



Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di SD Negeri Se-Kecamatan Tanjung Kemuning Kabupaten Kaur

Implementation of Physical Education Learning in Sports and Health in State Elementary Schools throughout the Tanjung Kemuning District, Kaur Regency

Anton Trimarno¹, Dian Pujiyanto², Arwin³.

¹²³*Pendidikan Jasmani/Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan, Universitas Bengkulu, Jl. WR. Supratman, Kandang Limun, Kec. Muara Bangka Hulu, Sumatera, Bengkulu 38371, Indonesia*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pelaksanaan pembelajaran PJOK di SD Negeri Se-Kecamatan Tanjung Kemuning Kaur. Penelitian ini termasuk jenis penelitian lapangan (*field research*) dengan menggunakan metode kualitatif deskriptif. Informan dalam penelitian ini yaitu 11 orang guru PJOK dan beberapa perwakilan siswa kelas V sebanyak 3 orang masing-masing SD Negeri Se-Kecamatan Tanjung Kemuning. Teknik pengumpulan data dengan observasi, kuisioner dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan secara keseluruhan kemampuan guru penjasorkes di SD Negeri se-Kecamatan Tanjung Kemuning sudah masuk dalam kriteria baik dengan persentase 69.82%. Secara keseluruhan keadaan siswa dalam pembelajaran penjasorkes di SD Negeri se-Kecamatan Tanjung Kemuning sudah masuk dalam kriteria baik dengan persentase 69.44%. Namun ada beberapa sekolah dengan skor sangat baik dan baik. Skor nilai tertinggi diperoleh SD Negeri 44 dengan nilai 35 dan skor nilai terendah diperoleh SD Negeri 37 dengan skor 22.

Kata kunci: *Pelaksanaan, Pembelajaran, Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*

Abstract

This study aims to determine the implementation of PJOK learning in State Elementary Schools throughout the Tanjung Kemuning Kaur District. This research is a type of field research using descriptive qualitative methods. The informants in this study were 11 PJOK teachers and several representatives of class V students as many as 3 people from each State Elementary School in Tanjung Kemuning District. Data collection techniques with observation, questionnaires and documentation. The results showed that the overall ability of physical education teachers in public elementary schools throughout the Tanjung Kemuning district was included in the good criteria with a percentage of 69.82%. Overall, the condition of students in physical education learning at public elementary schools throughout the Tanjung Kemuning sub-district has entered the good criteria with a percentage of 69.44%. However, there are some schools with very good and good scores. The highest score was obtained by SD Negeri 44 with a score of 35 and the lowest score was obtained by SD Negeri 37 with a score of 22.

Keywords: *Implementation, Learning, Physical Education, Sports and Health*

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan salah satu mata pelajaran yang dilaksanakan pada jenjang pendidikan dasar, menengah, bahkan pada pendidikan tinggi. Tujuan Pendidikan Jasmani yaitu untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral dan aspek pola hidup sehat. BSNP (2006:194). Badan Standar Nasional Pendidikan (BSNP), pada Model Silabus Mata Pelajaran Penjas SD 2006, dikemukakan bahwa Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang diajarkan di sekolah memiliki peranan penting, yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk melihat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang dilakukan secara sistematis memberikan pengalaman belajar untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat. Supaya dapat memberikan pelajaran pendidikan jasmani yang mampu mengembangkan aspek psikomotor, kognitif, dan afektif, peserta didik dengan maksimal maka guru harus memahami dengan baik mengenai pengertian pendidikan jasmani, sejarah pendidikan jasmani, ruang lingkup pendidikan jasmani, serta fungsi pendidikan jasmani (Nopiyanto & Raibowo, 2019).

Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan bagian 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. Pendidikan jasmani bertujuan meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, intelektual dan emosional melalui aktivitas jasmani. Sedangkan guru selaku motivator dan fasilitator, memiliki peranan penting dalam memberikan arti dan makna pembelajaran Penjas dan olahraga sebagai sarana atau alat. Oleh karena itu, penyelenggaraan pendidikan jasmani harus dikembangkan lebih optimal untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik sehingga peserta didik akan lebih aktif, terampil, memiliki pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat.

