajib diajarkan pada peserta didik di sekolah, yang diberikan sesuai dengan kurikulum yang ada, Menurut Agus Mahendra (2008:7) "Pendidikan Jasmani

adalah suatu aktivitas fisik yang dilakukan untuk meningkatkan kebugaran jasmani dan meningkatkan taraf kesehatan anak".

Sesuai dengan tujuan pendidikan jasmani dan kesehatan di atas, jelaslah betapa pentingnya mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan bagi siswa karena dengan adanya aktifitas yang dilakukan dengan menggunakan fisik, maka bagi siswa sekolah dasar khususnya akan dapat meningkatkan taraf kesegaran jasmani, membantu pertumbuhan tubuh, memperlancar peredaran darah dan membantu perkembangan organ tubuh termasuk perkembangan psikis anak.

Dengan adanya pendidikan jasmani dan kesehatan besar kemungkinan untuk menciptakan manusia Indonesia yang memiliki jasmani yang sehat, mempunyai keterampilan gerak dasar yang benar dan dapat menciptakan manusia pembangunan yang disiplin serta beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, oleh karena itu pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan seharusnya berjalan menurut semestinya sesuai dengan yang telah ditetapkan dalam kurikulum.

Berdasarkan pengamatan peneliti ditemui bahwa pelaksanaan pembelajaran penjasorkes di SMP Negeri 26 Padang masih belum terlaksana dengan baik. Hal ini telihat dari kurang bersemangatnya siswa dalam mengikuti proses belajar penjas. Kurang terlaksananya pembelajaran penjasorkes dimaksud dimungkinkan oleh banyak faktor antara lain; Perencanaan pembelajaran, dukungan orang tua, motivasi belajar siswa, penggunaan metode mengajar, dukungan kepala sekolah dan sarana prasarana.

Hal ini juga menyebabkan hasil evaluasi belajar siswa belum mencapai hasil yang baik. Oleh sebab itu, untuk mengetahui faktor yang paling dominan sebab penyebab kurang terlaksananya pembelajaran penjasorkes pada SMP Negeri 26 Padang perlu dilakukan penelitian. Untuk itu peneliti mengangkat judul penelitian “Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada SMP Negeri 26 Padang”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah diantaranya

1. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)
2. Metode Pembelajaran
3. Evaluasi Siswa
4. Kompetensi guru
5. Dukungan Kepala Sekolah
6. Sarana dan prasarana

C. Pembatasan Masalah.

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas maka penelitian ini dibatasi pada Pelaksanaan Mata Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMP Negeri 26 Padang, yang berkaitan dengan:

1. Perencanaan Pengajaran
2. Metode Pembelajaran

3. Evaluasi belajar

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Bagaimana persiapan guru dalam menyiapkan Perencanaan Pengajaran Penjasorkes di SMP Negeri 26 Padang?
2. Bagaimana metode pembelajaran yang digunakan dalam pelaksanaan pembelajaran penjasorkes pada SMP Negeri 26 Padang?
3. Bagaimanakah Evaluasi siswa dalam pembelajaran penjasorkes SMP Negeri 26 Padang?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Persiapan guru dalam membuat Perencanaan Pengajaran Penjasorkes pada SMP Negeri 26 Padang.
2. Pelaksanaan pembelajaran dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan di SMP Negeri 26 Padang.
3. Evaluasi siswa dalam pembelajaran penjasorkes di SMP Negeri 26 Padang.

F. Manfaat Penelitian

Sesuai dengan masalah dan tujuan penelitian yang telah dirumuskan maka penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi pihak-pihak sebagai berikut:

1. Salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan S1 di FIK UNP.
2. Berguna bagi guru Penjas Orkes dalam proses pembelajaran di sekolah.
3. Sebagai bahan masukan bagi pihak sekolah terutama bagi kepala sekolah.
4. Sebagai bahan informasi bagi guru Penjas Orkes.
5. Bahan masukan bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti permasalahan ini secara mendalam.
6. Sumbangan bagi khasanah ilmu pengetahuan, pengembangan ilmu pengetahuan serta sebagai pengetahuan bagi pembaca.

