

**PELAKSANAAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN  
KESEHATAN DI SEKOLAH MENENGAH  
ATAS NEGERI 5 PADANG**

TESIS



Oleh

**ALFROKI MARTHA  
51635**

Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam  
mendapatkan gelar Magister Pendidikan

**KONSENTRASI MANAJEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
PROGRAM STUDI ADMINISTRASI PENDIDIKAN  
PROGRAM PASCASARJANA  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2011**

## **ABSTRACT**

**Alfroki Martha: Implementation of Learning Physical Education Sport and Health in School District 5 Padang. Thesis. Graduate Program, State University of Padang. (2011)**

In the process of learning should be a teacher must have an annual program and semester in accordance Education Unit Level Curriculum of high school, based on the grand tour by the author, the implementation of teaching physical education and health exercise in preparing, implementing, and evaluating, in accordance with the current curriculum this, the author tries to examine the teacher in preparing, implementing, and evaluating the fit of the standards process and the high school curriculum, therefore the writer tries to find the results of research by the author.

The purpose of this study to describe the true circumstances of how the implementation of teaching physical education sport and health, as well as the factors that influence in preparing, implementing and providing evaluation of the learning process of health physical education and sport in secondary schools over the country five fields.

This research was conducted with a qualitative approach, data collection is done by, observation, interviews and documentation study. The data collected was analyzed and then performed the data reduction. For extension of validity of the data used techniques of participation, persistence observation, triangulation and examination of peers and all the data can be accounted for in accountability.

The results of this study revealed that the implementation of teaching physical education in high school sports and health 5 Padang found in internal factors and external factors on the implementation of learning penjasorkes teacher. The internal factors are found the teacher "KM" is already making arrangements in the learning process, as well as in the implementation of teacher learning "KM" has delivered learning materials in both the theory and practice in the field programmatically in the syllabus, and then the teacher "KM" is also evaluating the how to retrieve the value in the field and gather further process the data and compile reports and submit the results of assessment of students to homeroom. While the external factor is the need of attention from policy makers such as principals, school committee and superintendent of education so that terciptanya standard processes in upper secondary school education.

## ABSTRAK

**Alfroki Martha (2011) : “Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Menengah Atas Negeri 5 Padang”. Tesis. Program Pascasarjana Universitas Negeri Padang.**

Dalam proses pembelajaran semestinya seorang guru haruslah mempunyai program tahunan dan semester sesuai dari Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) sekolah menengah atas, berdasarkan *grand tour* yang penulis lakukan, pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dalam mempersiapkan, melaksanakan, dan mengevaluasi, sesuai ketentuan kurikulum yang berlaku saat ini, maka penulis mencoba untuk meneliti guru dalam mempersiapkan, melaksanakan, dan mengevaluasi sesuai dari standar proses BSNP dan kurikulum sekolah menengah atas, maka dari itu penulis mencoba untuk menemukan hasil penelitian yang penulis lakukan.

Tujuan penelitian ini untuk mendiskripsikan keadaan yang sesungguhnya tentang bagaimana pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, serta faktor-faktor yang mempengaruhi dalam mempersiapkan, melaksanakan dan memberikan evaluasi terhadap proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMA N 5 Padang.

Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan kualitatif, pengumpulan data dilakukan dengan cara, observasi, wawancara dan studi dokumentasi. Data yang dikumpul dianalisis kemudian dilakukan reduksi data. Untuk keabsahan data digunakan teknik perpanjangan keikutsertaan, ketekunan pengamatan, triangulasi dan pemeriksaan teman sejawat dan semua data dapat di pertanggung jawabkan.

Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMA N 5 Padang ditemukan secara faktor internal dan faktor eksternal guru terhadap pelaksanaan pembelajaran penjasorkes. Adapun faktor internal adalah ditemukan guru “KM” sudah melakukan persiapan dalam proses pembelajaran, begitu juga dalam pelaksanaan pembelajaran guru “KM” telah menyampaikan materi pembelajaran secara teori maupun praktek di lapangan secara terprogram dalam silabus, dan selanjutnya guru “KM” juga melakukan evaluasi dengan cara mengambil nilai di lapangan dan mengumpulkan selanjutnya mengolah data dan menyusun laporan hasil penilaian dan menyerahkan nilai siswa kepada wali kelas. Sedangkan faktor eksternal adalah perlunya perhatian dari pengambil kebijakan seperti kepala sekolah, komite sekolah dan pengawas pendidikan sehingga terciptanya standar proses dalam pendidikan sekolah menengah atas.

## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, tesis dengan judul **“Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Menengah Atas Negeri 5 Padang”**. Adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik baik di Universitas Negeri Padang maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, penilaian, dan rumusan saya sendiri, tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan Tim Pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini tidak dapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau di publikasikan orang lain, kecuali di kutip secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah saya dengan disebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan pada daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, 26 Agustus 2011

Saya yang Menyatakan

Alfroki Martha  
NIM: 51635

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadirat Allah SWT karena atas berkat dan rahmadNya jumlah penelitian ini yang berjudul Perilaku Guru dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) di Sekolah Menengah Atas Negeri 5 Padang (SMA N 5 Padang) ini dapat penulis susun. Hasil Penelitian ini adalah syarat untuk melaksanakan ujian dalam menyelesaikan Tesis nantinya.

Dalam menyusun Hasil Penelitian ini, penulis banyak mendapat bimbingan, saran dan masukan dari berbagai pihak. Sehingga pada kesempatan ini pula penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. Eddy Marheni. M.Pd. selaku Ketua Prodi Manajemen Pendidikan Olahraga serta dosen penguji (kontributor) yang telah memberikan masukan dan persetujuan dalam penyelesaian tesis ini
2. Prof. Dr. Phil. H. Yanuar Kiram. Pembantu Rektor I UNP sekaligus Pembimbing I yang telah membimbing peneliti sehingga dapat menyelesaikan tesis ini.
3. Prof. Dr. Eri Barlian, M.Si Selaku Pembimbing II yang juga telah memberikan bimbingan dan arahan sehingga peneliti dapat menyelesaikan tesis ini.
4. Bapak Prof. Dr. Syafruddin, M.Pd dan Bapak Prof. Dr. Rusdinal, M.Pd sebagai Kontributor dan Penguji
5. Bapak Direktur dan Assisten Direktur I dan II serta staf pengajar dan seluruh staf tata Usaha di Pascasarjana Universitas Negeri Padang

6. Saudara-saudara rekan mahasiswa yang telah memberikan masukan untuk perbaikan tesis ini.

Semoga segala bimbingan dan dukungan yang telah diberikan akan dibalas oleh Allah SWT. Amin.

Padang, Agustus 2011

Peneliti

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>ABSTRAK BAHASA INGGRIS.....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRAK BAHASA INDONESIA.....</b>	<b>ii</b>
<b>PERSETUJUAN AKHIR.....</b>	<b>iii</b>
<b>PERSETUJUAN KOMISI.....</b>	<b>iv</b>
<b>SURAT PERNYATAAN.....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>xi</b>
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Masalah dan Fokus Penelitian .....	9
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian.....	10
<b>BAB II. KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Hakekat Perilaku, Pembelajaran dan Penjasorkes 12	
1. Hakekat Perilaku .....	12
2. Hakekat Pembelajaran .....	16
3. Hakekat Penjasorkes .....	17
B. Konsep Pengelolaan Pembelajaran Penjasorkes.....	19
1. Tujuan Pendidikan Jasmani .....	19
2. Proses Dalam Pembelajaran Penjasorkes .....	22
<b>BAB III. METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Pendekatan Penelitian .....	25
B. Informan Penelitian.....	26
C. Teknik dan Alat Pengumpulan Data.....	27
1. Teknik Pengumpulan Data .....	27
2. Alat Pengumpul Data .....	30

D. Teknik Menjamin Keabsahan Data .....	30
E. Teknik Analisis Data .....	32

#### **BAB IV. HASIL PENELITIAN**

A. Temuan Penelitian.....	35
1. Temuan Umum.....	35
A. Gambaran Umum SMAN 5 Padang.....	35
B. Keadaan Siswa.....	36
C. Kondisi Guru .....	37
D. Kondisi Pegawai.....	37
E. Sarana dan Prasarana.....	38
F. Kondisi Orang Tua/Wali.....	39
2. Temuan Khusus.....	39
A. Pelaksanaan dalam merencanakan pembelajaran penjasorkes.....	39
B. Pelaksanaan dalam melaksanakan pembelajaran penjasorkes.....	42
C. Pelaksanaan evaluasi dalam pembelajaran Penjasorkes.....	44
B. Pembahasan.....	46
1. Pelaksanaan Dalam Merencanakan Pembelajaran Penjasorkes di SMAN 5 Padang.....	46
2. Pelaksanaan Pembelajaran pada Penjasorkes di SMAN 5 Padang.....	48
3. Pelaksanaan Pembelajaran dalam Mengevaluasi Penjasorkes di SMAN 5 Padang.....	52
4. Usaha Yang Dilakukan Dalam Meningkatkan Pelaksanaan pembelajaran Penjasorkes Ditinjau Dari Segi Persiapan, Pelaksanaan Dan Evaluasi.....	54
A. Melalui Penataran dan Pelatihan.....	54
B. Melalui Kelompok Kerja Guru (KKG) Penjasorkes.....	56
C. Melalui Peningkatan Kemampuan Guru Dalam merencanakan Pembelajaran Penjasorkes.....	58
D. Melalui Peningkatan Pengembangan Tes dan Evaluasi Belajar Penjasorkes.....	61