Kegiatan pembelajaran merupakan inti dari kegiatan pendidikan secara keseluruhan. Bagi anak usia sekolah belajar adalah suatu proses menuju pengetahuan (Raibowo et al., 2019). Dalam prosesnya, kegiatan ini melibatkan interaksi individu yaitu pengajar disatu pihak dan pelajar di pihak lain (Napitupulu et al., 2021). Keduanya berinteraksi dalam satu proses yang disebut belajar mengajar atau proses pembelajaran yang berlangsung dalam situasi belajar mengajar pula. dalam pembelajaran terjadi proses penerimaan informasi, untuk di olah sehingga menghasilkan keluaran dalam bentuk hasil belajar. Dalam pembelajaran, terdapat tiga komponen inti yang harus ada di dalamnya, yaitu pengajar (guru), siswa (subyek belajar) atau yang belajar, dan bahan ajar yang diberikan oleh pengajar. Tugas guru yakni sebagai perancang program pembelajaran, pelaksana, pemantau dan sekaligus sebagai evaluator untuk menilai apakah pengalaman belajar yang diberikan diterima dengan baik oleh peserta didik (Raibowo & Nopiyanto, 2020).

Pembelajaran pada dasarnya merupakan upaya pendidik untuk membantu peserta didik melakukan kegiatan belajar sehingga terwujudnya efisiensi dan efektivitas kegiatan belajar yang dilakukan peserta didik. Menurut Gagne, (2010:32) tujuan dari proses pembelajaran salah satunya adalah terbentuknya pribadi siswa yang penuh kedisiplinan. Disiplin adalah tindakan yang menunjukkan perilaku tertib dan patuh terhadap berbagai ketentuan dan aturan. Melalui sikap disiplin, seorang siswa akan lebih teratur dan terstruktur baik perilaku maupun sikapnya. Sementara itu, proses pembelajaran tentang disiplin ini memerlukan tumbuhnya suatu keyakinan dalam diri siswa sehingga siswa akan dengan sendirinya mengikuti peraturan yang guru berikan. Guru juga dapat memberikan penjelasan kepada siswa hubungan antara sikap disiplin belajar dengan prestasi sehingga hal tersebut dapat menumbuhkan kesadaran bagi peserta didik bahwa seseorang yang disiplin belajar, bekerja dan melakukan aktivitas positif lainnya akan dengan mudah mengantarkan seseorang pada puncak kesuksesan dan prestasi.

Berdasarkan hasil observasi pada tanggal 21 Maret 2021 yang dilakukan di kecamatan Tanjung Kemuning terdapat 10 Sekolah Dasar Negeri (SDN) yang letak dan kondisinya sangat bervariasi. Untuk sarana prasarana pembelajaran

penjasorkes yang ada di SDN masih tergolong kurang memadai seperti tidak tersedianya peralatan atletik sehingga mempengaruhi pelaksanaan pembelajaran penjasorkes. Keterbatasan sarana dan prasarana pembelajaran penjasorkes yang ada di lingkungan sekolah membuat pembelajaran penjasorkes tidak berjalan dengan efektif dan menyenangkan. Selain itu berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa murid di SDN yang ada di Tanjung Kemuning, menyatakan siswa kurang berminat dan kurang termotivasi dengan pembelajaran penjasorkes dikarenakan materi yang disampaikan guru tidak terjabarkan secara menarik. Materi yang diberikan kurang memenuhi kebutuhan siswa. Hal ini dikarenakan sebagian besar guru penjasorkes di SDN Tanjung Kemuning bukan berasal dari bidang ilmu pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sehingga guru tidak terlalu menyiapkan materi pembelajaran dengan baik sehingga masih banyak ditemui siswa yang tidak menguasai pelajaran penjasorkes.

METODE

Jenis penelitian ini adalah kualitatif. Data penelitian kualitatif tidak berupa angka-angka tetapi diamati dengan berbentuk kata-kata lisan yang mencakup catatan, laporan dan foto sehingga data-data tersebut tidak dapat diukur menggunakan rumus-rumus karena tidak bersifat komulatif (dihitung). Data hasil penelitian ini berupa fakta-fakta yang ditemukan pada saat di lapangan oleh peneliti (Sugiyono, 2020). Penelitian ini dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri se-Kecamatan Tanjung Kemuning Kaur. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Januari sampai februari 2022. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa dan guru pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Tanjung Kemuning yang berjumlah 40 orang. Objek pada penelitian ini adalah pelaksanaan pembelajaran penjasorkes yang dilaksanakan di SDN se-Kecamatan Tanjung Kemuning. Teknik pengumpulan data yang digunakan peneliti dalam penelitian ini, yaitu: Menurut Sugiyono (2020:105) angket atau kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan yang tertulis dan diberikan kepada responden untuk dijawabnya. Peneliti mengumpulkan dengan cara membagikan angket berupa pernyataan kepada siswa dan guru PJOK SD Negeri se-Kecamatan Tanjung Kemuning yang terpilih secara langsung, peneliti mendatangi setiap sekolah yang telah ditentukan,