BAB II

KERANGKA TEORITIS

A. Kajian Teori

1. Pengertian Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani adalah suatu tahap atau aspek dari proses pendidikan keseluruhan, yang berkenaan dengan perkembangan dan penggunaan kemampuan perkembangan gerak individu yang dilakukan atas kemauan sendiri serta bermanfaat dengan reaksi atau respon yang terkait langsung dengan mental, emosi dan sosial. Hal ini senada yang disampaikan Arma Abdullah (1994:5) mengatakan:

"Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perorangan maupun sebagai anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematik melalui kegiatan jasmani yang insentif dalam rangka memproleh peningkatan kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan, kecerdasan dan pembentukan watak".

Dalam penjelasan lain oleh Bucher (1983) dalam Aif Syarifuddin (2001:1.17) mengatakan bahwa "Pendidikan jasmani terdiri dari dua kata jasmani (*physical*) dan pendidikan (*education*) kata jasmani memberikan pengertian pada bermacam-macam kegiatan jasmani yang meliputi : kekuatan jasmani, pengembangan jasmani, kecakapan jasmani, kesehatan jasmani dan penampilan jasmani Sedangkan pendidikan adalah suatu proses yang memberikan perhatian pada pengembangan jasmani manusia".

Hal ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Webster's New Collegiate Distinery (1980) menyatakan bahwa "Pendidikan jasmani (physical education) adalah pengajaran yang memberikan perhatian pada pengembangan fisik dari mulai latihan kalistenik latihan untuk kesehatan, senam serta fefomasi dan olahraga pertandingan". Namun hal itu berbeda dengan yang dikemukakan oleh Ensiklopedia Indonesia menyebutkan bahwa "Pendidikan jasmani adalah olahraga yang dilakukan tidak semata-mata untuk mencapai prestasi, terutama yang dilakukan disekolah-sekolah, terdiri atas latihan tanpa alat dan dengan alat dilakukan didalam ruangan dan dilapangan terbuka".

Demikian pula menurut Menpora (1984) (dalam Aif Syarifuddin 2001: 1.18) mengatakan "Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang maupun anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan keterampilan jasmani pertumbuhan kecerdasan dan pembentukan watak". Pendapat Menpora tersebut sejalan dengan yang tertera didalam *International Charter of Physical Education* (1974) mengemukakan:" Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai individu maupun sebagai anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan, kecerdasan dan pembentukan watak". Namun penjelasan tersebut berbeda dengan yang dikemukakan oleh

Ateng (1993) (dalam Aif Syarifuddin 2001: 1.18) mengemukakan "Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan melalui berbagai kegiatan jasmani yang bertujuan mengembangkan individu secara organik, neoromusuler, intelektual dan emosional". Pendapat ini berbeda menurut Scaton (1974) mengatakan bahwa "Pendidikan jasmani adalah bentuk pendidikan yang memberikan perhatian pada pengajaran pengetahuan sikap dan keterampilan gerak manusia ". Demikian pula pendapat Baley dan Field (1976) yang memberikan pengertian pendidikan jasmani adalah "Suatu proses pendidikan melalui pemilihan aktivitas fisik yang akan menghasilkan adaptasi pada organik syaraf otot, intelektual, sosial, kultural, emosional dan estetika". Lebih lanjut Nixson dan Cozens(1959) (dalam Aif Syarifuddin 2001: 1.19) mengemukakan "Pendidikan jasmani adalah phase dari pendidikan keseluruhan yang berhubungan dengan aktivitas berat yang mencakup sistem serta hasil belajar dari partisipasi dalam aktivitas tersebut" Pendapat yang dikemukakan para ahli di atas dapat diartikan bahwa pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang atau masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematik melalui kegiatan jasmani yang insentif secara keseluruhan yang berkenaan dengan perkembangan dan penggunaan kemampuan gerak individu yang dilakukan atas kemauan diri sendiri serta bermanfaat dengan reaksi atau respon yang terkait langsung dengan mental, emosi dan sosial.