#### **BAB V. KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN**

A. Kesimpulan.....	64
--------------------	----

B. Implikasi .....	65
C. Saran.....	66
<b>DAFTAR RUJUKAN .....</b>	<b>67</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Jumlah Keadaan Siswa SMA N 5 Padang 3 tahun terakhir .....	35
2. Jumlah Keadaan Guru SMA N 5 Padang .....	36
3. Jumlah Keadaan Pegawai SMA N 5 Padang .....	36
4. Jumlah Sarana dan Prasarana SMA N 5 Padang .....	37
5. Tingkat Pendidikan Orang Tua/Wali Siswa tahun 2010-2011.....	38

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Guru Penjasorkes sedang mempersiapkan bahan ajar ada malam hari untuk persiapan pembelajaran esok harinya.....	60
2. Persiapan pembelajaran yang di lakukan guru sangat penting sekali untuk pelaksanaan pembelajaran di lapangan esok harinya.....	60
3. Guru Penjasorkes Sedang menjelaskan materi yang di ajarkan di lapangan.....	61
4. Guru Penjasorkes memberikan pertanyaan kepada siswa tentang materi pelajaran pada pertemuan sebelumnya, dan siswa mengangkat tangan ingin menjawab pertanyaan dari guru.....	61
5. Guru Penjasorkes sedang ikut sertadalam proses pembelajaran materi Voly Ball.....	62
6. Foto bersama Peneliti dengan siswa dan Guru penjasorkes di lapangan Basket SMA N 5 Padang.....	62
7. Guru penjasorkes memberikan contoh pelaksanaan start jongkok lari 400 m putra di Gor. H. Agus Salim Padang.....	63
8. Guru penjasorkes mengambil waktu lari 400 m putri di Gor. H. Agus Salim Padang.....	63

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Lembaran Pengkodean Analisis data dan unit-unit kategori reduksi data.....	69
2. Tahap penyajian data perilaku guru dalam proses Persiapan pembelajaran..	74
3. Tahap penyajian data perilaku guru dalam proses Pelaksanaan pembelajaran..	75
4. Tahap penyajian data perilaku guru dalam proses Evaluasi pembelajaran....	77
5. Usaha meningkatkan perilaku guru dalam proses pembelajaran .....	78
6. Penarikan Kesimpulan/Verifikasi usaha peningkatan perilaku guru.....	82
7. Format Wawancara Penelitian.....	93
8. Catatan Lapangan.....	95
9. Foto kegiatan penelitian.....	98
1. Guru Penjasorkes sedang mempersiapkan bahan ajar pada malam hari untuk persiapan pembelajaran esok harinya.....	98
2. Persiapan pembelajaran yang di lakukan guru sangat penting sekali untuk pelaksanaan pembelajaran di lapangan esok harinya.....	98
3. Guru Penjasorkes Sedang menjelaskan materi yang di ajarkan di lapangan.....	99
4. Guru Penjasorkes memberikan pertanyaan kepada siswa tentang materi pelajaran pada pertemuan sebelumnya, dan siswa mengangkat tangan ingin menjawab pertanyaan dari guru.....	99
5. Guru Penjasorkes sedang ikut sertadalam proses pembelajaran Materi Voly Ball.....	100
6. Foto bersama Peneliti dengan siswa dan Guru penjasorkes di lapangan Basket SMA N 5 Padang.....	100

7. Guru penjasorkes memberikan contoh pelaksanaan start jongkok lari 400 m putra di Gor. H. Agus Salim Padang.....	101
8. Guru penjasorkes mengambil waktu lari 400 meter putri di Gor. H. Agus Salim Padang.....	101
18. Izin penelitian yang dikeluarkan oleh Pasca Sarjana UNP.....	102
19. Izin penelitian yang dikeluarkan oleh Dinas Pendidikan Kota Padang....	103
20. Program Tahunan Pembelajaran Penjasorke Semester II .....	104

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan merupakan upaya sadar yang sistematis dan terorganisir, yang dilaksanakan baik oleh pemerintah, masyarakat dan keluarga dalam rangka membangun dan meningkatkan kualitas sumber daya manusia untuk memperkuat upaya pembangunan bangsa secara menyeluruh. Oleh sebab itu pendidikan bukanlah persoalan sederhana, akan tetapi dalam pelaksanaannya penuh tantangan, hal tersebut sesuai dengan apa yang disampaikan oleh Fattah (2001:1) yaitu :

Pada kenyataannya pendidikan bukanlah suatu upaya yang sederhana, melainkan suatu kegiatan yang dinamis dan penuh tantangan. Pendidikan akan selalu berubah seiring dengan perubahan zaman, setiap saat pendidikan selalu menjadi fokus perhatian dan bahkan tak jarang menjadi sasaran ketidak puasan karena pendidikan menyangkut kepentingan semua orang, bukan hanya menyangkut investasi dan kondisi keidupan dimasa yang akan datang, melainkan juga menyangkut kondisi dan suasana kehidupan saat itu, itulah sebabnya pendidikan senantiasa memerlukan upaya perbaikan dan peningkatan, sejalan dengan semakin tingginya kebutuhan dan tuntutan kehidupan masyarakat.