kemudian menemui siswa dan guru PJOK yang akan menjadi objek dalam penelitian dan menyerahkan angket tersebut untuk kemudian diisi oleh siswa dan guru PJOK pada sekolah yang akan dilaksanakan penelitian. Teknik pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan analisis data statistik deskriptif yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi (Nopiyanto & Pujiyanto, 2021). Selanjutnya dapat dilakukan pemaknaan sebagai pembahasan atas permasalahan yang diajukan dalam bentuk presentase. Menurut Sudijono, (2012:43) rumus untuk menghitung frekuensi relatif (persentase) sebagai berikut:

$$P = \frac{F}{N} \times 100 \%$$

Keterangan

P = angka presentase

F = frekuensi/ jumlah responden

N = jumlah keseluruhan responden.

Selanjutnya pengolahan data akan dibantu dengan program komputer *Microsoft Excel* agar lebih mudah. Maka proses analisis dilakukan pengkategorian. Menurut Azwar (2013:45) untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) dalam skala dapat dilihat pada tabel sebagai berikut.

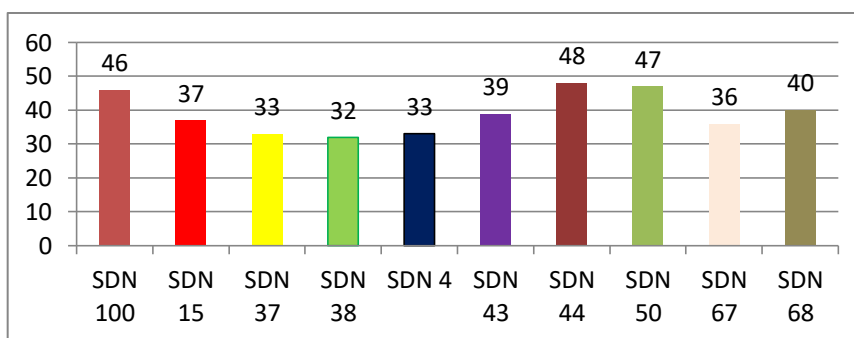
Tabel 1. Norma Pengkategorian

Rentang Nilai	Kriteria
81%-100%	Sangat Baik
61%-80%	Baik
41%-60%	Cukup
21%-40%	Kurang Baik
1-10%	Tidak Baik

HASIL PENELITIAN

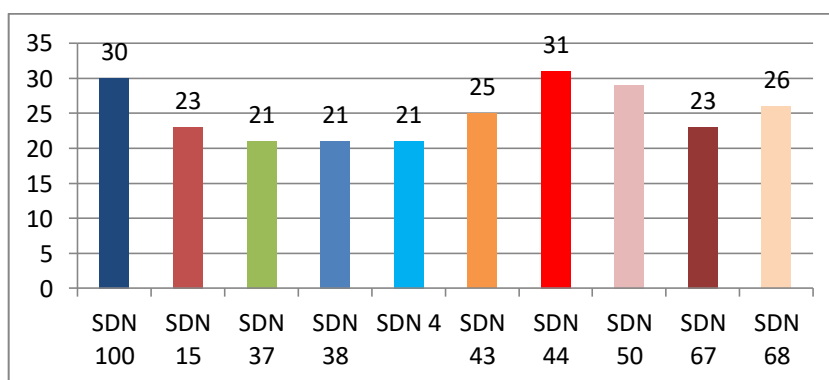
Penelitian ini dilakukan di SD Negeri se-Kecamatan Tanjung Kemuning dengan teknik pengumpulan data menggunakan observasi, kuesioner serta

dokumentasi yang diperoleh dari siswa dan guru SD Negeri se-Kecamatan Tanjung Kemuning. Berikut merupakan hasil penelitian yang telah dilaksanakan:



Gambar 1. Diagram Persentase Guru Secara Umum

Berdasarkan gambar 2 di atas, diketahui skor nilai tertinggi kemampuan guru penjasorkes di SD Negeri se-Kecamatan Tanjung Kemuning diperoleh SD Negeri 44 dengan nilai 48 dan skor nilai terendah diperoleh SD Negeri 37 dengan skor 32.