Didalam pendidikan jasmani terdapat pendidikan kesehaian rekreasi dan tari. Menurut Ateng (1992) (dalam Arif Syarifuddin 2001: 1.18) mengemukakan Pendidikan kesehatan meliputi pengejaran kesehatan pelayanan kesehatan dan kesehatan lingkungan tujuannya adalah kebiasaan hidup sehat.

2. Pengertian Perencanaan Pengajaran

Pengembangan instruksional dalam pengembangan sistem pengajaran oleh M. Ali Husein dan Mudhofir dalam Subagyo dkk, 1999: 210) digambarkan "Pengembangan satuan pengajaran merupakan langkah pengembangan dan pelaksanaan pengajaran sebagai suatu sistem untuk mencapai tujuan secara efisien dan efektif. Langkah-langkah tersebut yaitu: 1) Merumuskan tujuan Kompetensi dasar, 2) Menyusun alat evaluasi, 3) menentukan kegiatan belajar dan materi pembelajaran, 4) merencanakan program kegiatan dan 5) melaksanakan program pengajaran.

Pelaksanaan pengajaran adalah proses belajar mengajar yang merupakan suatu sistem yang memilih komponen-komponen: Tujuan pengajaran, bahan pelajaran, kegiatan belajar mengajar, alat-alat pelajaran/ sumber dan evaluasi. Sesungguhnya hakikat setiap proses pembelajaran setiap proses belajar mengajar menuntut direncanakan masing-masing komponen secara sistematis agar tercipta suatu proses belajar yang optimal.

Di dalam kenyataan banyak guru sebagai pengajar tidak merasa berencana melakukan kegiatan profesionalnya, yaitu menetapkan tujuan-tujuan yang hendak dicapai, memilih bahan-bahan yang paling tepat, menentukan pendekatan belajar yang paling memadai, merencanakan strategi belajar yang paling ampuh, memilih alat-alat yang serasi dan tidak mengukur alat tersebut seberapa jauh tujuan yang telah ditetapkan telah tercapai yang lazim dilakukan adalah mengajarkan bahan tanpa mempersoalkan untuk mencapai tujuan apa bahan tersebut diajarkan.

Akibat sukar untuk menentukan apakah metode atau pendekatan yang digunakan adalah metode yang paling cocok dan sukarnya kita mengukur apakah proses belajar mengajar yang kita tempuh benar-benar telah efektif. Satu-satunya yang dapat kita ketahui adalah guru telah selesai mengajarkan suatu bahan pelajaran. Sebagai mana tadi telah dijelaskan bahwa tujuan proses belajar mengajar dilaksanakan adalah bagaimana tujuan pembelajaran itu dapat tercapai dan mampu dikuasai oleh siswa, maka jelaslah memerlukan persiapan dan perencanaan sebelumnya.

Menurut Winarsono Surakhmad dalam pengantar interaksi Mengajar Belajar seperti dikutip Subagyo (1999: 211) menyatakan bahwa persiapan interaksi edukatif meliputi persiapan "1) Situasi umum, 2) murid yang dihadapi, 3) tujuan yang akan dicapai, 4) bahan yang akan diajarkan, 5) metode mengajar, 6) alat-alat bantu, 7) teknik-teknik evaluasi. Dengan demikian diartikan juga bahwa pengajaran atau kegiatan proses belajar mengajar yang dilaksanakan oleh guru adalah suatu proses

kegiatan yang diatur sedemikian rupa menurut langkah-langkah yang telah digariskan dalam Kurikulum. Agar pelaksanaannya mencapai hasil yang diharapkan pengaturan ini dituangkan dalam bentuk perencanaan mengajar.