Berkaitan dengan hal tersebut di atas, pembangunan dalam bidang pendidikan selalu berada pada posisi prioritas dalam program pemerintah. Banyak upaya yang telah dilakukan pemerintah dalam meningkatkan mutu pendidikan seperti : peningkatan anggaran biaya pendidikan, perbaikan fasilitas, peningkatan mutu guru melalui penataran, kelompok kerja guru dan sebagainya.

Pendidikan adalah tanggung jawab bersama, oleh sebab itu masalah belajar siswa di sekolah adalah merupakan salah satu pendidikan formal, perlu dilakukan perbaikan-perbaikan agar standar kompetensi dapat tercapai, yang

mengacu pada Badan Standar Nasional Pendidikan (BSNP:2011) yang berfungsi untuk menjamin pencapaian tujuan Pendidikan Nasional yang terdiri dari standar isi, Standar Proses, Standar Kompetensi Lulusan, Standar Tenaga kependidikan, Standar Sarana dan Prasarana, Standar Pengelolaan, Standar Pembiayaan dan Standar Penilaian Pendidikan. Dua dari delapan Standar Nasional Pendidikan tersebut, yaitu Standar Isi (SI) dan Standar Proses (SP) merupakan acuan utama bagi satuan pendidikan dalam mengembangkan kurikulum sekolah seperti. Standar proses untuk satuan pendidikan dasar dan menengah mencakup perencanaan proses pembelajaran, pelaksanaan proses pembelajaran, penilaian hasil pembelajaran, dan pengawasan proses pembelajaran.

Untuk memenuhi standar tersebut pendidikan di sekolah tingkat menengah memandang perlu mengembangkan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP). Sekolah dapat melaksanakan program pendidikannya sesuai dengan karakteristik, potensi dan kebutuhan peserta didik, dalam pengembangan serta melibatkan seluruh warga sekolah berkoordinasi dengan kepentingan lingkungan sekolah.

Dalam rangka meningkatkan kualitas siswa melalui pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah, tidak hanya dibebani teori-teori saja akan tetapi juga harus melakukan praktek dalam proses pembelajaran agar tercapai kompetensi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Dalam kurikulum SLTA (2004:12) menjelaskan standar kompetensi mata pelajaran Penjasorkes yang harus dicapai dalam proses pembelajaran antara lain :

1. Memperagakan kemampuan untuk melakukan dan merancang aktifitas pengembangan untuk meningkatkan dan memelihara kebugaran yang

- berdasarkan konsep yang benar dan memiliki nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.
2. Melakukan teknik, strategi dan taktik berbagai permainan dan olahraga berdasarkan konsep yang benar dan memiliki nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.
  3. Melakukan berbagai keterampilan senam berdasarkan konsep yang benar dan memiliki nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.
  4. Melakukan berbagai aktifitas ritmik, hasil kreasi rangkaian dan koordinasi gerak berirama yang berdasarkan konsep yang benar dan memiliki nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.
  5. Memperagakan teknik-teknik gaya renang permainan di air dan upaya penyelamatan di air berdasarkan konsep yang benar dan memiliki nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.
  6. Melakukan aktivitas di luar kelas seperti keterampilan penjelajahan dan penyelamatan dalam kegiatan di alam bebas berdasarkan konsep yang benar dan memiliki nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan suatu mata pelajaran yang dapat mengaktualisasikan aktivitas manusia yang berbentuk sikap dan perilaku, tindakan dan karya untuk dibentuk, diisi dan diarahkan menuju keutuhan pribadi, sesuai dengan cita-cita bangsa dan negara. "untuk membentuk keseimbangan antara pertumbuhan jasmani dan perkembangan rohani, maka pendidikan jasmani diselenggarakan disemua jalur sekolah". Undang-undang Pendidikan No. 4 Tahun 1950, pasal:9. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan salah satu pelajaran wajib diajarkan disekolah mulai dari pendidikan dasar sampai pada pendidikan lanjutan atas (SLTA).

Kurikulum pendidikan dasar dan menengah wajib memuat: (a) pendidikan agama, (b) pendidikan kewarganegaraan, (c) bahasa, (d) matematika, (e) ilmu pengetahuan alam, (f) ilmu pengetahuan sosial, (g) seni dan budaya, (h) pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, (i) keterampilan / kejuruan, dan (j) muatan lokal. UU. No. 20 tahun 2003 pasal 37.