Gambar 2. Diagram Persentase Siswa Secara Umum

Berdasarkan gambar 3 di atas, diketahui skor nilai tertinggi keadaan siswa di SD Negeri se-Kecamatan Tanjung Kemuning diperoleh SD Negeri 44 dengan nilai 31 dan skor nilai terendah diperoleh SD Negeri 37, SD Negeri 38 dan SD Negeri 4 dengan skor 21.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil deskripsi skor responden terhadap kemampuan guru penjasorkes dalam proses pembelajaran, menunjukkan bahwa tingkat proses pembelajaran pendidikan jasmani di Sekolah Dasar se-Kecamatan Tanjung Kemuning secara keseluruhan menunjukkan kategori yang baik. Sehingga dapat dikatakan bahwa proses pembelajaran pendidikan jasmani di Sekolah Dasar

Negeri se-Kecamatan Tanjung Kemuning dikategorikan baik. Bila melihat dari segi kompetensi pendidikan guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan SD di Kecamatan Tanjung Kemuning bahwa guru yang mengajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan SD di Kecamatan Tanjung Kemuning masih terdapat lulusan SMA, SGO serta S1 baik PNS maupun Non PNS. Di SD Negeri 15 terdapat guru dengan tamatan SMA yang berada dalam kategori baik, sedangkan ada juga SD Negeri 38 yang gurunya dengan lulusan S1 UNP berada dikategori cukup. Menurut hasil dari sarana dan prasarana yang sudah didapat dari sekolah tersebut, bahwa telah didapatkan hasil sarana dan prasarana dengan kategori baik pada SD Negeri 15 dengan guru PJOK lulusan SMA. Oleh karena sarana dan prasarana sekolah yang mendukung dapat membantu proses belajar mengajar untuk materi PJOK berjalan dengan maksimal dan mengakibatkan sekolah tersebut berada dikategori baik. Sedangkan di SD Negeri 38 dengan lulusan S1 UNP setelah diteliti memiliki hasil sarana dan prasarana yang cukup, yang mengakibatkan proses belajar mengajar disekolah tersebut kurang berjalan dengan maksimal yang menyebabkan pelaksanaan pembelajaran di SD Negeri 38 berada di kategori cukup.

Berdasarkan hasil penelitian ini, secara garis besar guru penjasorkes sudah dalam kategori baik namun belum ada guru yang mempunyai kategori sangat tinggi atau sangat baik. Hal ini dikarenakan masih ada guru yang kurang memahami pentingnya perangkat pembelajaran dibuktikan dengan ada beberapa guru yang tidak membuat rpp, silabus, program semester, program tahunan, mengevaluasi hasil belajar siswa. Dengan demikian maka wajar statistik yang menunjukan secara keseluruhan guru penjasorkes termasuk dalam dalam kategori baik dalam pemahaman tentang manajemen perangkat pembelajaran. Padahal disisi lain, adanya manajemen perangkat pembelajaran guru bisa menyusun perencanaan, pelaksanaan, penilaian supaya proses belajar mengajar menjadi efektif, efisien dan sistematis.

Perencanaan yang yang dilakukan oleh guru belum semuanya berjalan dengan baik dari data manajemen perangkat pembelajaran menunjukkan bahwa belum semua guru menunjukkan persentase yang sangat tinggi. Undang-Undang Dasar Republik Indonesia (2007) menjelaskan bahwa kurikulum adalah

seperangkat rencana dan pengaturan mengenai tujuan, isi dan bahan pembelajaran serta cara yang digunakan sebagai pedoman penyelenggaran kegiatan pembelajaran untuk mencapai tujuan pendidikan nasional. Hal tersebut erat kaitannya dengan pelaksanaan pembelajaran, sebab tanpa adanya perangkat pembelajaran maka tujuan pembelajaran akan sulit dicapai dengan baik. Wibawa (2019:22) menjelaskan bahwa manfaat manajemen perangkat pembelajaran yaitu sebagai petunjuk arah kegiatan dalam mencapai tujuan, sebagai dasar dalam mengatur tugas dan wewenang dalam proses pembelajara, sebagai pedoman kerja baik guru maupun siswa, sebagai alat ukur efektif tidaknya suatu pekerjaan, untuk petunjuk penyusunan data, bisa menghemat waktu, tenaga, alat-alat dan biaya dalam proses belajar mengajar.

Guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan juga harus bisa mengelola pembelajaran, dalam melaksanakan pengelolaan pembelajaran ada dua kegiatan sumber belajar dan melaksanakan peran sebagai sumber belajar itu sendiri. Menurut Supardi (2013:26) sebagai seorang guru yang profesional yang harus dilakukan oleh setiap guru di sekolah memiliki lima tugas pokok, yaitu merencanakan, melaksanakan pembelajaran, mengevaluasi hasil pembelajaran, menindak lanjuti hasil pembelajaran, serta melakukan bimbingan dan konseling. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa guru yang baik dan profesional adalah guru yang mampu mengelola pembelajaran dengan baik. Untuk menghasilkan pembelajaran yang optimal, maka diperlukan kreativitas guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dalam kreativitas guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dalam menyusun dan merencanakan pembelajaran sehingga pembelajaran itu menarik dan tidak membosankan bagi peserta didik. Hal ini didukung oleh (Hidayati, 2016:55). menyatakan bahwa: peran guru di sekolah mempunyai peran ganda, di pundak merekalah terletak mutu pendidikan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan, maka dapat diambil simpulan bahwa secara keseluruhan kemampuan guru penjasorkes di SD Negeri se-Kecamatan Tanjung Kemuning sudah masuk dalam kriteria baik dengan skor

nilai tertinggi diperoleh SD Negeri 44 dengan nilai 48 dan skor nilai terendah diperoleh SD Negeri 37 dengan skor 32.

REFERENSI

- Azwar, S. (2013). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- BSNP. (2006). *Permendiknas RI No. 22 Tahun 2006 tentang Standar Isi untuk Satuan Pendidikan Dasar dan Menengah*.
- Gagne, R. M. (2010). *Kondisi Belajar dan Teori Pembelajaran*. PAU Dirjen Dikti Depdikbud.
- Hidayati, F. F. (2016). Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Kelas Vdi Mi Muhammadiyah Karanglewas Kidul Kecamatan Karanglewaskabupaten Banyumas Tahun Pelajaran 2015/2016. *State Islamic University*.
- Napitupulu, R. L., Pujiyanto, D., & Defliyanto, D. (2021). Analisis Perkembangan Prestasi Olahraga Sekolah Luar Biasa Negeri Di Kota Bengkulu. *Sport Gymnastics : Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 2(1), 138–146. <https://doi.org/10.33369/gymnastics.v2i1.14737>
- Nopiyanto, Y. E., & Pujiyanto, D. (2021). *Buku Ajar Penelitian Penjas dan Olahraga*. UNIB Press.
- Nopiyanto, Y. E., & Raibowo, S. (2019). *Filsafat Pendidikan Jasmani & Olahraga*. El Markazi.
- Raibowo, S., & Nopiyanto, Y. E. (2020). Evaluasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga & Kesehatan pada SMP Negeri Se-Kabupaten Mukomuko melalui Pendekatan Model Context, Input, Process & Product (CIPP). *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 6(2), 146–165.
- Raibowo, S., Nopiyanto, Y. E., & Muna, M. K. (2019). Pemahaman Guru PJOK Tentang Standar Kompetensi Profesional. *Journal Of Sport Education (JOPE)*, 2(1), 10. <https://doi.org/10.31258/jope.2.1.10-15>
- Sudijono, A. (2012). *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif* (Bandung). Alfabeta.
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif* (Y. S. Suryandari (ed.)). Alfabeta, CV Bandung.
- Supardi. (2013). *Kinerja Guru*. Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada.
- Undang-Undang Dasar Republik Indonesia. (2007). *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 24 Tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana*.
- Wibawa, A. P. (2019). *peran guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) di sekolah menengah atas dan sekolah menengah pertama terhadap pelaksanaan sekolah siaga bencana se-kabupaten sleman* (Vol. 8, Issue 5).