Philips dalam Harjanto, (1997:6) mengemukakan perencanaan pelajaran dalam arti luas adalah "Suatu penerapan yang rasional dari analisis sistematis proses perkembangan pendidikan dengan tujuan agar pendidikan itu lebih efektif dan efisien sesuai dengan kebutuhan dan tujuan para murid dan masyarakat".

Perencanaan pengajaran merupakan suatu proses penyusunan alternatif kebijaksanaan mengatasi masalah yang akan dilaksanakan dalam rangka pencapaian tujuan pembangunan pendidikan nasional dengan mempertimbangkan kenyataan-kenyataan yang ada dibidang sosial ekonomi, sosial budaya dan kebutuhan pembangunan secara menyeluruh terhadap pendidikan nasional.

Sebelum proses belajar mengajar itu berlangsung terlebih dahulu guru membuat program pengajaran yang dituangkan kedalam program semester dan program tahunan yang telah diatur di dalam silabus atau kurikulum berdasarkan kompetensi dasar dan standar kompetensi. Program semester dan tahunan merupakan inti program pengajaran dengan membagi alokasi waktu berdasarkan kompetensi dan kompetensi dasar yang telah disusun yang dibagi kepada beberapa indikator-indikator untuk satu semester atau satu tahun. Program tahunan ini dituangkan dalam

bentuk Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Rencana Pelaksanaan Pembelajaran adalah suatu rencana yang akan diajarkan oleh guru dalam beberapa kali tatap muka atau pertemuan dan menetapkan Kompetensi Dasar, standar kompetensi, indikator-indikator metode pembelajaran, sumber belajar, alat pembelajaran langkah-langkah pembelajaran tujuan pembelajaran dan evaluasi yang akan diajarkan dalam proses belajar mengajar. Langkah-langkah untuk menyusun rancangan pembelajaran diuraikan pada pembahasan berikut:

a. Persiapan perangkat pembelajaran

Membuat persiapan dan perangkat pembelajaran yang berpedoman kepada Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP 2006) yaitu:

- 1) Program semester yang berisikan garis-garis besar mengenai hal-hal yang hendak dilaksanakan dan dicapai dalam semester tersebut 2) Program Tahunan yang merupakan suatu program yang dirancang berdasarkan alokasi waktu dalam satu tahun untuk kegiatan proses pembelajaran 3) Silabus yang terdiri dari (a) nama sekolah,(b) mata pelajaran (c) Kelas/Semester (d) Standar Kompetensi (e) Kompetensi Dasar (f) Indikator pembelajaran (g) Tujuan Pembelajaran (h) Kegiatan Belajar Mengajar(KBM)(i)Alat dan Sumber pembelajaran dan (j) Metode pembelajaran serta (k) Evaluasi pembelajaran 4) Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) terdiri dari (a) mata pelajaran (b) Kelas/Semester (c) alokasi waktu (d) Kompetensi Dasar/ Standar Kompetensi (e) Indikator (f) materi Pembelajaran (g) Kegiatan belajar mengajar (h) Sumber dan alat (i) evaluasi 5) Evaluasi pembelajaran. Evaluasi adalah kegiatan proses penilaian yang harus dilakukan oleh seorang guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang bertujuan untuk mengukur tingkat keberhasilan siswa dalam melakukan aktivitas pelajaran dan seberapa besar kontribusi hasil belajar telah dapat dicapai

Menurut Undang RI No. 3 tahun (2003) dijelaskan " ada tiga aspek yang dijadikan dasar penilaian yaitu (a) Kognitif artinya test atau evaluasi melalui menguji kemampuan berpikir peserta didik (b) Afektif artinya penilaian sikap dan tingkah laku dan psikomotor yaitu kemampuan gerak yang dilakukan oleh siswa.