Secara akademik hal tersebut dapat dipahami, karena pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan upaya pendidikan dan pembelajaran yang membentuk siswa untuk hidup sehat dan produktif serta memiliki perilaku jujur, sportive, memiliki jiwa kompetisi yang sehat, memiliki disiplin yang tinggi dan mampu bekerja sama dengan baik.

Dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan akan mencakup tiga ranah pembelajaran antara lain: kognitif, afektif dan psikomotor. Oleh sebab itu pengalaman belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan harus dapat memberi rangsangan dalam pertumbuhan dan perkembangan terhadap siswa pada tiap-tiap ranah tersebut. Di samping itu siswa dapat memahami konsep-konsep pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan menumbuhkan sikap sportifitas dan percaya diri. Dalam upaya pencapaian tujuan tersebut peran guru sebagai fasilitator, mediator dan mobilisator dalam proses pembelajaran sangat penting, artinya guru mempunyai tugas untuk memberikan dorongan, bimbingan dan memberikan fasilitas belajar bagi siswa untuk mencapai tujuan. Pembelajaran yang efektif perlu mempertimbangkan penguasaan setiap konsep pembelajaran sehingga dapat membuat perencanaan pembelajaran dengan baik. "Sukses dalam mengajar hendaknya dinilai berdasarkan hasil-hasil yang mantap atau tahan lama dan yang dapat di pergunakan oleh si pelajar dalam hidupnya". J. Mursell dan Nasution (2006;1).

Salah satu wujud dari pelaksanaan dalam proses pembelajaran yang dikukan oleh guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah menengah atas adalah di mulai dari mempersiapkan, melaksanakan dan

mengevaluasi dalam pembelajaran. Setiap kegiatan yang dilakukan oleh guru dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan perilaku yang bersifat nyata dalam bentuk kognitif, afektif dan konatif. Menurut Notoatmodjo dalam Yamanto Isa (2000:13). Perilaku adalah semua kegiatan atau aktifitas manusia, baik yang dapat diamati langsung maupun yang tidak langsung dapat diamati oleh pihak luar.

Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan apabila kurangnya penguasaan dalam penyampaian materi pelajaran oleh para guru, maka dapat menjadi faktor penyebab rendahnya hasil belajar siswa dalam pembelajaran penjasorkes. Dapat di lihat contoh di lapangan seperti, setiap kegiatan olahraga yang akan dilakukan harus didahului dengan pemanasan sesuai dengan permainan dan kegiatan olahraga yang akan dilakukan. Pemanasan tersebut sesuai dengan fungsi-fungsi otot yang dominan dipakai dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Hal tersebut dilakukan untuk memanaskan tubuh agar di dalam tubuh tersebut terdapat perubahan organisme dalam menghadapi aktivitas tubuh terhadap kegiatan yang akan dilakukan.

Menurut Syamsudin.H (2002:6). "*Warming-up the body* atau memanaskan tubuh adalah suatu proses yang bermaksud untuk mengadakan perubahan-perubahan fisiologis dalam tubuh kita dan menyiapkan organisasinya dalam menghadapi aktivitas tubuh yang lebih baik". Maka apabila seorang guru tidak dapat menguasai pembelajaran penjasorkes tersebut akan dapat menurunkan minat

siswa dalam mengikuti pelajaran penjasorkes di sekolah sehingga nilai yang di capai tidak sesuai dengan kelulusan nilai akhri siswa.

Hal di atas dilakukan bukan hanya dalam permainan olahraga saja akan tetapi semua aspek pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang akan dilakukan. Mestinya harus diberikan pemanasan yang sesuai dengan tuntutan dalam pelaksanaan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang akan dilakukan. Melalui pemanasan dan teori-teori yang cocok diberikan kepada siswa akan dapat merangsang dalam pelaksanaan pembelajaran inti dan dapat menghasilkan kegiatan yang maksimal, sekaligus dapat mengurangi cedera pada siswa dalam melakukan pendidikan jasman olahraga dan kesehatan.

Kurangnya perhatian guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan terhadap karakteristik dan keadaan siswa dalam merencanakan pembelajaran selama ini, juga ikut menjadi penyebab kurang berhasilnya sebuah proses pembelajaran. Jadi untuk terlaksana proses pembelajaran kondusif, guru harus memperhatikan karakteristik dan keadaan siswa secara keseluruhan sehingga perencanaan pembelajaran disusun dengan pertimbangan-pertimbangan bagaimana siswa dapat belajar dengan menyenangkan, terutama dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

Walaupun kita mengakui bahwa tidak ada satupun metode yang baik apabila guru tidak dapat memilih metode yang cocok untuk suatu pembelajaran. Sehingga dengan memilih metode yang cocok dapat merancang pembelajaran yang kondusif dan mencapai tujuan pembelajaran yang sudah ditetapkan dalam kurikulum. Karena guru merupakan tugas profesi yang tidak dapat dilakukan oleh

semua orang, maka oleh sebab itu guru dituntut agar dapat melaksanakan proses pembelajaran dengan baik. Menurut Uzer Usman (2000:7). Tugas guru sebagai profesi meliputi mendidik, mengajar dan melatih. Mendidik berarti meneruskan dan mengembangkan nilai-nilai hidup. Mengajar berarti meneruskan dan mengembangkan ilmu pengetahuan dan teknologi. Sedangkan melatih berarti mengembangkan keterampilan-keterampilan pada siswa.