Didalam memberikan penilaian yang dilakukan oleh guru berdasarkan dari hasil test yang diberikan secara objektif, menurut Suharsimi (1989:274) dimana fungsi penilaian tersebut adalah sebagai berikut:

- 1) Fungsi instruksional adalah mengusahakan agar perkembangan belajar siswa mencapai tingkat yang optimal sehingga dapat memberikan umpan balik yang dicapai siswa dalam pengajaran 2) Fungsi informatif adalah memberikan nilai siswa kepada orang tuanya agar mereka mengetahui kemajuan yang diperoleh anaknya 3) Memberikan perhatian lebih, memberikan hadiah untuk memacu motivasi belajar anak tersebut 4) Fungsi bimbingan adalah memberikan gambaran nilai siswa sehingga petugas bimbingan sekolah dapat mengarahkan siswa mencapai pribadi seutuhnya 5) Fungsi administrasi adalah menentukan kelulusan siswa dan menetapkan hasil laporan dari guru setiap akhir tahun pelajaran (Suharsimi : 1989:274)

3. Metode Pembelajaran Penjas

Dalam proses pembelajaran kita selalu menggunakan istilah metode yang pengertiannya sangat berbeda jika metode tersebut di pandang dari bidang lain. Khairuddin Hutasuhut, (1999:70) Menggunakan pengertian metode adalah sebagai berikut : "Pengertian dalam ilmu pendidikan jasmani dan kesehatan. Metode adalah cara-cara pengajaran

khusus yang digunakan dalam mengelola 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".

Berdasarkan pengertian metode pembelajaran tersebut, maka metode pembelajaran adalah suatu cara yang disusun secara sistematis di dalam usaha mengantarkan siswa mencapai tujuan belajar, dimana metode yang sistematis tersebut didasarkan atas pemikiran didaktis yang turut secara bertahap dari yang mudah ke yang sulit dari yang sederhana ke yang rumit. Sesuai dengan hal yang tersebut maka metode harus mampu memberikan kemudahan bagi siswa dan jangan sampai terjadi metode yang dipilih justru menyulitkan siswa dalam penguasaan materi pembelajaran yang diberikan oleh guru sehingga pencapaian tujuan dalam proses belajar mengajar pendidikan olahraga dan kesehatan yang diharapkan oleh guru tidak tercapai sebagaimana yang diharapkan. Penyimpangan dari tujuan pembelajaran tersebut menyebabkan tidak efektifnya proses pelaksanaan belajar mengajar dan hasil yang diharapkan oleh guru sangat jauh dari yang diharapkan.

Hartman dalam Chairuddin Hutasuhut, 1999:40. Mengatakan "konsep metode pembelajaran dalam pengajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sebagai berikut :Induktif, Deduktif, Analisis, Sintesis dan Konfrontasi.

Berdasarkan kutipan di atas bahwa konsep metode induktif merupakan penemuan suatu akibat pemikiran yang logis dari khusus ke umum. Sedangkan pengertian metode deduktif adalah penemuan sesuatu akibat pemikiran yang logis dari yang umum ke yang khusus. Chairuddin Hutasuhut, (1987:18). Membandingkan kedua metode tersebut antara lain :"Induktif dituntut kemandirian spontanitas mengumpulkan pengalaman gerakan, guru hanya memberikan dorongan dan bantuan, sedangkan Deduktif adalah Guru memberikan petunjuk gerakan dan langkah-langkah gerakan yang tepat".

Disamping konsep metode induktif dan deduktif yang dikemukakan di atas terdapat juga penyajian materi pengajaran berdasarkan konsep metode analisis (bagian) dengan konsep metode sentesis (keseluruhan), pada konsep metode analisis segala elemen metode dipisahkan dari gerakan keseluruhan, dengan melatih setiap bagian, selanjutnya guru memperbaiki kesalahan-kesalahan yang dilakukan siswa. Sebaliknya konsep metode sintesis, guru menjelaskan dan mendemonstrasikan keseluruhan elemen-elemen gerakan yang ada dalam materi pelajaran yang diajarkan kemudian siswa melatih keseluruhan gerakan yang kasar, setelah siswa melakukan gerakan yang kasar guru memperbaiki kesalahan-kesalahan yang dilakukan oleh siswa.

Dari aktivitas gerakan yang dilakukan oleh siswa dan adanya koreksi dari guru maka siswa akan memiliki kemampuan dalam melakukan gerakan-gerakan yang sesuai mengarah kepada kebenaran

gerakan sebagaimana yang telah di berikan petunjuk oleh guru secara baik dan benar yang akhirnya siswa mampu menerapkan perbaikan-perbaikan gerakan tersebut sesuai dengan petunjuk guru.

Menurut Subagio dkk (1999:146) metode dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan antara lain: (1) Metode ceramah (2) Metode Tanya jawab (3) Metode Diskusi (4) Metode latihan (5) Metode demontrasi dan eksperimen (6) Metoda Pemberian tugas(7) Metode karyawisata dan (8) Metode kerja kelompok.

Berdasarkan kutipan di atas dapat dipahami bahwa dalam pelaksanaan proses belajar mengajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan banyak metode yang dapat diberikan atau dilaksanakan oleh guru. Dengan variasi metode yang diberikan sesuai dengan metode pembelajaran yang sedang diajarkan sehingga adanya input dari siswa dimana input tersebut dapat menambah wawasan, pengalaman belajar, memperkaya teknik gerakan, meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa dalam mengikuti proses belajar mengajar. Dengan demikian diharapkan proses belajar mengajar akan lebih efektif dan efisien dan tujuan pembelajaran yang diinginkan oleh guru lebih jelas arah atau sasaran yang akan dituju sebagaimana yang dituntut dalam kurikulum KTSP 2006.

4. Pelaksanaan Evaluasi Pembelajaran Penjasorkes

Pelaksanaan evaluasi atau penilaian merupakan tugas lanjutan dari guru untuk menilai apakah tujuan, kemampuan dalam menerima pelajaran dan hasil belajar di kelas telah dicapai oleh siswa. Penilaian yang dilakukan guru Penjasorkes dilihat dengan menguji siswa dalam melaksanakan gerakan yang telah dipelajarinya dan bagaimana siswa mengembangkan gerakan tersebut. Penilaian ini diambil dengan menggunakan laporan hasil pengamatan guru di setiap akhir pelajaran.

Dengan adanya lembar pengamatan tersebut maka memudahkan guru dalam memberikan penilaian yang objektif karena dari hasil pengamatan tersebut nilai yang diperoleh siswa dijadikan sebagai patokan keberhasilan siswa. Fungsi penilaian yang diberikan guru kepada siswa di akhir semester menurut Arikunto (1997:282) adalah “Fungsi instruksional, fungsi informatif, fungsi bimbingan, dan fungsi administratif”. Fungsi instruksional adalah mengusahakan agar pengembangan belajar siswa mencapai tingkat yang optimal sehingga dapat memberikan umpan balik yang dicerminkan sebagai hasil yang telah dicapai siswa dalam pengajaran.

Fungsi informatif adalah memberikan nilai siswa kepada ortunya agar mereka mengetahui kemajuan yang diperoleh anaknya di sekolah, sehingga orang tua dapat memberikan perhatian yang lebih lagi dalam menunjang pendidikan anaknya. Fungsi bimbingan adalah memberikan gambaran nilai siswa sehingga petugas bimbingan sekolah dapat membantu mengarahkan siswa sehingga mencapai pribadi siswa yang seutuhnya. Fungsi administratif

adalah menentukan kelulusan siswa, menempatkan siswa, pemberian siswa, pemberian rekomendasi untuk melanjutkan belajar dan memberikan gambaran tentang prestasi siswa kepada calon pemakai tenaganya.

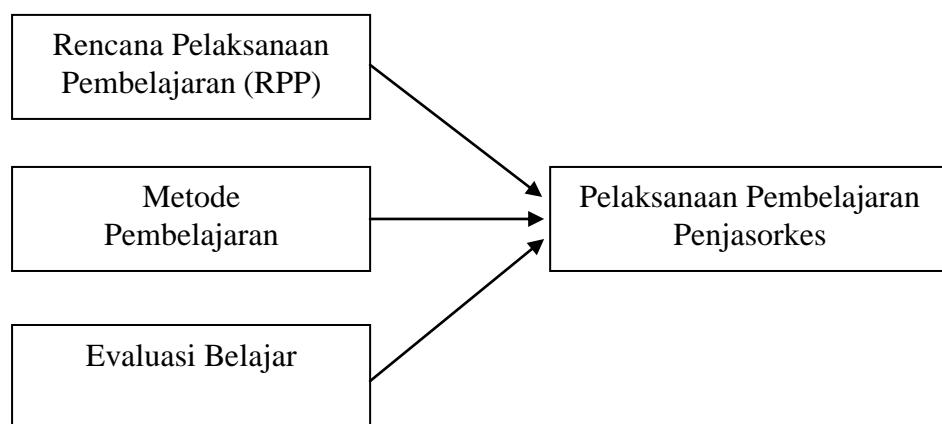
Pelaksanaan evaluasi belajar siswa pada pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dilakukan dengan penilaian tes kemampuan dasar yang dilakukan untuk mengetahui kemampuan memperagakan berbagai kegiatan yang diberikan guru setelah melalui proses pembelajaran. Setelah penilaian dilakukan, maka diberikan remedial terhadap siswa yang belum mampu menyelesaikan tugasnya untuk melengkapi kekurangan nilainya. Dalam pelaksanaan tes perbuatan (motorik), soal-soal disampaikan dalam bentuk tugas. Dengan demikian tes perbuatan ini digunakan untuk menilai aspek kemampuan yang bersifat psikomotor atau keterampilan.

Pada dasarnya pendidikan jasmani merupakan bagian dan 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. Menurut umar (2004:15) “pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis, bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neoromuskuler, perceptual, kognitif, dan emosional dalam kerangka system pendidikan nasional”. Adapun aspek yang akan dilihat dari proses pelaksanaan evaluasi pengajaran menurut Depdikbud (1996:14) adalah “Menyusun alat evaluasi, memberikan nilai

balikan hasil evaluasi dan menganalisis alat evaluasi". Artinya kegiatan evaluasi pengajaran yang akan dilihat dalam penelitian ini meliputi: menyusun kisi-kisi soal, membuat item soal, melaksanakan evaluasi, memberi skor dan penilaian, mengadministrasikan hasil penilaian dan penggunaan hasil penilaian.

B. Kerangka Konseptual

Pembelajaran Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas jasmani yang di rencanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik,neurumuscular,perceptual,kognitif dan emosional dalam kerangka sistem pendidikan nasional. Permasalahan yang muncul adalah rendah nya Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan di SMP Negeri 26 Padang. Beberapa faktor yang berkaitan dengan pelaksanaan pembelajaran meliputi rencana pelaksanaan pembelajaran,metode pembelajaran,dan evaluasi pembelajaran



Gambar 1. Kerangka Konseptual

C. Pertanyaan Penelitian

1. Sejauh mana persiapan guru dalam menyiapkan Perencanaan Pengajaran?
2. Bagaimana penggunaan metode pembelajaran dalam pelaksanaan pembelajaran penjasorkes di SMP Negeri 26 Padang?
3. Seberapa besar evaluasi belajar siswa terhadap pelaksanaan pembelajaran penjasorkes di SMP Negeri 26 Padang?

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Bagaimana Motivasi siswa terhadap pembelajaran pendidikan jasmani di SMP Negeri 26 Padang dilihat dari sudut

1. Perencanaan Pengajaran

Perencanaan pengajaran yang telah dilaksanakan guru pendidikan jasmani di SMP Negeri 26 Padang, dari pernyataan yang diberikan kepada tiga orang responden dapat disimpulkan bahwa perencanaan pengajaran guru tersebut dikatakan baik dengan rata-rata jawaban 65.58%.