Pendidikan jasmani olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes), pada prinsipnya merupakan proses pendidikan melalui aktivitas jasmani sebagai alat untuk mencapai tujuan pendidikan yang bersifat menyeluruh meliputi aspek fisik, intelektual, emosional dan moral. Melalui Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan siswa memperoleh berbagai pengetahuan yang erat kaitannya dengan kesan pribadi yang menyenangkan serta berbagai sikap yang kreatif, inovatif, terampil, dan memiliki kesegaran jasmani, kebiasaan hidup sehat, memiliki pengetahuan serta perkembangan diri yang seimbang. (Depdiknas, 2003).

Guru di posisikan mempunyai andil terdepan dan posisi sentral dalam pelaksanaan proses pembelajaran. Berkaitan dengan itu maka guru sebagai pilar utama terhadap peningkatan kualitas pendidikan, untuk itu perlu di tinjau perilaku guru dalam proses pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dari segi mempersiapkan, melaksanakan, dan mengevaluasi pembelajaran.

Oleh karena itu penulis mencoba untuk melakukan penelitian terhadap aspek-aspek pelaksanaan pembelajaran penjasorkes di SMAN 5 Padang yang akan diteliti antara lain, Apakah guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sudah membuat persiapan sebelum mengajar? Bagaimana guru pendidikan

jasmani olahraga dan kesehatan memberikan metoda dalam pelaksanaan pembelajaran dimulai? Bagaimana guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan mengadakan evaluasi terhadap pembelajaran?

Setelah melakukan *grand tour*, wawancara, dan studi dokumentasi yang penulis lakukan di SMA N 5 Padang bahwa sekolah tersebut adalah tempat pendidikan siswa PPLP Sumbar, yang mana merupakan tempat mempersiapkan atlet muda cabang prestasi olahraga di Sumatera Barat, selanjutnya penulis juga menemukan bahwa di lokal A pada kelas XI merupakan transisi dari kelas X kepada kelas XII. Di sana penulis menemukan bahwa pelaksanaan pembelajaran penjasorkes tidak terlepas dari berbagai komponen-komponen dalam pendidikan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, akan tetapi dalam pelaksanaannya masih mengalami permasalahan dalam pelaksanaan program tersebut antara lain, membuat persiapan sebelum mengajar seperti RPP, Silabus, bahan ajar dan KKM. Selanjutnya pelaksanaan metode pembelajaran dan mengadakan evaluasi sesuai dengan KKM yang ditentukan dalam kurikulum sekolah menengah atas. Dengan demikian penulis di arahkan Kepala sekolah untuk meneliti pelaksanaan proses pembelajaran penjasorkes yang di ajar oleh bapak "KM", alasan Kepala sekolah menunjuk Bapak "KM" untuk di teliti adalah, dia merupakan guru senior, berpengalaman dan berdedikasi. Berdasarkan hal tersebut kepala sekolah menempatkan bapak "KM" pada kelas-kelas yang membutuhkan penanganan yang baik dan perhatian yang lebih, seperti kelas-kelas yang berada pada masa transisi untuk kenaikan kelas dan lokal-lokal yang berprestasi. Namun disisi lain kenyataannya bapak "KM" belum menyerahkan

program tahunan, semester dan silabus dan kurikulum, program tahunan ini penting dan perlu diserahkan kepada kepala sekolah, agar kepala sekolah, pengawas dan pihak-pihak lain yang berkepentingan dapat mengontrol dan mengevaluasi serta mengevaluasi pelaksanaan tugas-tugas guru dalam hal ini guru penjasorkes. Oleh karena itu timbul inisiatif penulis untuk melakukan penelitian dengan judul. **”Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan di Sekolah Menengah Atas Negeri 5 Padang”**. Ditinjau dari aspek Persiapan, Pelaksanaan, dan Evaluasi dalam proses pembelajaran penjasorkes.

## **B. Masalah dan Fokus Penelitian**

### **1. Masalah Penelitian**

Dari uraian latar belakang berdasarkan *grand tour* peneliti lakukan ditemukan bahwa, program pelaksanaan pembelajaran tidak terlepas dari berbagai komponen-komponen, untuk meningkatkan proses pendidikan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, akan tetapi dalam pelaksanaannya masih mengalami permasalahan dalam pembuatan program pembelajaran antara lain, persiapan sebelum mengajar seperti RPP, Silabus, Bahan ajar dan KKM. Selanjutnya pelaksanaan metode pembelajaran dan mengadakan evaluasi sesuai dengan KKM yang ditentukan dalam kurikulum sekolah menengah atas.

Oleh karena itu permasalahan yang ditemukan akan di ungkapkan dalam penelitian ini dan akan dibahas secara komprehensif diantaranya meliputi perilaku guru penjasorkes dalam mempersiapkan, melaksanakan, dan mengevaluasi proses pembelajaran penjasorkes, berdasarkan data temuan observasi, wawancara dan

dokumentasi. Masalah tersebut dapat dikemukakan penulis dalam penelitian ini setelah melakukan kunjungan kelapangan.

## 2. Fokus Masalah

Berdasarkan masalah penelitian di atas agar penulis lebih terarah dan terfokus, maka fokus penelitian ini hanya akan mengkaji aspek-aspek pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMAN 5 Padang, ditinjau dari mempersiapkan pembelajaran penjasorkes, melaksanakan pembelajaran penjasorkes dan mengevaluasi pembelajaran

## **C. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

### 1. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan mendiskripsikan pelaksanaan pembelajaran yang dilakukan oleh guru pendidikan jasmanani olahraga dan kesehatan, di SMAN 5 Padang ditinjau dari :

- a. Perilaku guru dalam mempersiapkan pelaksanaan pembelajaran Penjasorkes di SMAN 5 Padang.
- b. Perilaku guru dalam melaksanakan pembelajaran Penjasorkes di SMAN 5 Padang.
- c. Perilaku guru dalam Mengevaluasi/Penilaian pelaksanaan pembelajaran Penjasorkes di SMAN 5 Padang.

### 2. Manfaat Penelitian

Secara praktis penelitian ini adalah sebagai salah satu sumbangan pemikiran dalam proses pembelajaran siswa di sekolah, terutama dalam pembelajaran pendidikan jasmanani olahraga dan kesehatan. Selain itu penelitian

ini dapat memberikan manfaat dan masukan kepada pengambil kebijakan dibidang pendidikan. Sehingga tercipta arah yang tepat dalam setiap mengambil keputusan dalam pendidikan.

Manfaat lain yang dapat disumbangkan oleh penelitian ini adalah akan memberikan gambaran kepada guru pendidikan jasmanani olahraga dan kesehatan baik ditingkat SD, SLTP ataupun SLTA secara ilmiah untuk melihat betapa pentingnya membuat persiapan mengajar, pemberian metode yang cocok dalam pelaksanaan pembelajaran dan evaluasi kepada siswa dalam setiap proses pembelajaran pendidikan jasmanani olahraga dan kesehatan disekolah, sehingga dapat meningkatkan prestasi di cabang-cabang olahraga yang di tekuni oleh siswa.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Dari hasil temuan penelitian dan pembahasan yang telah penulis lakukan dapat di buat kesimpulan sebagai berikut :

##### **1. Bentuk pelaksanaan pembelajaran penjasorkes di SMAN 5 Padang dalam membuat perencanaan**

Kegiatan yang merujuk pada pelaksanaan pembelajaran penjasorkes di SMAN 5 Padang sesuai dari standar isi dan standar proses yang terdapat dalam BSNP antara lain, merencanakan, melaksanakan, dan melakukan evaluasi. Dari hasil penelitian penulis lakukan terhadap pelaksanaan pembelajaran penjasorkes di SMAN 5 Padang kepada guru Penjasorkes ("KM") menemukan bahwa, dalam melakukan persiapan mengajar telah terpenuhi sesuai dengan kurikulum sekolah menengah atas dan acuan standar isi dan standar proses pendidikan yang berlaku seperti, Menyiapkan program tahunan/semester, RPP, Bahan ajar, KKM, Pengayaan dan Silabus.

##### **2. Bentuk pelaksanaan pembelajaran penjasorkes dalam melaksanakan pembelajaran penjasorkes di SMA N 5 Padang**

Dari penelitian yang penulis lakukan terhadap proses pelaksanaan pembelajaran yang dilakukan oleh guru Penjasorkes ("KM"), telah terpenuhi sesuai dengan program semester dan silabus yang dipersiapkan sebelumnya seperti : guru membariskan dan menyebutkan absen siswa selanjutnya guru meyampaikan materi secara teori sebelum materi praktek yang akan di laksanakan.