2. Metode Pembelajaran

Metode pembelajaran yang telah dilaksanakan guru pendidikan jasmani di SMP Negeri 26 Padang, dari pernyataan yang diberikan kepada 42 responden dapat disimpulkan bahwa metode pembelajaran tersebut dikatakan baik dengan rata-rata jawaban 78.31%.

3. Evaluasi Belajar siswa dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani di SMP Negeri 26 Padang, dari pernyataan yang diberikan kepada 42 responden dapat disimpulkan bahwa Evaluasi Belajar tersebut dikatakan baik dengan rata-rata jawaban 63.81%.

B. Saran

Berdasarkan kenyataan yang ditemui dilapangan maka peneliti mencoba memberikan sarana-saran sebagai berikut :

1. Diharapkan kepada guru pendidikan jasmani agar mempertahankan serta lebih meningkatkan dalam mempersiapkan perencanaan pembelajaran agar motivasi siswa dapat ditingkatkan lagi.
2. Diharapkan kepada guru pendidikan jasmani agar memperhatikan metode pembelajaran untuk menumbuhkan motivasi siswa terhadap pembelajaran penjasorkes.
3. Diharapkan kepada siswa agar lebih meningkatkan kreativitas belajar agar motivasi siswa terhadap pembelajaran pendidikan jasmani lebih tinggi.
4. Diharapkan kepada guru agar selalu memberikan dorongan kepada siswa agar motivasi siswa terhadap pembelajaran pendidikan jasmani dapat ditingkatkan lagi.
5. Kepada kepala sekolah agar memperhatikan ketersediaan sarana dan prasarana yang telah ada sehingga motivasi siswa terhadap pembelajaran pendidikan jasmani lebih tinggi.
6. Bagi guru pendidikan jasmani untuk masa yang akan datang dapat menggunakan sarana dan prasarana yang minim dalam proses pelaksanaan pendidikan jasmani sehingga siswa mempunyai motivasi yang tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 1989. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Bumi Aksara
- Arif, Syarifuddin 2001 *Azas dan Falsafah Pendidikan Jasmani dan Kesehatan* Universitas Jakarta.
- Arma Abdullah 1994, *Dasar-Dasar Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Jakarta
- Asril, B., 1996. *Pembinaan Olahraga Prestasi*. Padang : FPOK IKIP
- Depdikbud. 1999. *Suplemen GBPP Penyempurnaan/Penyesuaian Kurikulum 1994* . Jakarta : Depdikbud
- Depdiknas. 2006. *Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP)*. Depdiknas Jakarta
- Effendi Usman. 1984. *Pengantar Psikologi Pendidikan*. Bandung : CV Angkasa
- Fardi, Adnan. 1999. *Bola Basket Dasar*. Padang : FIK LJNP
- Harjanto. 1997. *Perencanaan Pembelajaran Penjaskes*. Jakarta CV Angkasa
- Hamalik, Oemar. 2008. *Proses Belajar Mengajar*. Sinar Grafika Jakarta
- Hendri. 1985. *Motivasi Belajar*. Grafika Bandung
- Khairuddin Hutasout. 1999. *Metode Pembelajaran Penjaskes*. Jakarta Bumi Aksara
- Lutan Rusli. 2001. *Mengajar Pendidikan Jasmani Pendekatan Pendidikan gerak di Sekolah Dasar*. Depdiknas Dirjendikdasmen Jakarta
- Nurhayati. 2008. *Minat Siswa Terhadap Olahraga Bola Basket (Skripsi)* UNP Padang
- Rasyid. 1993. *Metode Penelitian*. Tarsito Bandung
- Subagyo. 1999. *Perencanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Universitas Terbuka Jakarta
- Sugiyanto. 2000. *Seminar Nasional Keolahragaan*. Padang : UN P.
- Sudjana. 1989. *Metode Penelitian*. Tarsito : Bandung
- Yusuf, A Muri. 1997. *Metodologi Penelitian*. Padang : FIK IKIP