### **3. Bentuk pelaksanaan pembelajaran penjasorkes dalam mengevaluasi pembelajaran penjasorkes di SMA N 5 Padang**

Bentuk pelaksanaan evaluasi yang dilakukan terhadap pembelajaran penjasorkes di SMA N 5 Padang sudah terpenuhi berdasarkan kurikulum tingkat SLTA dan standar penilaian. Hal ini tergambar dari kegiatan evaluasi yang dilakukan oleh guru Penjasorkes seperti melaksanakan penilaian, menyusun dan mengolah data, menilai dan menyusun laporan hasil penilaian penjasorkes.

#### **B. Implikasi**

1. Perlu kiranya guru mewujudkan pelaksanaan proses pembelajaran Penjasorkes dalam mempersiapkan pembelajaran, melaksanakan pembelajaran dan mengevaluasi pembelajaran yang berpedoman pada kurikulum yang berlaku dengan melibatkan pimpinan sekolah, komite sekolah, pengawas pendidikan dan lingkungan sekolah.
2. Hal-hal yang mempengaruhi guru dalam melaksanakan proses pembelajaran semestinya menjadi perhatian serius oleh semua pihak terutama bagi pengambil keputusan, dalam hal ini Kepala Sekolah dan Komite agar dapat mencari solusi pemecahannya.
3. Dalam merancang, melaksanakan dan mengevaluasi hasil belajar yang mengacu pada standar kurikulum mutlak dilakukan oleh guru penjasorkes. Oleh karenanya guru perlu terus menerus meningkatkan kemampuan dirinya melalui belajar formal maupun autodidak, atau melalui musyawarah guru-guru bidang studi, guna meningkatkan pengetahuannya dalam mengajar.

### **C. Saran**

Kepada pengambil kebijakan seperti kepala sekolah pengawas dibidang penjasorkes dan dinas pendidikan hendaknya melaksanakan tugasnya membimbing, membina sekaligus memberikan kesempatan, dan penghargaan moril maupun materil kepada guru-guru penjasorkes yang berprestasi. Selanjutnya kepada komite sekolah hendaknya menyediakan fasilitas alat-alat yang dipergunakan dalam pelaksanaan pembelajaran Penjasorkes, dan perlu memberikan insentif pada guru penjasorkes yang berprestasi membawa harum nama sekolah. Kepada guru-guru penjasorkes perlu menyadari pentingnya pengajaran yang bermutu sesuai dengan kurikulum KTSP SLTA dan standar isi, standar proses dan standar penilaian.

Oleh karena itu perlu bagi guru penjasorkes meningkatkan mutu pembelajarannya dengan cara melakukan inovasi terhadap cara merencanakan pembelajaran, melaksanakan dan mengevaluasi hasil pembelajaran dengan benar. Selanjutnya kepada instansi yang terkait seperti Fakultas Ilmu keolahragaan Universitas Negeri Padang yang merupakan penghasil para guru-guru penjasorkes di Kota Padang khususnya.

## DAFTAR RUJUKAN

- Azwar, S. (2001). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar Offset.
- Azwar Saifuddin, (2000). *Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bogdan, Robert C. and Biklen, Sari Knoop. (1982). *Qualitative Research for Education : an Introduction to Theory and Methods*. Boston : Allyn and Bacon
- Budi ningsih, C. Asri (2005). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Badan Standar Nasional Pendidikan. (2011), Tentang Standar pendidikan Nasional: 2011* Jakarta. <http://bsnp-indonesia.org>
- Danim, S (2002). *Inovasi Pendidikan Dalam Upaya Peningkatan Profesionalisme Tenaga Kependidikan*. Bandung: Pustaka Setia.
- Depdikbud, (1994/1995). *Pengelolaan Sekolah Di Sekolah Dasar*. Jakarta :Dirjen Dikdasmen
- Fattah. N (2000). *Manajemen Berbasis Sekolah*. Bandung. CV Andira
- Hamalik, Oemar. (2004) *Pendidikan Guru Berdasarkan Pendekatan Kompetensi*. Jakarta Bumi Aksara
- Hamzah dkk. (2001). *Pengembangan Instrumen Penelitian*, Jakarta : Delima press
- <http://www.infoskripsi.com/Free-Resource/Konsep-Perilaku-Pengertian-Perilaku-Bentuk-Perilaku-dan-Domain-Perilaku.html>. (di akses tanggal 10 Mei 2011).
- Hoef, Marie V.(2002). *Analysis of Data*. ([hht://www.geocities.Com/anasyasin/94gr.html](http://www.geocities.Com/anasyasin/94gr.html)). di akses tanggal 25 Juni 2011
- Iskandar, Beny. (2003). *Dasar-dasar Pendidikan Jamani*. Jakarta : Depdiknas
- Iskandar (2009) *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Jakarta.: Gaung Persada
- J. Mursel dan Nasution. (2006) *Mengajar Dengan Sukses*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Kurikulum SLTA. (2004) *Mendikbud 2003* Jakarta: Eko Jaya
- Leonard F. Polhaupessy ( 2007), *Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar