

# **PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA**

**OLEH:**

**DR.. H. YUDHA M. SAPUTRA, M.ED**

**UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA  
2010**

**PENDAHULUAN**

Proses kehidupan manusia selalu membawa anggota tubuhnya kesetiap tempat untuk bergerak sambil berinteraksi dengan lingkungannya. Proses perpindahan tubuh ini sering disebut dengan aktivitas fisik. Aktivitas fisik yang menjadi kebutuhan primer untuk mempertahankan eksistensi manusia sebagai sebuah sistem. Sesuai dengan hak asasi manusia (HAM), setiap individu memiliki hak kebebasan untuk beraktivitas secara fisik. Atas dasar itu, setiap individu memiliki hak akses terhadap aktivitas jasmani untuk pengembangan pribadi seutuhnya. Aktivitas jasmani merupakan sekolah kehidupan karena dapat mengajarkan nilai-nilai berupa keterampilan hidup yang esensial untuk kehidupan manusia. Oleh karena itu, aktivitas jasmani difasilitasi oleh institusi pendidikan melalui pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga dari mulai taman kanak-kanak, pendidikan dasar, menengah hingga pendidikan tinggi.

Pentingnya pendidikan jasmani dan olahraga dan olahraga dalam pola pendidikan di Indonesia telah dirumuskan oleh pemerintah berupa Undang-undang No. 20 tahun 2003 khusus mengenai Kurikulum pendidikan dasar dan menengah telah dirumuskan pada pasal 42 yang wajib memuat mata-mata pelajaran sebagai berikut: (1) pendidikan agama, (2) pendidikan kewarganegaraan, (3) bahasa, (4) matematika, (5) ilmu pengetahuan alam, (6) ilmu pengetahuan sosial, (7) seni dan budaya, (8) pendidikan jasmani dan olahraga dan olahraga, (9) keterampilan/kejuruan, dan (10) muatan lokal. Dengan ditetapkan pendidikan jasmani dan olahraga dan olahraga sebagai mata pelajaran yang wajib diberikan di sekolah telah membuktikan akan pentingnya pendidikan jasmani dan olahraga dan olahraga diajarkan mulai tingkat SD hingga SLTA. Hal tersebut menunjukkan bahwa pendidikan jasmani dan olahraga dan olahraga telah menjadi bagian integral dari keseluruhan pendidikan.

Sebagai bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, pendidikan jasmani dan olahraga merupakan mata pelajaran yang memiliki kedudukan strategis dalam pembangunan

sumber daya manusia (SDM). Secara filosofis mengenai pendidikan jasmani dan olahraga dikemukakan oleh Corbin, et. al., (1979:1) bahwa, “Being physically educated is an important part of one’s total education.” Maksudnya, pendidikan jasmani dan olahraga merupakan bagian terpenting dari pendidikan secara keseluruhan. Hal ini pula dikemukakan oleh Rusli Lutan (1999:1), “Nyaring disuarakan upaya untuk kembali ke asal, pendidikan jasmani dan olahraga merupakan medium pendidikan yang bersifat menyeluruh.” Demikian pula halnya dengan pendidikan jasmani dan olahraga di SD yang menjadi bagian tak terpisahkan dari program pendidikan secara keseluruhan. Sebagai salah satu aspek pendidikan di SD, pendidikan jasmani dan olahraga bertujuan untuk mengembangkan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor melalui aktivitas jasmani.

Secara umum modul 1 ini ingin menjelaskan berbagai hal berkaitan dengan: proses pelaksanaan belajar dan mengajar pendidikan jasmani dan olahraga di SD, cara menggunakan fasilitas dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga di SD, menggunakan strategi dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga di SD, dan melakukan evaluasi dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga di SD.

Setelah dengan seksama mempelajari modul ini, secara khusus Anda diharapkan dapat:

1. Menjelaskan proses pelaksanaan belajar dan mengajar pendidikan jasmani dan olahraga di SD
2. Menjelaskan cara menggunakan fasilitas dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga di SD
3. Menjelaskan cara menggunakan strategi dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga di SD
4. Menjelaskan cara melakukan evaluasi dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga di SD

Untuk membantu Anda mencapai tujuan tersebut, modul ini diorganisasikan menjadi empat Kegiatan Belajar (KB), sebagai berikut:

KB 1: Pelaksanaan PBM Pendidikan jasmani dan olahraga

KB 2: Fasilitas Pembelajaran Pendidikan jasmani dan olahraga

KB 3: Strategi Pembelajaran Pendidikan jasmani dan olahraga

KB 4: Evaluasi Pembelajaran Pendidikan jasmani dan olahraga.

Untuk membantu Anda dalam mempelajari BBM ini, ada baiknya diperhatikan beberapa petunjuk belajar berikut ini:

1. Bacalah dengan cermat bagian pendahuluan ini sampai Anda memahami secara tuntas tentang apa, untuk apa, dan bagaimana mempelajari bahan belajar ini.
2. Baca sepintas bagian demi bagian dan temukan kata-kata kunci dari kata-kata yang dianggap baru. Carilah dan baca pengertian kata-kata kunci tersebut dalam kamus yang Anda miliki.
3. tangkaplah pengertian demi pengertian melalui pemahaman sendiri dan tukar pikiran dengan mahasiswa lain atau dengan tutor Anda.
4. Untuk memperluas wawasan, baca dan pelajari sumber-sumber lain yang relevan. Anda dapat menemukan bacaan dari berbagai sumber, termasuk dari internet.
5. Mantapkan pemahaman Anda dengan mengerjakan latihan dan melalui kegiatan diskusi dalam kegiatan tutorial dengan mahasiswa lainnya atau tempat sejawat.
6. Jangan dilewatkan untuk mencoba menjawab soal-soal yang dituliskan pada setiap akhir kegiatan belajar. Hal ini berguna untuk mengetahui apakah Anda sudah memahami dengan benar kandungan bahan belajar ini.

## **PELAKSANAAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA DI SD**

---

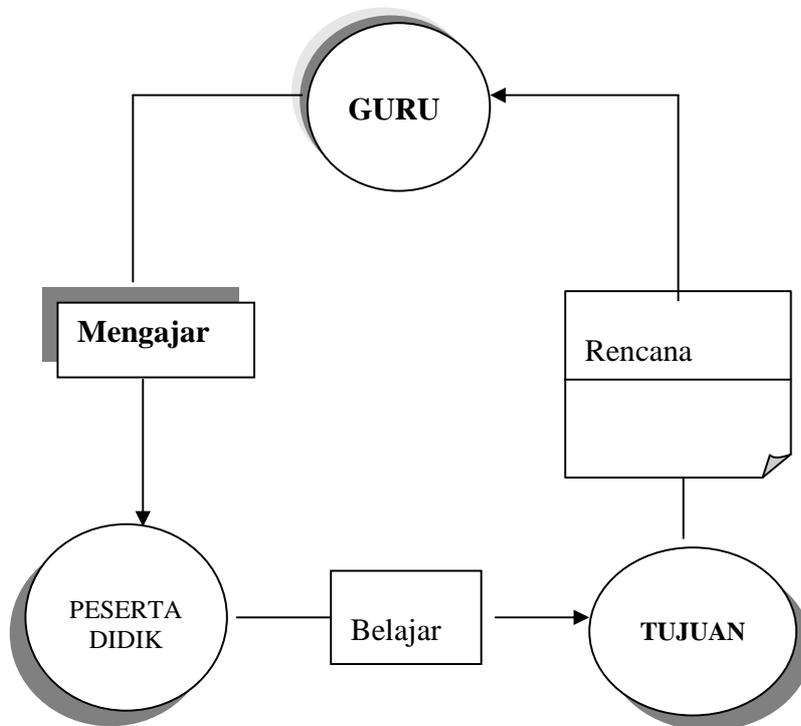
### **PENGANTAR**

Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga di SD akan berjalan efektif apabila semua unsur bersinergi. Unsur-unsur yang ada didalamnya adalah guru, kepala sekolah dan fasilitas pendukung PBM. Guru menjadi bagian utama dalam pelaksanaan pembelajaran. Oleh karena itu, kompetensi guru harus dipelihara agar tetap memiliki motivasi untuk berinovasi dalam melakukan persiapan pembelajarannya, termasuk persiapan peserta didik. Persiapan peserta didik untuk mendapatkan pengalaman belajar dengan memberikan beberapa pengantar yang merujuk pada komponen antisipasi. Dalam membuka pelajaran guru mempersiapkan peserta didik dengan mengembangkan minat mereka pada pelajaran tersebut. Dalam mempersiapkan peserta didik guru menyampaikan apa yang akan dipelajari dan hubungannya dengan pelajaran sebelumnya dan aktivitas saat ini atau yang akan datang. Hal ini penting untuk melibatkan peserta didik secara aktif. Pertanyaan, alat bantu visual, dan diskusi kelas adalah beberapa aktivitas yang digunakan sebagai pembuka. Pembuka ini akan memberikan awal dalam pikiran para peserta didik. Oleh karena komponen pembuka ini seharusnya singkat dan padat, sehingga akan lebih memberikan kebebasan pada guru untuk mengembangkan bahan sendiri.

### **A. Proses Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani dan Olahraga di SD**

Proses belajar mengajar (PBM) merupakan interaksi berkelanjutan antara perilaku guru dan perilaku peserta didik (Mosston dan Asworth, 1994). Dalam pelaksanaan proses belajar mengajar pendidikan jasmani dan olahraga, keempat faktor ini tidak dapat dipisahkan satu sama lain, yaitu; (1) tujuan, (2) materi, (3) metoda, dan (4) evaluasi. Di antara beberapa faktor penting untuk mencapai pengajaran pendidikan jasmani dan olahraga yang berhasil adalah perumusan tujuan. Pentingnya kedudukan tujuan untuk menentukan materi yang akan dilakukan oleh para peserta didik. Salah satu prinsip penting dalam pendidikan jasmani dan olahraga adalah partisipasi peserta didik secara penuh dan merata. Oleh karena itu guru pendidikan jasmani dan olahraga harus memperhatikan kepentingan setiap peserta didik.

Interrelasi antara keempat komponen dalam Proses Belajar Mengajar (PBM) dapat digambarkan sebagai berikut:

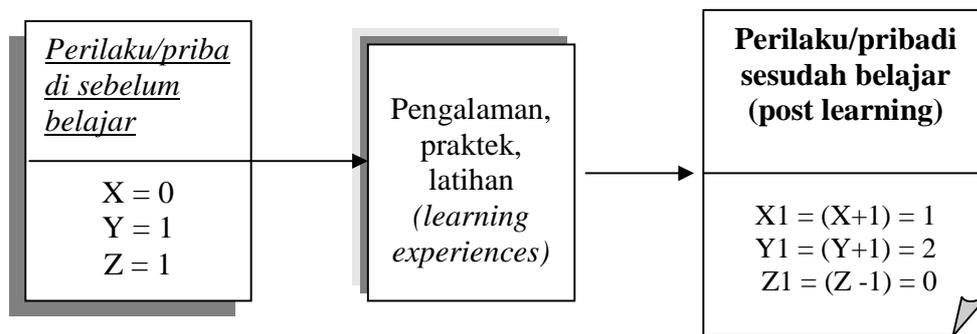


Gambar 1: Interrelasi PBM

Dalam PBM akan terjadi suatu transfer dari guru kepada peserta didik atau sebaliknya. Ada tiga aspek yang terkait dengan transfer belajar, yaitu:

- Peranan transfer dalam kondisi belajar skill seperti mempertimbangkan drill dalam sepak bola atau memperhatikan hasil latihan melakukan tembakan bebas dalam permainan bola basket dengan melakukan tembakan bebas pada saat bertanding.
- Bagaimana transfer itu diukur? Transfer ini dapat diestimasi peningkatan atau penurunan keterampilan sebagai hasil dari latihan atau pengalaman dan transfer ini pula dapat bersifat positif atau negatif tergantung pada tugasnya.
- Transfer sebagai sebuah kriteria untuk belajar seperti tes retensi. Dalam hal ini ada dua kriteria transfer yaitu: (1) near transfer artinya tujuan belajar yang relatif sama dengan tugas latihan dan (2) far transfer artinya tujuan belajar berbeda dengan kondisi latihan yang sesungguhnya.

Di kalangan ahli psikologi terdapat keragaman dalam cara menjelaskan dan mendefinisikan tentang belajar (learning). Walaupun demikian, secara eksplisit maupun implisit pada akhirnya terdapat kesamaan maknanya, yakni bahwa belajar itu selalu menunjukkan kepada suatu proses perubahan perilaku atau pribadi seseorang berdasarkan praktek atau pengalaman tertentu. Secara visual perubahan perilaku atau pribadi tersebut menurut Di Vesta dan Tompson (1970) secara mendasar dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 2: Proses perubahan setelah belajar

Perubahan ini mungkin merupakan suatu penemuan informasi atau penguasaan suatu keterampilan baru sama sekali, seperti kasus perilaku X pada gambar di atas. Mungkin juga bersifat penambahan atau kekayaan dari informasi atau pengetahuan atau keterampilan yang telah ada, seperti kasus Y pada gambar di atas. Bahkan mungkin pula merupakan reduksi atau menghilangkan sifat kepribadian tertentu atau perilaku tertentu yang dikehendaki (misalnya kebiasaan merokok, ekspresi marah, dan rasa takut) seperti kasus perilaku atau sifat kepribadian Z pada gambar di atas.

Kesiapan belajar merupakan kondisi yang harus mendapat perhatian pertama sebelum kegiatan belajar. Tanpa kesiapan peserta didik untuk belajar mustahil terjadi proses belajar mengajar di sekolah. Untuk mengetahui kesiapan peserta didik sebelum PBM itu dimulai, maka guru terlebih dahulu harus melakukan langkah-langkah seperti memberikan perhatian, memberikan motivasi, dan memeriksa perkembangan kesiapan.

Perhatian ini sangat perlu manakala peserta didik akan melakukan sejenis pengamatan. Peserta didik harus memperhatikan peragaan dari guru, melihat gambar, dan bukan bercakap-cakap dengan teman atau mengganggu teman. Guru harus melakukan berbagai cara agar peserta

didik dapat memberikan perhatiannya saat proses belajar dan mengajar tengah berlangsung. Untuk dapat mengembangkan perhatian peserta didik bukan sesuatu yang mudah namun diperlukan kiat-kiat khusus, seperti menyajikan sesuatu yang belum peserta didik kenali. Sehingga merangsang peserta didik untuk mencari tahu. Selain itu juga dalam menyampaikan pelajaran guru hendaknya memulai dari yang mudah hingga sukar.

Motivasi merupakan sesuatu hal yang sangat penting dalam proses pembelajaran di sekolah. Setidaknya para peserta didik harus memiliki motivasi untuk belajar di sekolah. Tanpa motivasi sukar bagi peserta didik untuk berkembang dalam belajarnya. Guru sangat berperan dalam menumbuh kembangkan motivasi pada peserta didik. Meskipun munculnya motivasi itu dengan sedikit memberi paksaan kepada mereka. Lambat laun akan muncul kesadarannya untuk belajar menurut keinginannya sendiri. Motivasi terbagi kedalam dua bagian, yaitu; motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Untuk meningkatkan motivasi intrinsik sangat diperlukan motivasi kuat dari luar dirinya. Peserta didik harus diberikan penghargaan berupa pujian, angka yang baik, rasa keberhasilan, dan sebagainya sehingga peserta didik lebih tertarik oleh pelajaran. Kesuksesan yang diraih dalam interaksinya dengan lingkungan belajar dapat menimbulkan rasa puas. Kondisi ini merupakan sumber motivasi. Apabila terus-menerus muncul pada diri peserta didik, maka ia akan sanggup untuk belajar sepanjang hidupnya.

Dapat atau tidaknya peserta didik terlibat dalam proses belajar akan sangat ditentukan oleh kesiapannya untuk belajar. Teori Piaget membedakan perkembangan kesiapan peserta didik dilihat dari aspek kognitif. Perbedaan dalam perkembangan kesiapan peserta didik di sekolah disebabkan oleh perbedaan dalam kemampuan intelektual dan keterampilan motorik yang telah dipelajari sebelumnya. Oleh karena itu, guru harus mempertimbangkan secara sungguh ketiga hal pokok tersebut sebagai upaya meningkatkan mutu hasil belajar peserta didik.

### ***1. Pendidikan jasmani dan olahraga di SD***

Pendidikan jasmani dan olahraga merupakan upaya agar dapat mengaktualisasikan seluruh potensi aktivitasnya sebagai manusia berupa sikap, tindakan dan karya yang diberi bentuk, isi dan arah menuju kebulatan pribadi sesuai cita-cita kemanusiaan. Dalam beberapa literatur terdapat berbagai definisi tentang pendidikan jasmani dan olahraga yang bervariasi antara satu dengan lainnya. Kesamaan pandangan mengenai pendidikan jasmani dan olahraga

adalah terletak pada gerak jasmani. Dalam hal ini Supandi (1990:29) mengemukakan bahwa “Pendidikan jasmani dan olahraga adalah suatu aktivitas yang menggunakan fisik atau tubuh sebagai alat untuk mencapai tujuan melalui aktivitas-aktivitas jasmani.”

Aktivitas jasmani dalam pengertian ini dipaparkan sebagai kegiatan pelaku gerak untuk meningkatkan keterampilan motorik dan nilai-nilai fungsional yang mencakup aspek kognitif, afektif, dan sosial. Aktivitas ini harus dipilih dan disesuaikan dengan tingkat perkembangan pelaku. Melalui kegiatan keolahragaan diharapkan pelaku atau pengguna akan tumbuh dan berkembang secara sehat, dan segar jasmaninya, serta dapat berkembang kepribadiannya agar lebih harmonis.

Pendidikan jasmani dan olahraga di SD telah menjadi bagian dari proses dari pendidikan secara keseluruhan dengan maksud untuk mengubah perilaku peserta didik. Dalam hal ini sebagaimana yang dikemukakan Abdul Gafur yang dikutip oleh Lutan dan Cholik (1997:14) yaitu: Pembelajaran olahraga adalah suatu proses yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani untuk memperoleh pertumbuhan jasmani, kesehatan dan kesegaran jasmani, kemampuan dan keterampilan, kecerdasan dan perkembangan watak serta kepribadian yang harmonis dalam rangka membentuk manusia Indonesia seutuhnya yang berkualitas berdasarkan Pancasila.

Selain mengubah perilaku pengguna, olahraga melalui aktivitas jasmani senantiasa mengupayakan untuk mencapai tujuan pendidikan itu sendiri. Pangrazi dan Victor (1995:1) menjelaskan bahwa “Sport education is a part of the total program that contributed primarily through movement experiences to the total growth and development of all users.” Maksudnya adalah olahraga merupakan bagian dari pendidikan secara umum yang tentunya dapat memberikan kontribusi, terutama melalui pengalaman-pengalaman gerak agar secara menyeluruh penggunaannya dapat tumbuh dan berkembang ke arah yang lebih baik daripada sebelumnya. Kesamaan pandangan mengenai pendidikan jasmani dan olahraga adalah terletak pada pendidikan melalui gerak jasmani. Dalam hal ini Supandi (1990:29) mengemukakan bahwa “Pendidikan jasmani dan olahraga adalah suatu pendidikan yang menggunakan aktivitas fisik sebagai alat untuk mencapai tujuan pendidikan.”

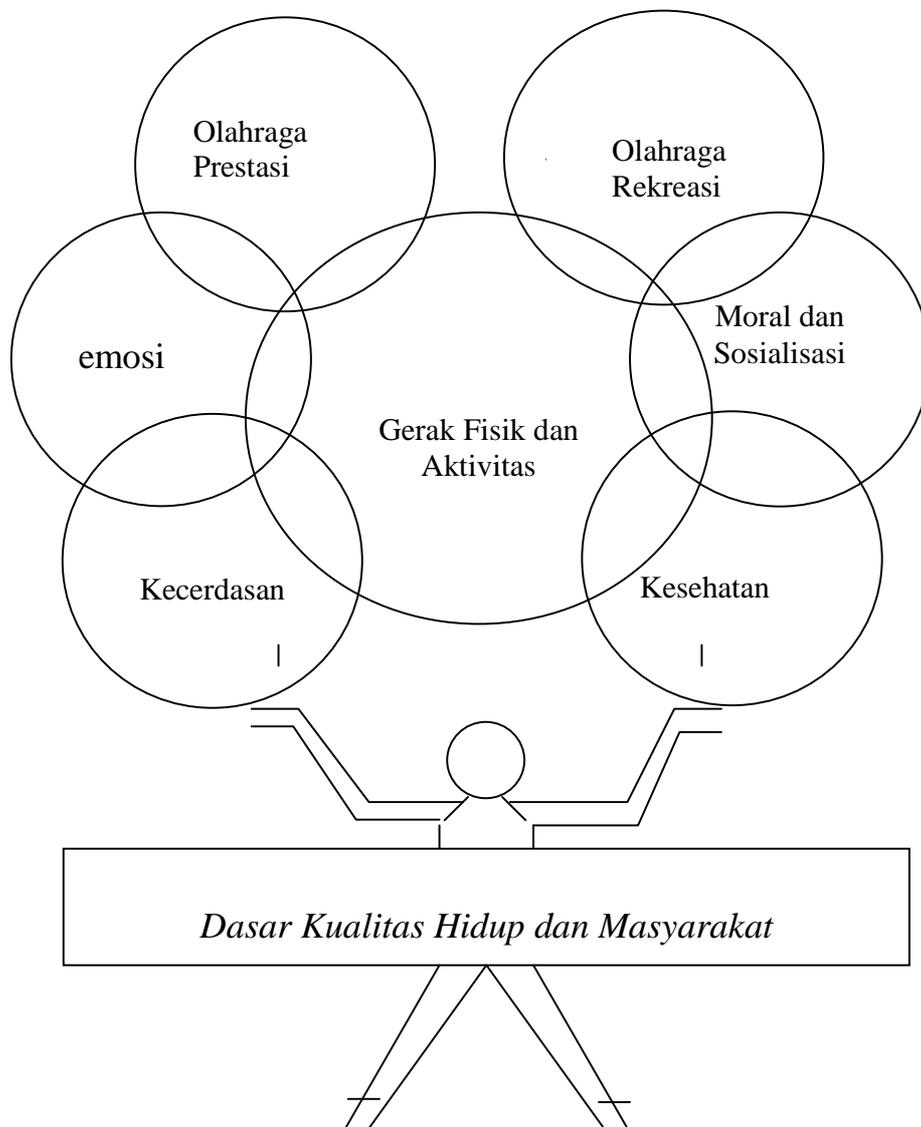
Aktivitas jasmani dalam pengertian ini dipaparkan sebagai kegiatan anak didik untuk meningkatkan keterampilan motorik dan nilai-nilai fungsional yang mencakup aspek kognitif, afektif, psikomotorik dan sosial. Aktivitas ini harus dipilih dan disesuaikan dengan tingkat

perkembangan peserta didik. Melalui kegiatan pendidikan jasmani dan olahraga diharapkan peserta didik akan tumbuh dan berkembang secara sehat, dan segar jasmaninya, serta dapat berkembang kepribadiannya agar lebih harmonis dalam menjalankan kehidupannya sekarang maupun yang akan datang.

Sasaran yang demikian kompleks telah menjadikan pendidikan jasmani dan olahraga menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari pendidikan lainnya. Karena kontribusinya sudah dapat dirasakan oleh anak didik maupun pendidik dalam mata pelajaran lainnya. Para guru di sekolah telah merasakan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga yang dilaksanakan secara baik akan memberi dampak positif dalam mendukung kualitas pembelajaran lainnya. Hal inilah yang mendorong guru pendidikan jasmani untuk lebih sungguh-sungguh dalam menjalankan tugasnya selama persiapan, pelaksanaan, maupun penilaian pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga di sekolah baik pendidikan dasar, menengah pertama, maupun menengah atas. Karena nilai-nilai pendidikan yang melekat dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga lebih fokus pada penanaman budaya gerak yang berimplikasi pada domain lain yang ada pada setiap individu.

Jadi perubahan budaya merupakan tujuan yang ingin dicapai melalui pendidikan jasmani dan olahraga. Perubahan kearah yang lebih baik diharapkan akan menjadi suatu kepemilikan pada setiap anak didik. Dengan keanekaragaman nilai yang dapat diakomodasi melalui pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga diharapkan akan menjadikannya sesuatu yang berkontribusi positif dalam melakukan suatu perubahan yang diharapkan oleh anak didik. Banyak pakar pendidikan jasmani dan olahraga yang telah merumuskan mengenai kontribusi pendidikan jasmani dan olahraga diantaranya Tamura dan Amung (2003:10) yang telah melakukan serangkaian penelitian pada anak tingkat dasar menjelaskan, "Pendidikan jasmani dan olahraga merupakan mata pelajaran yang sifatnya wajib diajarkan di SD karena memiliki nilai-nilai positif yang tercakup didalamnya." Uraian selengkapnya sebagai berikut:

## Budaya Gerak



Gambar 3

Konsep Budaya Gerak yang dibangun dalam Pendidikan jasmani dan olahraga

Gambar 3 di atas mengilustrasikan bagaimana pentingnya pendidikan jasmani dan olahraga bagi siswa SD, terutama dalam membangun kualitas hidup dan sikap sosialnya. Para siswa akan terbentuk kualitas fisiknya, sikap mental, moral dan sosialnya melalui pendidikan jasmani dan olahraga atau aktivitas fisik yang didapatinya di sekolah. Yang pada akhirnya akan

melahirkan sumber daya manusia (SDM) yang sehat dan cerdas guna mendukung terciptanya manusia yang paripurna (well being).

## **2. Konsep Pengembangan PBM Pendidikan Jasmani dan Olahraga**

Proses belajar mengajar (PBM) merupakan interaksi berkelanjutan antara perilaku guru dan perilaku siswa (Mosston dan Asworth, 1994). Dalam pelaksanaan proses belajar mengajar pendidikan jasmani dan olahraga keempat faktor ini tidak dapat dipisahkan satu sama lain, yaitu; tujuan, materi, metoda, dan evaluasi. Di antara beberapa faktor penting untuk mencapai pengajaran pendidikan jasmani dan olahraga yang berhasil adalah perumusan tujuan. Pentingnya kedudukan tujuan untuk menentukan materi yang akan dilakukan oleh para siswa. Salah satu prinsip penting dalam pendidikan jasmani dan olahraga adalah partisipasi siswa secara penuh dan merata. Oleh karena itu, guru pendidikan jasmani dan olahraga harus memperhatikan kepentingan setiap siswa. Siswa didorong untuk mendapatkan pengalaman belajar adalah berupa pengantar yang merujuk pada komponen antisipasi. Dalam membuka pelajaran guru mempersiapkan siswa dengan mengembangkan minat mereka pada pelajaran tersebut. Dalam mempersiapkan siswa guru menyampaikan apa yang akan dipelajari dan hubungannya dengan pelajaran sebelumnya dan aktivitas saat ini atau yang akan datang.

Sebenarnya pendidikan jasmani dan olahraga itu memiliki kekayaan yang sangat besar dalam pembelajaran sebagaimana Lutan (1997:7) paparkan yang dikutip dari Rijsdorp sebagai berikut, “Tujuan pendidikan jasmani dan olahraga, yaitu: (a) pembentukan gerak, (b) pembentukan prestasi, (c) pembentukan sosial, dan (d) pertumbuhan.” Rumusan ini sudah digariskan di dalam kurikulum pendidikan keolahragaan dan GBHN, yaitu:

- ❑ Tercapainya pertumbuhan perkembangan jasmani khususnya tinggi badan dan berat badan secara harmonis.
- ❑ Terbentuknya sikap dan perilaku disiplin, sportivitas, kerja sama, mengikuti peraturan dan ketentuan yang berlaku.
- ❑ Menyenangi aktivitas jasmani yang dapat dipakai untuk mengisi waktu luang serta kebiasaan hidup sehat.
- ❑ Mempunyai kemampuan untuk menjelaskan tentang manfaat pendidikan jasmani dan olahraga, keterampilan gerak yang benar dan efisien.
- ❑ Meningkatkan kesegaran jasmani dan kesehatan, serta daya tahan tubuh terhadap penyakit.

Dengan demikian, tujuan dari pendidikan jasmani dan olahraga adalah untuk mengembangkan kondisi fisik, mental, sosial, moral, spiritual, dan intelektual supaya pengguna lebih mandiri yang sesuai dengan keadaan dirinya. Oleh karena itu untuk mendasari semua tujuan pembelajaran tersebut perlu adanya landasan yang kokoh dalam pendidikan jasmani dan olahraga.

### **3. Landasan Pendidikan Jasmani dan Olahraga**

Pendidikan jasmani dan olahraga memiliki peran penting dalam mengembangkan sumber daya manusia. Pada tataran individu, pendidikan jasmani dan olahraga dapat mengembangkan pola hidup sehat, mengurangi tekanan atau stres, meningkatkan kinerja, meningkatkan daya saing, dan membentuk sikap dan perilaku yang prososial. Dalam tataran pembangunan masyarakat olahraga dapat membangun masyarakat yang memiliki “social capital” yang tinggi terutama masyarakat yang memiliki rasa kebersamaan, solidaritas, saling percaya di antara anggota masyarakat, dan kelancaran komunikasi antara anggota masyarakat karena adanya hubungan melalui pengembangan kegiatan fisik di sekolah atau di masyarakat.

Peningkatan kualitas sumber daya manusia merupakan upaya panjang yang menuntut ketekunan dan kesadaran semua pihak. Secara filosofis, kegiatan jasmani sudah menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari program pendidikan secara keseluruhan. Sebagai salah satu aspek pendidikan telah dirancang guna mengembangkan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor melalui aktivitas jasmani. Bahkan menurut pandangan Sinikka Kahila (1995:196) memaparkan bahwa, “*Physical education can be seen as a very remarkable socializing environment because it has some meaningful characteristics which can be used as educational instruments.*” Maksudnya, kegiatan jasmani dapat dilihat sebagai sebuah lingkungan sosial yang sangat luar biasa sebab kegiatan olahraga memiliki beberapa karakteristik yang berguna yang dapat digunakan sebagai instrumen pendidikan.

Paparan tersebut memberi informasi bahwa kegiatan olahraga dapat dijadikan salah satu pendekatan dalam pengajaran pendidikan jasmani dan olahraga di SD. Sebagai mana yang Sinikka Kahila (1995:194) bahwa, “*Cooperation in physical education as a teaching method in learning social behavior and making friends.*” Maksudnya, kerjasama dalam kegiatan jasmani sebagai sebuah metode dalam belajar perilaku sosial dan mencari teman. Bahkan hasil studi yang dilakukan Sinikka Kahila (1995:199) menunjukkan bahwa, “*Prosocial behavior can be learned*

*by practice in situations specially designed for that purpose and that concrete interactive relations are essential preconditions for learning social skills, such as giving psychological support, caring about other people, taking others into consideration, giving concrete assistance like verbal and physical help, advice and corrections.*" Maksudnya, perilaku prososial dapat dipelajari melalui latihan dalam situasi dengan rancangan khusus untuk tujuan tertentu dan hubungan interaktif yang konkret merupakan prekondisi dalam belajar keterampilan sosial, seperti memberi dukungan psikologis, memberi perhatian pada orang lain, memberi pertimbangan pada orang lain, memberi pertolongan yang konkret secara lisan dan perbuatan, memberi saran dan koreksian.

Kondisi-kondisi semacam ini dalam interaksi sosial menjadi kepedulian pertama tentang orang lain tetapi juga mempunyai perasaan bertanggung jawab. Dalam mewujudkan sikap kerjasama ini perlu sikap saling memberi dan menerima satu sama lain. Sinikka Kahila (1995:201) memaparkan bahwa, "*Cooperation also requires giving and receiving help, advice and feedback.*" Maksudnya, kerjasama juga memerlukan sikap saling memberi dan menerima bantuan, memberi saran dan umpan balik.

Landasan pendidikan jasmani dan olahraga bagi semua orang (sport for all) makin memasyarakat, karena olahraga sifatnya terbuka bagi semua lapisan sesuai dengan kemampuan, kesenangan, dan kesempatan. Tanpa membedakan hak, status sosial, atau derajat di masyarakat olahraga tetap dan akan tetap menjadi milik semua lapisan.

#### **4. Meningkatkan Sportivitas melalui Pendidikan Jasmani dan Olahraga**

Sportivitas merupakan bagian yang tidak terpisahkan dalam konteks keolahragaan. Tujuan hakiki yang ingin dibangun melalui kegiatan olahraga adalah menjadikan anak bangsa yang memiliki jiwa sportivitas, karena dengan sportivitas ini perilaku anak didik lebih berjiwa besar untuk dapat menerima kekalahan dan tidak sombong dalam meraih kemenangan. Selain itu juga nilai sportivitas ini pula yang menjadikan pendidikan jasmani dan olahraga dan olahraga sebagai bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan.

Tingkat sportivitas seseorang dalam kegiatan jasmani sangat ditentukan oleh motivasinya. Hartmut Gabler (1995:239) memaparkan bahwa, "*The summary of reasons for fair action shows that the intrinsic motivation is stronger than the extrinsic motivation. This applies especially for the two dimensions "Empathy as a reason for fairness" and "Fairness due to*

*superior social systems of values and norms.*” Maksudnya, alasan mengapa seseorang berperilaku jujur ditunjukkan oleh motivasi, adapun motivasi yang paling tinggi pengaruhnya terhadap perilaku jujur adalah motivasi intrinsik daripada motivasi ekstrinsik. Ini secara khusus menerapkan dua dimensi yaitu empati sebagai alasan sportivitas dan sportivitas menjadi hukum sistem sosial yang berupa nilai-nilai dan norma.

Jadi, kesimpulannya adalah bahwa sportivitas harus menjadi instrumen dalam menjadikan anak didik yang jujur dalam beraktivitas serta tidak muncul perilaku menyimpang. Selain itu juga untuk mengurangi bahaya terjadinya cedera sangatlah kuat, namun dimensi sportivitas merupakan instrumen untuk meraih tujuan performa menjadi agak lemah. Karena setiap orang harus mampu merasakan apa yang dirasakan orang lain dengan mengurangi sikap melukai atau mencederai.

##### **5. Pendidikan Jasmani dan Olahraga serta Nilai Moral**

Ide ini muncul karena ada isu mengenai pendidikan moral, agresi dan ide mengenai sportivitas dalam kegiatan jasmani. Isu ini cukup menarik dengan mengaitkannya dengan bentuk kekerasan dalam olahraga. Lebih dari 20 tahun terjadi peningkatan yang berarti mengenai kekerasan dalam olahraga dan telah menjadi perhatian serius bagi pemerintah, pendidik, dan siswa.

Apabila memperhatikan filosofi yang terkandung dalam olahraga nilai dan norma sangat kental di dalamnya. Namun, banyak kekerasan yang muncul setiap kali aktivitas itu dilakukan tentu banyak faktor penyebabnya. Yang lebih dominan tentunya adalah faktor motivasi intrinsik pada setiap pelaku kegiatan. Berdasarkan hasil penelitian Peiser (1995:251) menjelaskan bahwa, *“Physical education teachers are faced with the problem of having to distance themselves from particularly popular sports if they want to prevent the inherent violence in these sports during their lessons.”* Maksudnya, pendidik dihadapkan dengan persoalan cabang olahraga yang tidak mengenal jarak antara pelakunya apabila mereka ingin mencegah terjadinya kekerasan dalam olahraga selama kegiatan itu dilakukan. Memang sangat disadari sekali bahwa ada beberapa cabang olahraga yang tidak bisa menghindari terjadinya tidak ada body contact seperti sepak bola, bola basket, tinju, karate, dsb. Tentu saja cabang-cabang tersebut sering kali memunculkan tindakan kekerasan yang sulit untuk dihindarkan.

Sulit untuk menjeneralisasi mengenai semua program olahraga. Program-program tersebut berbeda dari yang satu dengan yang lainnya. Namun, olahraga tidak mempunyai tempat di sekolah atau sekolah dasar melainkan olahraga menjadi bagian yang legitimasi dari program pendidikan dan diterima menjadi salah satu tujuan pendidikan.

Hingga saat ini tidak ada bukti yang konsisten bahwa olahraga di sekolah berdampak negatif bagi para pelaku dan penikmat olahraga. Tentu saja banyak sekolah, orang tua, dan anak-anak remaja yang tidak mengindahkan tujuan pendidikan dan mereka lebih mengejar kemenangan dan predikat juara. Olahraga dapat menggairahkan dan orang yang tergabung dengan tim sekolah kadang-kadang memerlukan bimbingan untuk tetap berada pada program-program yang telah ditentukan agar seimbang antara waktu sekolah, latihan, dan istirahat. Selain guru, orang tua juga harus peka terhadap tujuan pendidikan anak-anaknya.

Program olahraga antar sekolah biasanya melahirkan semangat bersekolah. Tetapi hal itu tidak diketahui manakala spirit tersebut memberikan kontribusi terhadap prestasi belajar siswa. Aktivitas sekolah dapat digunakan untuk wahana pengalaman, tetapi olahraga memberi siswa aktivitas sosial yang unik yang dapat menjadikan sekolah sebagai tempat yang menarik.

## LATIHAN 1

Petunjuk: Jawablah pertanyaan di bawah ini secara jelas dan tepat pada lembar tugas yang Anda miliki!

1. Jelaskan 4 tahap dalam proses belajar mengajar (PBM) pendidikan jasmani dan olahraga?
2. Jelaskan beberapa perubahan yang terjadi setelah peserta didik diberikan serangkaian pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga?
3. Jelaskan perubahan budaya yang dialami peserta didik melalui pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga?
4. Jelaskan nilai-nilai moral apa saja yang dapat diakomodasi melalui pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga?

### **Rambu-rambu jawaban:**

Untuk menjawab soal latihan secara lengkap, Anda dapat mengacu pada uraian materi teori yang tertuang dalam kegiatan belajar (KB) 1.

1. Tahapan PBM pendidikan jasmani dan olahraga
2. Dampak positif dari pelaksanaan pembelajaran
3. Perubahan budaya yang dihasilkan melalui pendidikan jasmani dan olahraga
4. Nilai-nilai moral melalui pendidikan jasmani dan olahraga

## **RANGKUMAN**

Pelaksanaan proses belajar mengajar pendidikan jasmani dan olahraga di SD harus sudah mulai fokus pada program yang mampu mengembangkan semua dimensi dan potensi peserta didik. Program pendidikan jasmani dan olahraga harus dapat menjembatani kesenjangan antara sekolah dan masyarakat di sekitar sekolah. Melalui aktivitas yang beragam itulah diharapkan pesan pendidikan jasmani dan olahraga dapat diaktualisasikan sehingga mencapai target pembelajaran yaitu perubahan ke arah positif pada peserta didik. Namun, saat program tersebut dikontrol oleh orang di luar sekolah, maka ada kecenderungan bahwa tujuan pendidikan terabaikan. Banyak sekolah yang dapat memanfaatkan pendidikan jasmani dan olahraga sebagai kendaraan untuk membuat masyarakat mendukung program pendidikan, tetapi tujuan ini sangat jarang dicapai. Memang program pendidikan jasmani dan olahraga di sekolah tidak akan pernah sempurna, akan selalu ada keperluan untuk memperbaikinya, karena hanya ada beberapa bagian saja dari kurikulum. Maksudnya bahwa relevansi pendidikan dengan program tersebut harus terus diupayakan dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga di SD.

## **TES FORMATIF 1**

Petunjuk: Jawablah pertanyaan di bawah ini dengan memilih salah satu jawaban A, B, C, atau D yang paling tepat, tuangkan pada lembar tugas yang Anda miliki!

1. Dalam pelaksanaan PBM pendidikan jasmani dan olahraga guru harus menentukan:  
A. Tujuan, materi dan metode      C. Tujuan, metode dan evaluasi  
B. Materi dan metode                D. Tujuan, metode, materi dan evaluasi
2. Dalam PBM guru adalah kurikulum, oleh karena itu guru harus mampu melakukan yang terbaik saat mengajar disebut:  
A. Aperseptif                            C. Persuasif  
B. Demonstrasif                        D. Kreatif
3. Pelaksanaan PBM yang efektif akan diwujudkan dengan hasil yang diperoleh berupa:  
A. Perubahan                            C. Keterampilan  
B. Kecerdasan                         D. Motivasi
4. Sportivitas merupakan bagian yang tidak terpisahkan dalam konteks keolahragaan. Pelaksanaan PBM penjas dan olahraga dapat mewujudkan tujuan tersebut manakala:

- A. Siswa aktif
  - B. Guru serius
  - C. Programnya tepat
  - D. Fasilitas memadai
5. Tujuan pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga di tingkat SD lebih difokuskan pada:
- A. Kebugaran jasmani
  - B. Multilateral movement
  - C. Fundamental motor skills
  - D. Semua benar

**BALIKAN DAN TINDAK LANJUT**

Cocokkanlah jawaban Anda dengan kunci jawaban Tes Formatif 1 yang terdapat pada bagian akhir Modul ini. Hitunglah jawaban Anda yang benar, kemudian gunakan rumus di bawah ini untuk mengetahui tingkat penguasaan Anda terhadap materi kegiatan belajar (KB 1).

**Rumus:**

$$\text{Tingkat Penguasaan} = \frac{\text{Jumlah jawaban Anda yang benar}}{5} \times 100\%$$

Arti tingkat penguasaan yang Anda capai:

- 90 % - 100 % = Baik Sekali
- 80 % - 89 % = Baik
- 70 % - 79 % = Cukup
- < 69 % = Kurang

Apabila Anda mencapai tingkat penguasaan 80% ke atas, Anda dapat meneruskan dengan kegiatan belajar, Bagus! Akan tetapi apabila tingkat penguasaan Anda masih di bawah 80%, maka Anda harus mengulang KB 1 terutama bagian yang belum Anda kuasai.

## **FASILITAS PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA DI SD**

---

### **PENGANTAR**

Fasilitas pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga bagi anak SD berupa tersedianya sarana dan prasarana yang digunakan untuk mencapai tujuan dari proses belajar mengajar dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga. Pendidikan jasmani dan olahraga memerlukan sarana media pembelajaran, alat dan perlengkapannya. Alat dan media yang sesuai dengan kebutuhan dan karakteristik anak SD akan mengembangkan potensi serta keterampilannya secara optimal. Karena itu, dalam memilih alat dan media yang harus dipakai dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga bagi anak SD diperlukan pertimbangan yang mendalam.

### **A. Fungsi Fasilitas Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga**

Fasilitas ini memiliki fungsi dan peran yang sangat strategis dalam pembelajaran. Dengan alat dan media yang tepat, maka proses pembelajaran akan berjalan dengan baik dan partisipasi anak dalam PBM akan terwujud. Mempersiapkan pendidikan untuk anak SD perlu sesuatu usaha bersama antara sekolah, orang tua, dan masyarakat. Teridentifikasi dan terpenuhinya alat dan media yang dibutuhkan, maka menjadikan PBM dalam tingkat keberhasilannya. Hal ini dapat mempersiapkan kemandirian anak dalam melakukan aktivitas belajarnya. Pada gilirannya dapat menciptakan generasi yang sukses dalam tugasnya.

Jadi peran dan fungsi alat dan media pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga di SD adalah: (1) Meningkatkan kualitas sumber daya manusia yang mampu bersaing dan kerjasama di era globalisasi. (2) Meningkatkan keterampilan dan kualitas fisik untuk mendukung aktivitas sehari-hari. (3) Meningkatkan kemandirian dalam mengikuti intra kurikuler maupun ekstrakurikuler dan belajar di rumah.

Pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga di SD hendaknya menyediakan berbagai fasilitas untuk menunjang berbagai program aktivitas yang akan diajarkan guru. Bucher dan Krotee (2002:309) menjelaskan bahwa, *“The activities program in elementary school suggests*

*what facilities should be available.*” Dengan tersedianya fasilitas pembelajaran yang memadai akan dapat mengoptimalkan kemampuan guru dalam menunjang proses pembelajaran yang efektif dan efisien dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga. Apalagi pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga sangat membutuhkan dukungan fasilitas yang memadai guna menghasilkan proses pembelajaran yang optimal. Oleh karena itu fasilitas pembelajaran harus dirancang untuk keseluruhan aktivitas yang mendukung potensi anak yang didasarkan pada tujuan pendidikan secara keseluruhan.

Rink (1993:17) memaparkan mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi proses belajar mengajar pendidikan jasmani dan olahraga, yaitu: (1) motivasi belajar siswa, (2) kemampuan siswa, (3) kemampuan guru, dan (4) fasilitas pembelajaran. Keempat faktor ini sangat dominan dalam menentukan keberhasilan dalam proses maupun upaya mencapai tujuan pembelajaran di sekolah.

Terkait dengan fasilitas pembelajaran, menurut Rink (1993) ada tiga komponen yang harus dipenuhi, yaitu: (1) sarana pokok, (2) sarana pelengkap, dan (3) sarana penunjang. Ketiga sarana ini dapat membantu guru dalam mengoptimalkan program pembelajaran agar mencapai sasaran, yakni terbentuknya kualitas gerak anak serta kemampuan-kemampuan lainnya. Jadi dukungan fasilitas ini mutlak disiapkan oleh sekolah dan guru sebelum proses belajar mengajar dilakukan. Karena eksistensinya sangat dirasakan oleh peserta didik dalam mengikuti berbagai aktivitas yang diprogramkan oleh guru saat PBM pendidikan jasmani dan olahraga berlangsung.

Fasilitas ialah segala sesuatu yang dapat mempermudah atau memperlancar tugas, dan memiliki sifat yang relatif permanen. Salah satu sifat yang relatif permanen tersebut, adalah susah untuk dipindah-pindahkan. Contoh : Halaman sekolah, lapangan sepakbola, lapangan bola basket, lapangan bola voli, gedung serba guna (*sport hall*), bak lompat jauh, dan sejenisnya. Untuk kepentingan pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga, prasarana lain yang dapat dimanfaatkan misalnya: ruang kelas yang kosong, parit, selokan, tangga, taman dengan kelengkapannya.

Sebagian besar SD tidak memiliki fasilitas pembelajaran untuk kegiatan pendidikan jasmani dan olahraga yang memadai, baik mutu demikian pula jumlahnya. Padahal sarana, prasarana dan media pengajaran pendidikan jasmani dan olahraga merupakan salah satu faktor yang menentukan dalam kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga.

Minimnya fasilitas pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga di SD, menuntut guru pendidikan jasmani dan olahraga lebih kreatif untuk menciptakan peralatan dan perlengkapan lapangan yang sesuai dengan kondisi siswa dan sekolahnya. Guru yang kreatif akan mampu menciptakan sesuatu yang baru, atau memodifikasi sesuatu yang sudah ada tetapi disajikan dengan cara yang lebih menarik, sehingga anak merasa senang mengikuti pelajaran. Halaman sekolah, ruangan yang kosong, parit, selokan, dan sebagainya yang berada di lingkungan sekolah dapat direkayasa dan dimanfaatkan untuk mengoptimalkan pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga di SD.

Dengan melakukan modifikasi fasilitas pembelajaran maupun media pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga tidak akan mengurangi aktivitas siswa dalam melakukan pembelajaran. Malahan sebaliknya, karena siswa akan difasilitasi untuk lebih banyak bergerak serta riang gembira dalam bentuk-bentuk kegiatan berupa pendekatan bermain. Konsep ini memaparkan kondisi dan lingkungan sekolah yang dapat dimanfaatkan sebagai sarana, prasarana dan media pengajaran pendidikan jasmani dan olahraga di SD. Di samping itu juga dipaparkan cara membuat atau pengadaan sarana sederhana yang dapat dikembangkan/dibuat dari bahan-bahan yang ada di sekitar lingkungan siswa.

## **B. Modifikasi Fasilitas**

Pendidikan jasmani dan olahraga merupakan pendidikan yang dilakukan melalui aktivitas fisik sebagai media utama untuk mencapai tujuan. Bentuk-bentuk aktivitas fisik yang lazim digunakan oleh anak SD, sesuai dengan muatan yang tercantum dalam kurikulum adalah bentuk gerak-gerak olahraga, sehingga pendidikan/jasmani SD memuat cabang-cabang olahraga.

Untuk mencapai tujuan tersebut, guru pendidikan jasmani dan olahraga harus dapat merancang dan melaksanakan pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga sesuai dengan tahap-tahap perkembangan dan karakteristik anak SD. Memodifikasi sarana merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan guru pendidikan jasmani dan olahraga SD, agar siswa dapat mengikuti pelajaran dengan senang.

Lutan (1988) menyatakan, modifikasi dalam mata pelajaran pendidikan jasmani dan olahraga diperlukan, dengan tujuan agar : (1) siswa memperoleh kepuasan dalam mengikuti pelajaran, (2) meningkatkan kemungkinan keberhasilan dalam berpartisipasi, dan (3) siswa dapat melakukan pola gerak secara benar.

Pendekatan modifikasi ini dimaksudkan agar materi yang ada di dalam kurikulum dapat disajikan sesuai dengan tahap-tahap perkembangan kognitif, afektif, dan psikomotor anak, sehingga pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga di SD dapat dilakukan secara intensif.

### ***1. Mengapa Dimodifikasi***

Keterbatasan fasilitas pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga yang ada di SD menjadi kendala serius dalam pelaksanaannya. Modifikasi digunakan sebagai salah satu alternatif pendekatan dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga di SD yang dilakukan dengan berbagai pertimbangan. Menurut Ngasmain dan Soeparsono (1997) alasan utama perlunya modifikasi adalah : (1) anak bukanlah orang dewasa dalam bentuk kecil, kematangan fisik dan mental anak belum selengkap orang dewasa, (2) pendekatan pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga selama ini kurang efektif, hanya bersifat lateral dan monoton, dan (3) fasilitas pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga yang ada sekarang, hampir semuanya didesain untuk orang dewasa.

Aussie (1996) mengembangkan modifikasi di Australia dengan pertimbangan: (1) anak-anak belum memiliki kematangan fisik dan emosional seperti orang dewasa, (2) berolahraga dengan peralatan dan peraturan yang dimodifikasi akan mengurangi cedera pada anak, (3) olahraga yang dimodifikasi akan mampu mengembangkan keterampilan anak lebih cepat dibanding dengan peralatan yang standar untuk orang dewasa, dan (4) olahraga yang dimodifikasi menumbuhkan kegembiraan dan kesenangan pada anak-anak dalam situasi kompetitif.

Pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa pendekatan modifikasi dapat digunakan sebagai suatu alternatif dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga di SD, karena pendekatan ini mempertimbangkan tahap-tahap perkembangan dan karakteristik anak, sehingga anak akan mengikuti pelajaran pendidikan jasmani dan olahraga dengan senang dan gembira. Dengan melakukan modifikasi, guru pendidikan jasmani dan olahraga akan lebih mudah menyajikan materi pelajaran yang sulit akan menjadi lebih mudah dan disederhanakan tanpa harus takut kehilangan makna dari apa yang ia berikan. Anak akan lebih banyak bergerak dalam berbagai situasi dan kondisi yang dimodifikasi.

## **2. Apa yang Dimodifikasi**

Komponen-komponen penting dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga dan kesehatan yang dapat dimodifikasi menurut Aussie (1996) meliputi : (1) ukuran, berat atau bentuk peralatan yang dipergunakan, (2) lapangan permainan, (3) waktu bermain atau lamanya permainan, (4) peraturan permainan, dan (5) jumlah pemain.

Secara operasional Ateng (1992) mengemukakan modifikasi permainan sebagai berikut : (1) kurangi jumlah pemain dalam setiap regu, (2) ukuran lapangan diperkecil, (3) waktu bermain diperpendek, (4) sesuaikan tingkat kesulitan, dan karakteristik anak, (5) sederhanakan alat yang digunakan, dan (6) ubahlah peraturan menjadi sederhana sesuai dengan kebutuhan, agar permainan dapat berjalan dengan lancar.

Pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa komponen-komponen yang dapat dimodifikasi sebagai pendekatan dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga di SD adalah : (1) ukuran, berat atau bentuk peralatan yang dipergunakan, (2) ukuran lapangan permainan, (3) lamanya waktu bermain atau lamanya permainan, (4) peraturan permainan yang digunakan, (5) jumlah pemain atau jumlah siswa yang dilibatkan dalam suatu permainan.

Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa sarana dan prasarana sangat diperlukan untuk menunjang keberhasilan pendidikan jasmani dan olahraga di SD. Sarana yang memenuhi syarat untuk cabang olahraga tertentu, belum tentu memenuhi syarat untuk digunakan oleh anak SD. Modifikasi sarana yang sudah ada atau menciptakan yang baru merupakan salah satu alternatif yang dapat dikembangkan guru sebagai upaya untuk menyesuaikan dengan karakteristik dan perkembangan anak.

## **3. Modifikasi Sarana Pembelajaran Atletik**

Atletik yang diberikan kepada siswa SD, berbeda dengan atletik untuk orang dewasa atau untuk pertandingan. Materi atletik yang diberikan, lebih banyak berorientasi pada pembelajaran pola gerak dasar umum dan pola gerak dasar dominan dari gerak : jalan, lari, lompat dan lempar. Namun tidak lepas dari unsure-unsur gerak nomor-nomor yang diberikan.

Oleh karena itu banyak sekali alat atau sarana maupun prasarana yang dapat dimodifikasi untuk melaksanakan kegiatan pembelajaran atletik di SD. Banyak sarana pembelajaran atletik yang harus dimodifikasi oleh guru agar sesuai dengan tingkat kemampuan siswa.

Modifikasi gawang. Salah satu sarana pembelajaran yang sering dimodifikasi dalam atletik adalah gawang. Modifikasi gawang untuk belajar lari gawang dapat dilakukan dengan berbagai cara. Misalnya dibuat dari kayu atau bambu dengan panjang antara 80-100 cm dan ketinggiannya dapat diubah-ubah dari mulai 15 cm sampai 80 cm. Perhatikan modifikasi untuk belajar lari gawang pada gambar 1 di bawah ini. Gerak dasar lari gawang biasa juga dilakukan dengan menata kotak-kotak kardus bekas.

Modifikasi Lompat Jauh dan Jangkit. Gerak dasar lompat jangkit dapat dilakukan dengan menggunakan kardus yang ditata sedemikian rupa, baik jarak, formasi maupun tinggi atau lebarnya.

Modifikasi tiang dan mistar lompatan. Apabila tiang dan bilah lompat yang diperlukan untuk belajar lompat tinggi tidak ada, guru dapat memodifikasinya dengan menggunakan bambu atau kayu bekas. Tiang diberi penyangga agar tidak jatuh dan diberi paku atau pasak pada setiap ketinggian tertentu (misal setiap 5 cm) untuk menyimpan mistar lompatan. Perhatikan gambar 4a di bawah ini. Sementara itu mistar lompatan dapat dibuat dari kayu kecil atau bahan lain yang lurus.

Modifikasi lompat galah. Mengayun, menggantung dan melompat-lompat merupakan gerak-gerak yang sangat disenangi oleh anak-anak. Gerak menggantung dan mengayun yang juga merupakan gerak dasar lompat galah dapat dilakukan pada seutas tambang yang digantung pada cabang pohon atau pada palang kayu di ruangan.

Modifikasi gerak melempar. Banyak alat yang bias digunakan untuk melakukan gerak melempar seperti ; bola kasti, bola tennis, bola besar, batu, potongan genting, potongan kayu, ban sepeda bekas dll.

#### **4. Modifikasi Sarana Pembelajaran Senam**

Banyak sarana pembelajaran senam yang harus dimodifikasi oleh para pengajar agar sesuai dengan tingkat kemampuan siswa dan fasilitas yang ada di sekolah.

Modifikasi matras. Salah satu sarana pembelajaran yang sering dimodifikasi dalam senam adalah matras. Modifikasi matras untuk pembelajaran senam dapat dilakukan dengan berbagai cara. Misalnya dibuat dari karung goni yang berisikan jerami, serabut kelapa atau rumput kering. Ukurannya dapat disesuaikan dengan standar minimal, misalnya  $1\frac{1}{4}$  x 2 m dengan tinggi 10-15 cm.

Modifikasi bangku Swedia. Bangku Swedia akan sangat berguna untuk belajar keseimbangan. Apabila sarana pembelajaran bangku Swedia yang sebenarnya tidak ada, guru dapat memodifikasinya dengan menggunakan kayu atau papan. Ukurannya disesuaikan dengan kayu atau papan yang ada, misalnya panjang antara 3-4 m dengan tebal 3-3½ cm.

#### **5. *Modifikasi Sarana Pembelajaran Permainan***

Banyak sarana pembelajaran permainan yang harus dimodifikasi agar pembelajaran permainan tersebut tetap dapat dilaksanakan sesuai dengan tuntutan kurikulum. Salah satu sarana pembelajaran yang harus dimodifikasi adalah bola. Misalnya dalam pembelajaran bola voli, bola yang dapat digunakan antara lain dapat dibuat dari balon, bola karet yang ringan, bola plastik atau bola yang sebenarnya. Demikian juga untuk keperluan sarana pembelajaran permainan lainnya, seperti sepakbola, bola tangan dan permainan kecil. Untuk keperluan tersebut, bola dapat dibuat dari bola plastik, bola karet, bola yang dibuat dari koran atau bahkan bola yang dibuat dari kain bekas.

#### **6. *Modifikasi Sarana Pembelajaran Olahraga Pilihan***

Banyak sarana pembelajaran olahraga pilihan yang harus dimodifikasi agar pembelajaran tersebut tetap dapat dilaksanakan sesuai dengan tuntutan kurikulum. Salah satu sarana pembelajaran yang harus dimodifikasi adalah raket, bet, net, lapangan dan ukuran.

Modifikasi alat pemukul. Untuk pembelajaran bulutangkis dan tenis meja, siswa dapat menggunakan raket atau bet yang dibuat dari kayu, triplek atau bahan lain yang bisa digunakan untuk memukul. Ukuran dan bentuk bet atau raket tersebut dapat bervariasi sesuai dengan bahan yang ada di sekolah.

Modifikasi objek pukulan. Salah satu ciri khas olahraga permainan yang menggunakan alat pemukul adalah selalu adanya objek yang dipukul. Beberapa objek yang dipukul tersebut adalah kok (bola bulu), bola pingpong, bola tenis dan bola kasti. Apabila objek yang dipukul tersebut tidak cukup tersedia di sekolah, para guru dapat memodifikasinya dengan cara menggunakan objek lain sebagai penggantinya. Misalnya dengan menggunakan bola yang dibuat dari plastik, karet, kertas koran atau bahkan bola yang dibuat dari kain bekas.

### **7. *Modifikasi Sarana Pembelajaran Lainnya***

Selain sarana pembelajaran untuk mengajar olahraga resmi sebagaimana tercantum dalam kurikulum, para guru sering pula mengajar aktivitas-aktivitas lain yang berhubungan dengan pengembangan kemampuan gerak siswa. Untuk itu para guru sering kali memerlukan alat. Beberapa alat tersebut dapat memanfaatkan bahan-bahan yang mudah diperoleh di lingkungan sekitar sekolah, yang antara lain meliputi :

Ban mobil bekas. Ban mobil bekas dapat digunakan untuk latihan loncat-loncat, latihan lompat tinggi. Untuk keperluan latihan loncat-loncat, ban tersebut dapat disusun berdampingan satu sama lain. Untuk keperluan latihan lompat tinggi, ban tersebut dapat ditumpuk (2-3 ban) dan di atasnya memakai matras.

Kaleng susu bekas. Kaleng susu bekas dapat dimanfaatkan untuk latihan keseimbangan. Bentuk latihan keseimbangan dengan menggunakan kaleng susu ini sangat bervariasi, misalnya dijadikan permainan enggrang atau dijadikan balok titian. Untuk membuat permainan enggrang dari kaleng susu, lubangi kaleng susu tersebut selanjutnya masukkan tali sepanjang kurang lebih 1 meter .

## LATIHAN 2

Petunjuk: Jawablah pertanyaan di bawah ini secara jelas dan tepat pada lembar tugas yang Anda miliki!

1. Jelaskan fungsi fasilitas dalam proses belajar mengajar (PBM) pendidikan jasmani dan olahraga?
2. Jelaskan fasilitas yang dapat digunakan dalam pembelajaran senam di tingkat SD?
3. Jelaskan cara mengatasi minimnya fasilitas yang tersedia dalam mengajar pendidikan jasmani dan olahraga?
4. Jelaskan langkah-langkah melakukan modifikasi alat yang akan digunakan dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga?

### **Rambu-rambu jawaban:**

Untuk menjawab soal latihan secara lengkap, Anda dapat mengacu pada uraian materi teori yang tertuang dalam kegiatan belajar (KB) 2.

1. Fungsi fasilitas dalam PBM pendidikan jasmani dan olahraga
2. Fasilitas yang digunakan dalam pembelajaran senam
3. Kreatifitas guru pendidikan jasmani dan olahraga
4. Cara memodifikasi alat bantu pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga

## **RANGKUMAN**

Fasilitas dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga sangat utama, karena tanpa adanya fasilitas pembelajaran tidak akan berjalan optimal dalam mencapai tujuan. Guru sebagai kurikulum dalam pembelajaran dituntut untuk berkreasi dalam menentukan fasilitas yang tepat dan mendukung setiap pokok bahasan yang diberikan. Oleh karena itu, kemampuan melakukan modifikasi menjadi modal dasar yang harus dimiliki guru dalam melaksanakan pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga.

## **TES FORMATIF 2**

Petunjuk: Jawablah pertanyaan di bawah ini dengan memilih salah satu jawaban A, B, C, atau D yang paling tepat, tuangkan pada lembar tugas yang Anda miliki!

1. Fasilitas menjadi pendukung utama dalam melaksanakan proses belajar mengajar pendidikan jasmani dan olahraga. Apabila fasilitas yang tersedia kurang memadai apa yang harus guru lakukan?  
A. Membeli dari toko                      C. Melakukan modifikasi  
B. Meminta kepada KS                    D. Semua benar
2. Sarana pembelajaran olahraga pilihan yang dapat dimodifikasi agar pembelajaran tersebut tetap dapat dilaksanakan sesuai dengan tuntutan kurikulum. Salah satu sarana pembelajaran yang dapat dimodifikasi adalah:  
A. Raket                                      C. Net  
B. Bet    D. Semua benar
3. Modifikasi sarana yang sudah ada atau menciptakan yang baru merupakan salah satu alternatif yang dapat dikembangkan guru sebagai upaya untuk:  
A. Rekayasa alat                          C. Adaptasi  
B. Pencapaian tujuan                      D. Semua benar
4. Bentuk-bentuk aktivitas fisik yang lazim digunakan oleh anak SD, sesuai dengan muatan yang tercantum dalam kurikulum adalah:  
A. Gerak olahraga                          C. Gerak artistik  
B. Gerak ritmik                              D. Semua benar

5. Guru dapat melakukan upaya memodifikasi alat bantu pembelajaran, langkah ini dilakukan karena:

- A. Tidak ada uang
- B. Tidak ada alat
- C. Menyesuaikan dengan siswa
- D. Mencari solusi

### BALIKAN DAN TINDAK LANJUT

Cocokkanlah jawaban Anda dengan kunci jawaban Tes Formatif 2 yang terdapat pada bagian akhir Modul ini. Hitunglah jawaban Anda yang benar, kemudian gunakan rumus di bawah ini untuk mengetahui tingkat penguasaan Anda terhadap materi Kegiatan Belajar (KB 2).

#### Rumus:

$$\text{Tingkat Penguasaan} = \frac{\text{Jumlah jawaban Anda yang benar}}{5} \times 100\%$$

Arti tingkat penguasaan yang Anda capai:

90 % - 100 % = Baik Sekali

80 % - 89 % = Baik

70 % - 79 % = Cukup

< 69 % = Kurang

Apabila Anda mencapai tingkat penguasaan 80% ke atas, Anda dapat meneruskan dengan kegiatan belajar, Bagus! Akan tetapi apabila tingkat penguasaan Anda masih di bawah 80%, maka Anda harus mengulang KB 2 terutama bagian yang belum Anda kuasai.

## STRATEGI PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA DI SD

---

### PENGANTAR

Strategi merupakan sebuah upaya untuk mencari alternatif perubahan dari sebuah tatanan yang ada. Perumusan strategi adalah penentuan pilihan terbaik dari sejumlah pilihan yang berhasil diidentifikasi untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Pemikiran strategi dibutuhkan pada waktu lembaga menginginkan terjadinya perubahan. Perubahan hanya dapat terjadi manakala suatu strategi diimplementasikan. Menurut Sharpin (1985) memaparkan bahwa, “*A strategy is a plan or course of action which is of vital, pervasive, or continuing importance to the organization as whole.*” Sedangkan Castetter (1996) menjelaskan, “*Strategy as development or employment of overall plans sometimes referred to as grand designs, in order to achieve goals, planned effects, or desired results.*” Dalam pencapaian tujuan setiap upaya dapat dilakukan dengan berbagai cara dengan terlebih dahulu memetakan permasalahan secara rinci dalam berbagai tahapan.

#### A. Strategi Pembelajaran Induktif

Strategi pembelajaran induktif merupakan rencana yang digunakan untuk mendesain pengajaran yang berdasarkan pada cara berpikir dari yang khusus ke umum. Bahkan menurut pandangan Burne Robert (1990) mengatakan “*The sequence from individual facts to generalisation is termed induction.*” strategi ini mengandung cara yang berisikan bagaimana pola urutan kegiatan pengajaran yang digunakan untuk mencapai tujuan belajar yang diinginkan. Sebagaimana yang Eggan, Kauchak, dan Harder (1979) paparkan bahwa “*The general inductive strategi is a teaching strategy which uses data to teach students concepts and generalizations.*” Maksudnya strategi induktif umum merupakan sebuah strategi mengajar yang menggunakan data untuk mengajarkan konsep-konsep dan generalisasi kepada peserta didik.

Dalam strategi pembelajaran induktif guru menyampaikan materi ajarnya melalui data-data seperti gambar peraga atau contoh-contoh, sedangkan peserta didik diminta untuk mengamati data-data tersebut. Dalam hal ini Sulaeman (1988) menjelaskan bahwa “Pelajaran dengan induktif umum; dimulai dengan memberi contoh-contoh dan berakhir dengan abstraksi.” Jadi strategi ini menuntut peserta didik untuk mampu melahirkan satu konsep berdasarkan sejumlah contoh atau peragaan yang bersifat khusus. Strategi pembelajaran induktif sangat terkait dengan tokoh filsafat pragmatisme John Dewey yang memperkenalkan berpikir rasional untuk digunakan dalam menjembatani antara tindakan dan hasil tindakannya. Ichrom (1988) menguraikan langkah-langkah dalam proses induktif sebagai berikut: (a) membatasi masalah; (b) mengumpulkan informasi tentang faktor-faktor yang inheren dengan persoalan tersebut; (c) memformulasikan hipotesis tentang pemecahan masalah itu; (d) mempertimbangkan kemungkinan nilai (terhadap pemecahan masalah penelitian) dari hipotesis-hipotesis tersebut, dan (e) mengetes hipotesis-hipotesis tersebut untuk memperoleh pemecahan yang lebih baik.

Langkah-langkah ini berimplikasi terhadap peserta didik untuk lebih aktif dalam upaya memecahkan masalah. Dalam proses ini peserta didik akan mengembangkan data yang bersifat khusus sampai kepada kesimpulan-kesimpulan yang bersifat umum. Selanjutnya Eggen, dkk., (1979) menguraikan fase-fase yang terdapat di dalam implementasi strategi mengajar induktif sebagai berikut *“This strategi, like all the other strategis contained in this book, will be described in terms of the three phases of teaching as follow: planning, implementing, and evaluating.”*

### ***1. Tahap Perencanaan***

Pada tahap ini memulainya dengan mempertimbangkan tujuan yang sesuai untuk dicapai dengan strategi induktif. Strategi ini sangat cocok untuk mencapai tujuan-tujuan sebagai berikut: (a) efektif dalam mengajarkan konsep dan generalisasi; (b) efektif untuk memotivasi peserta didik; dan (c) dapat memaksimalkan peserta didik dalam aktivitas pengajaran. Setelah guru yakin bahwa strategi ini cocok dengan tujuan, selanjutnya guru mempersiapkan contoh-contoh atau alat peraga yang diperlukan untuk mengajarkan abstraksi. Contoh-contoh atau alat peraga tersebut harus sesuai dengan materinya dan terkait dengan konsep. Semua informasi ini harus dapat diobservasi oleh peserta didik.

## **2. Tahap Pelaksanaan**

Pada tahap ini diawali dengan penyajian ilustrasi dengan menyajikan salah satu contoh yang telah dipilih guru untuk diajarkan. Guru meminta peserta didik untuk melakukan pengamatan dari contoh tersebut. Guru dapat memberikan bantuan kepada peserta didik dengan memberikan sejumlah data yang diperlukan peserta didik, baik berupa peragaan atau uraian lisan. Selanjutnya guru menyampaikan beberapa kesimpulan secara formal tentang hasil dari aktivitas yang baru saja dilakukan. Akhir dari tahap implementasi ini adalah guru menambah dengan contoh-contoh lainnya berupa sejumlah data tambahan yang peserta didik harus menghubungkannya dengan abstraksi yang ingin dicapai. Fungsi dari data tambahan ini ada yaitu:

- a. Guru memberikan penguatan dengan memberikan contoh-contoh tambahan.
- b. Paa peserta didik dapat menguji pemahamannya mengenai konsep atau generalisasi.
- c. Informasi tambahan ini memungkinkan guru untuk membuat pengukuran informal mengenai pemahaman peserta didik terhadap konsep atau generalisasi.

## **3. Tahap Evaluasi**

Pada tahap ini guru harus dapat menyajikan contoh-contoh lainnya untuk diidentifikasi oleh peserta didik. Adapun yang dapat dievaluasi adalah: (1) hasil dari materi dan (2) hasil dari proses.

## **B. Strategi Pembelajaran Deduktif**

Strategi pembelajaran deduktif merupakan rencana yang digunakan untuk merancang pengajaran yang berdasarkan pada cara berpikir dari yang umum kepada yang khusus. Seperti yang Eggen, dkk., (1979) jelaskan bahwa “Deductive reasoning is a thinking proses which moves from the general to the specific.” Dalam strategi pembelajaran deduktif guru menyampaikan materi ajarnya tidak dengan data-data atau contoh-contoh melainkan dalam bentuk abstraksi.

### **1. Tahap Perencanaan**

Pada tahap ini guru harus melakukan langkah-langkah yang paling utama sebagai berikut:

- a. Menetapkan tujuan-tujuan pengajaran

- b. Mendefinisikan konsep yang akan disampaikan
- c. Menugasi peserta didik dengan menentukan keterkaitan konsep dengan abstraksinya.

## **2. Tahap Pelaksanaan**

Pada tahap ini guru menyampaikan abstraksi dan diakhiri dengan contoh-contoh.” Jadi strategi ini cocok digunakan untuk mengajarkan konsep dan generalisasi. Namun, sebelum guru memakainya guru terlebih dahulu harus mengidentifikasi tujuan. Penuangan rumusan tujuan ini guru tentukan pada tahap perencanaan pengajaran, dilanjutkan dengan tahap pelaksanaan, dan terakhir tahap evaluasi.

Pada tahap pelaksanaan strategi pembelajaran deduktif ini dimulai dengan pernyataan dari abstraksi yang akan diajarkan, yaitu:

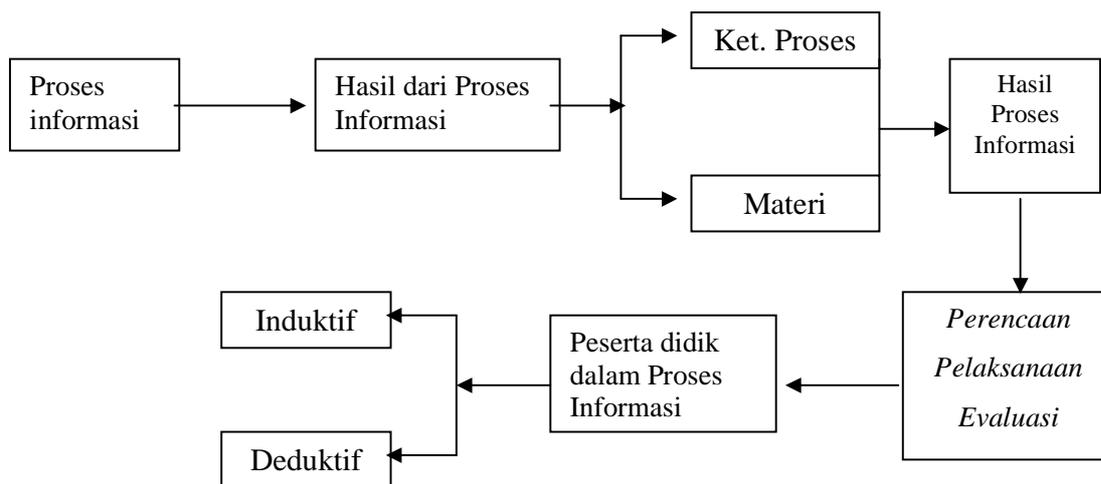
- a. Penyajian abstraksi artinya guru mendefinisikan konsep atau generalisasi secara lisan atau tulisan. Agar peserta didik dapat lebih mudah memahaminya sebaiknya dalam bentuk tulisan.
- b. Mengklarifikasi istilah-istilah artinya guru berupaya untuk menjamin bahwa istilah-istilah tersebut bermakna bagi peserta didik. Guru harus memeriksa guna meyakinkan bahwa peserta didik memahami konsep yang digunakan untuk mendefinisikan konsep tersebut. Langkah selanjutnya dalam mengklarifikasi istilah-istilah itu adalah memeriksa apakah karakteristik yang digunakan untuk mendefinisikan istilah itu diketahui atau dipahami oleh peserta didik.
- c. Menyajikan ilustrasi artinya abstraksi yang disajikan dan didiskusikan dapat diasumsikan bahwa peserta didik memahami konsep atau generalisasi. Agar tidak terjadi salah tafsir terhadap konsep itu maka peserta didik diminta untuk mengulangi atau melakukan gerakan yang telah diajarkan oleh guru. Contoh guru bertanya peserta didik melakukan atau merespon.
- d. Peserta didik menguraikan contoh-contoh artinya kesempatan ini memberikan peluang kepada peserta didik untuk menghubungkan materi-materi baru dengan dunianya dan memberikan contoh-contoh yang berkaitan langsung dengan pengalamannya. Sehingga dapat membantu peserta didik memahami konsep atau generalisasi. Guru harus mendorong peserta didik untuk mengilustrasikan konsep atau generalisasi itu.

### 3. Tahap Evaluasi

Pada tahap ini guru dapat mengevaluasi peserta didik dengan satu dari tiga cara di bawah ini:

- Memberi peserta didik dengan sejumlah ilustrasi dan memintanya untuk mengidentifikasi dengan konsep atau generalisasi yang dapat diterapkan.
- Meminta peserta didik untuk membuat prediksi atau penjelasan secara lengkap atau melakukan gerakan secara utuh.
- Meminta peserta didik untuk menjelaskan contoh gerakan secara lisan.

Apabila dilihat dari pengembangan kerangka kerja, strategi mengajar induktif dan deduktif memperlihatkan perbedaan seperti pada gambar berikut ini.



Gambar 4

#### Perbedaan Strategi Mengajar Induktif dan Deduktif

Dalam pengajaran gerak strategi pembelajaran induktif dan deduktif ini masih terbilang jarang digunakan oleh para guru. Padahal apabila para guru pendidikan jasmani di SD menyadarinya tentu tidak ada salahnya untuk mencoba menggunakan strategi ini sebagai variasi dalam menyampaikan pembelajaran kepada peserta didik. Sebagaimana yang Lutan (1988) paparkan bahwa “Metode induktif dapat memberikan manfaat dan menyediakan pengalaman

untuk memperkaya gerakan. Sedangkan metode deduktif keuntungannya adalah terletak pada sebuah perencanaan kerja dimana kemungkinan pelaksanaan gerak yang salah diperkecil sekecil mungkin.” Karena kedua strategi mengajar ini memiliki keuntungan dan kekurangan masing-masing, maka para guru dianjurkan untuk menerapkan kedua strategi mengajar induktif dan deduktif dalam pengajaran pendidikan jasmani di sekolah. Dalam hal ini Lutan (1988) menjelaskan bahwa guru perlu memadukan kedua macam metode induktif dan deduktif. Kadang-kadang, kegiatan mengajar belajar memanfaatkan metode induktif yang ditandai dengan pencarian kemungkinan gerak hingga mencapai standar ideal. Memang tak dapat dihindari, kemungkinan terjadinya kesalahan dan keberhasilan silih berganti. Peserta didik yang bersangkutan aktif mengeksplorasi kemungkinan gerak yang sesuai untuk mencapai tujuan belajar. Dalam situasi lain, mungkin metode deduktif yang lebih sesuai, yakni diawali dengan penyajian teknik yang baku, dan tugas peserta didik ialah memperagakan kembali contoh gerakan yang telah ditampilkan kepada mereka.

Jadi, kedua strategi pembelajaran ini memperlihatkan bukan apa yang diajarkan melainkan dengan cara apa materi itu diajarkan. Strategi pembelajaran induktif dan deduktif dapat memberikan nilai kepada guru sebab strategi ini lebih fleksibel dan memungkinkan guru untuk menambah variasi aktivitas yang dapat menjadi pendorong bagi para peserta didiknya. Secara umum strategi mengajar induktif dan deduktif memiliki perbedaan. Perbedaan yang paling mendasar adalah dalam hal prosedur mengajar di mana mengajar induktif dan deduktif bukan dalam apa yang diajarkan tetapi dalam hal cara materi itu diajarkan.

### **C. Strategi Pembelajaran Eksplorasi**

Mengenai strategi pembelajaran eksplorasi ini Nichols (1994) menguraikan bahwa, “Strategi mengajar eksplorasi merupakan strategi yang lebih memfokuskan pada siswa (child centered).” Dalam strategi mengajar eksplorasi ini tugas gerak dirancang untuk memungkinkan anak bergerak secara bebas seperti yang mereka inginkan, dalam batas keamanan yang selalu terjaga. Strategi mengajar ini mampu mengeksplorasi gerak dengan cara yang lebih umum (general) dengan sedikit sekali arahan dari guru. Strategi ini dapat digunakan untuk memperkenalkan konsep, ide-ide, dan respon dari anak mengenai materi yang guru berikan selama proses pembelajaran.

Strategi pembelajaran eksplorasi dapat digunakan di SD. Strategi ini memungkinkan untuk memberikan anak peluang bekerja mandiri dan menggali kemampuannya sendiri. Selain itu juga dapat menghasilkan sikap percaya diri yang lebih besar pada diri anak itu sendiri.

Tugas-tugas dalam strategi mengajar eksplorasi diarahkan oleh guru dalam beberapa cara. Contoh, guru mengajukan penugasan kepada anak “Coba anak-anak lakukan sikap berdiri dengan satu kaki”. Yang terpenting bagi guru adalah respon dari anak berupa aktivitas gerak yang mungkin dapat mereka cari dan mencoba melakukannya secara sendiri-sendiri.

Anak SD dapat belajar melalui eksplorasi lingkungan alami. Melalui pengujian diri, obyek, tempat, dan kejadian. Anak dapat mengkonstruksi pengetahuannya melalui informasi yang didapatinya. Menurut Tyler (1971) bahwa, “Aktivitas eksplorasi memungkinkan anak SD untuk melakukan percobaan terhadap perilaku dirinya dan mengambil keputusan mengenai apa yang dilakukan, bagaimana hal ini dilakukan, dan kapan dilakukannya.” Apabila tidak ada jawaban yang pasti, anak secara kreatif akan melakukan pencarian dengan melakukan aktivitas yang menarik dirinya.

Meskipun tanggung jawab pada aktivitas eksplorasi tersebut oleh anak sendiri, tetapi guru perlu menyiapkan berbagai materi dan media pembelajaran yang anak perlukan. Guru mempertimbangkan, pengalaman apa yang ingin anak dapatkan dari aktivitasnya. Untuk meraih hasil yang optimal dalam proses pembelajaran ini, maka aktivitas pembelajaran eksplorasi pada anak SD perlu direncanakan secara sungguh-sungguh. Guru mempercayakan diri pada strategi penggunaan indra dan isyarat lingkungan untuk merangsang minat anak dan berpartisipasi secara bebas dan aman.

Contoh penerapan pembelajaran eksplorasi pada anak SD, anak melakukan aktivitas gerak tanpa instruksi yang lengkap dari gurunya. Anak diminta untuk menggali pola gerak lain dengan berbagai variasi sehingga pada akhirnya anak dapat menemukan rekayasa gerak yang sesuai dengan kemampuan anak itu sendiri. Guru berperan sebagai fasilitator dalam pembelajaran ini dan anak lebih aktif mencari model-model gerak lain yang mampu dilakukannya tanpa harus mencontoh dari gerakan yang diperlihatkan gurunya. Jadi, anak diminta untuk memahami, mengembangkan, dan mengkomunikasikan gagasan dan informasi serta untuk berinteraksi dengan orang lain.

#### **D. Strategi Pembelajaran Reciprocal**

Pembelajaran reciprocal merupakan salah satu strategi pembelajaran yang menekankan pada umpan balik yang diberikan teman sebayanya. Mosston dan Asworth (1994) memaparkan, “Dalam pembelajaran dengan menggunakan strategi reciprocal, guru akan memulai dengan memperhatikan perubahan yang lebih besar dalam membuat keputusan dari guru kepada anak”. Anak memiliki tanggung jawab untuk memperhatikan penampilan dari teman atau pasangannya dan memberikan umpan balik atau komentar segera pada setiap kali melakukan aktivitas pembelajaran.

Dalam penerapan strategi reciprocal, guru harus mempersiapkan lembar umpan balik yang menjelaskan tugas yang harus dilakukan anak. Dengan memberikan kriteria evaluasi berupa gambar anak yang sedang beraktivitas, sehingga anak dapat membedakan bahwa aktivitas yang dilakukan oleh teman sebaya anak tersebut itu bagus atau kurang. Deskripsi semacam ini akan membantu anak mengasah kemampuan intelektualnya.

Contoh lembar umpan balik yang harus diisi oleh anak selama proses pembelajaran dengan menggunakan strategi mengajar reciprocal sebagai berikut :

**Materi pelajaran : Menendang bola sepak**

Nama anak yang diamati : .....

Nama anak yang mengamati : .....

**Instruksi untuk pengamat :**

- 1) Menyebutkan jenis tendangan.
- 2) Mengoreksi tendangan yang dilakukan temannya
- 3) Memperbaiki kesalahan tendangan yang dilakukan temannya.
- 4) Dapat menjelaskan kesalahan dan mencari solusinya.
- 5) Melakukan tendangan dalam permainan.

*Tugas : Pelaku akan melakukan semua instruksi guru. Setelah anak itu mempraktekkan semua instruksi guru, pengamat akan meminta anak tersebut untuk menggulangnya.*

Tabel 1

## Format pembelajaran dengan Strategi Reciprocal

Sesuatu yang perlu dilakukan pelaku saat menendang bola	Kemampuan	
	<i>Bagus</i>	<i>Perlu pengulangan</i>
Menyebutkan jenis tendangan.		
Mengoreksi tendangan yang dilakukan temannya		
Memperbaiki kesalahan tendangan yang dilakukan temannya		
Dapat menjelaskan kesalahan dan mencari solusinya.		
Melakukan tendangan dalam permainan.		
	Ya, membutuhkan pengulangan lagi	

Keterangan: Pengamat tinggal memberi tanda (V) pada kolom yang tersedia

Secara umum setiap kali guru akan mengajarkan materi pembelajaran seperti pengembangan fisik, pengembangan bahasa, pengembangan kognitif, pengembangan sosial-emosional, pengembangan seni, dan pengembangan moral dan nilai-nilai agama dengan menggunakan strategi mengajar reciprocal, guru harus memulainya dengan terlebih dahulu memberikan peragaan atau demonstrasi. Dengan menguraikan cara melaksanakan aktivitas tersebut, dan memberikan lembar umpan baliknya.

Aktivitas selanjutnya, anak-anak melakukannya secara bersama-sama dengan pasangan masing-masing dimana yang satu bertindak sebagai pengamat dan yang lainnya melakukan aktivitas yang telah ditugaskan oleh guru. Lakukanlah aktivitas tersebut secara bergantian! Anak-anak seharusnya didorong untuk memberikan umpan balik yang positif terhadap pasangannya dan juga membantu mereka dalam mengoreksi kesalahan dalam setiap kali melakukan aktivitasnya.

Dalam strategi mengajar reciprocal guru harus selalu berada diantara anak-anak, membantu untuk menjelaskan tugas baik yang dilakukan oleh pelaku maupun pengamat dan berikanlah bantuan apabila diperlukan.

Strategi mengajar reciprocal mempunyai beberapa keuntungan. Pertama, tugas yang harus dilakukan anak sangat jelas. Diperbolehkan untuk memberikan umpan balik pada setiap kali pembelajaran, yang mana tidak memungkinkan apabila hanya guru saja yang memberikan umpan balik. Strategi ini pula dapat menambah pemahaman anak terhadap tugas dimana dia bertindak sebagai orang yang mengamati aktivitas yang dilakukan temannya.

Keuntungan lainnya adalah dapat membantu dalam mengembangkan suatu lingkungan belajar antara anak dan guru yang lebih bertanggung jawab. Sebagai hasil dari pengalaman yang diperoleh dari strategi mengajar reciprocal adalah anak dapat meningkatkan kemampuan berkomunikasi, bersikap sabar dan toleran, serta meningkatkan kemampuan dalam memperhatikan aktivitas orang lain secara positif..

Selain keuntungan yang diperoleh, strategi mengajar reciprocalpun memiliki beberapa kelemahan. Meskipun strategi ini dapat lebih disederhanakan, namun dalam memahami lembar umpan balik kadang-kadang diluar batas kemampuan anak-anak. Nilai umpan balik didasarkan pada pemahaman anak sebagai pengamat. Kemampuan untuk memperhatikan aktivitas yang dilakukan teman sebayanya biasanya agak sulit bagi anak SD, namun perlu dibiasakan agar terlatih sejak usia dini.

#### **E. Strategi Pembelajaran Guide Discovery**

Para guru merencanakan pengalaman “Guided Discovery“ dengan memfokuskan pada proses belajar, bukan anak yang menjadi solusinya. Tujuan pembelajaran adalah mengaitkan dan mengembangkan konsep melalui interaksi dengan orang dan obyek. Mosston dan Asworth (1994) menjelaskan bahwa, “Peranan anak dalam aktivitas *Guided Discovery* adalah mengkonstruksi pengetahuan: membuat pilihan dan mengambil keputusan, melakukan eksperimen dan pengalaman, memunculkan pertanyaan, dan menemukan jawabannya sendiri.”

Contoh dalam pengembangan psikomotor anak SD. Anak diharapkan mampu mengenal dan memahami berbagai konsep gerak sederhana dalam kehidupan sehari-hari. Anak ditugasi melakukan berbagai gerak sederhana dengan berbagai cara yang diketahui anak. Mencari atau menunjukkan sebanyak-banyaknya gerak sederhana, seperti melompat, merangkak, berlari, dan sebagainya. Mengenal perbedaan antara gerakan yang dilakukannya. Kesemua aktivitas gerak sederhana itu dilakukan melalui kegiatan percobaan dan pengalaman, yang pada akhirnya anak

dapat mengambil keputusan menurut keyakinannya akan gerakan mana yang lebih mudah dan enak untuk dilakukan menurut temuannya di lapangan.

## **F. Strategi Pembelajaran Pemecahan Masalah**

Aktivitas pemecahan masalah merupakan variasi dari pengalaman “Guided Discovery.” Mosston dan Asworth (1994) menguraikan makna pemecahan masalah adalah bahwa, “Anak merencanakan, memprediksi, mengambil keputusan, mengobservasi hasil dari aksinya, dan membuat kesimpulan sementara guru bertindak sebagai fasilitator. Anak-anak dibangkitkan melalui berbagai masalah pengembangan fisik, motorik, sosial-emosional, kognitif, bahasa, dan nilai-nilai moral.

Kadang-kadang masalah itu muncul secara alamiah. Masalah terbaik bagi anak adalah berpikir tentang keterlibatannya dengan berbagai cara, dengan menggabungkan berbagai informasi secara benar, dan memiliki lebih dari satu upaya jalan keluarnya atau solusi.

Beberapa tahapan yang dapat dilakukan apabila guru menggunakan strategi pembelajaran pemecahan masalah sbb;

- ✚ Menyadari adanya masalah dengan mengidentifikasi
- ✚ Mengumpulkan informasi
- ✚ Merancang solusi
- ✚ Menguji coba solusi
- ✚ Mengambil kesimpulan
- ✚ Menyampaikan hasil.

Contoh penerapan strategi pembelajaran pemecahan masalah pada anak SD adalah sebagai berikut: (1) anak diberikan beberapa bola dengan ukuran berbeda; (2) anak diminta untuk mengurutkan melemparkan bola berdasarkan urutan besar-kecil dan berat-ringan; (3) anak dapat memperkirakan urutan bola yang akan dilempar setelah mencobanya; (4) anak dapat mengambil kesimpulan mengenai urutan dari besar ke kecil atau dari yang ringan sampai dengan yang berat; (5) anak dapat menceritakan hasilnya kepada guru.

## **G. Strategi Pembelajaran Demonstrasi**

Demonstrasi diartikan sebagai pemberian contoh dari seseorang, baik guru atau orang lain, kepada anak. Secara umum, demonstrasi melibatkan satu orang yang mendemonstrasikan

kepada orang lain, mengenai bagaimana sesuatu itu bekerja atau bagaimana tugas itu dikerjakan, kapan orang mendemonstrasikan sesuatu pada guru menggunakan metode demonstrasi, biasanya untuk mendemonstrasikan instruksi pada anak-anak umum ada tiga tahap penggunaan model demonstrasi, yaitu:

- ✚ Menghasilkan atensi anak
- ✚ Menunjukkan sesuatu pada anak
- ✚ Meminta anak untuk merespon apa yang dilihatnya dengan lisan atau perbuatan.

Contoh penerapan strategi pembelajaran demonstrasi pada anak SD, seperti pada pengembangan gerak manipulatif. (1) Guru terlebih dahulu mempersiapkan alat gambar; (2) Guru mendemonstrasikan salah satu gambar; (3) Anak dapat meniru gambar yang didemonstrasikan oleh guru; (4) Anak memperlihatkan hasilnya kepada guru.

## **H. Strategi Pembelajaran Instruksi Langsung**

Instruksi langsung artinya anak harus mengikuti segala yang ditugaskan guru kepadanya. Anak-anak yang berprestasi dalam aktivitas interaksi langsung dengan mempelajari informasi atau tindakan yang dibuat orang lain tetapi tidak mengkonstruksikan pengetahuan untuk mereka sendiri. Contoh, seorang anak yang ingin mengendarai sepeda harus menguasainya agar sepedanya berjalan pada jalur yang benar dan berjalan laçar. Keuntungan interaksi langsung adalah dalam hitungan waktu lebih efisien dan mengajarkan anak untuk mengikuti petunjuk.

Contoh penerapan strategi pembelajaran instruksi langsung pada anak SD, seperti pada pengembangan gerak senam lantai. (1) Anak diminta untuk melakukan rol depan; (2) Anak ditugaskan untuk meniru gerakan rol depan; (3) Anak diharuskan melakukan rol belakang; (4) Anak ditugaskan untuk meniru gerakan rol belakang.

## **I. Strategi Pembelajaran Kooperatif**

Guru SD seringkali menekankan pada anak-anak mengenai nilai-nilai kerjasama antara anak yang satu dengan yang lainnya. Pembelajaran kooperatif sangat dikenal melalui keunggulan dalam membentuk perilaku dan nilai-nilai sosial. Rancangan pembelajaran kooperatif telah digunakan sebagai strategi belajar mengajar. Menurut Jacobs, dkk (1995) bahwa, “Pembelajaran kooperatif memberi peluang kepada anak untuk berbicara, mengambil inisiatif, membuat berbagai macam pilihan, dan mengembangkan kebiasaan belajar.”

Sedangkan Cohen (1994) memaparkan bahwa, “Pembelajaran kooperatif didefinisikan sebagai kerjasama anak didik dalam kelompok kecil yang mana setiap orang dapat berpartisipasi dalam soal tugas kolektif yang telah didefinisikan secara jelas, tidak konstan, dan pengawasan langsung oleh guru.” Pembelajaran kooperatif melibatkan tanggung jawab bersama antara guru dan anak untuk mencapai tujuan pendidikan. Para guru menyusun tahapan dan memberi dorongan kepada kelompok anak-anak agar bekerja sama. Anak-anak mengerjakan tugas dalam kelompok masing-masing, seperti dalam kelompok mewarnai gambar, sementara kelompok lainnya ada yang menciptakan bermacam-macam bentuk bangunan dari kubus, mengucapkan beberapa kata sederhana, mengenali bentuk-bentuk symbol sederhana, dan sebagainya. Menurut Johnson, dkk. (1991) bahwa pembelajaran kooperatif ditandai dengan tahapan sebagai berikut:

- ✚ Seluruh anggota kelompok bertanggung jawab pada belajarnya sendiri dan anggota kelompoknya.
- ✚ Anak-anak berkontribusi pada pembelajaran orang lain dengan cara memberi pertolongan, dorongan, dukungan, kritikan, motivasi dan pujian pada hasil pekerjaannya.
- ✚ Setiap individu bertanggung jawab atas upayanya. Aktivitas disusun agar setiap anak bertanggung jawab dalam mencapai tujuannya . Umpan balik diberikan pada individu dan kelompok.
- ✚ Anak-anak harus memiliki kesempatan untuk merefleksikan pada kerja kelompoknya.

Contoh penerapan strategi pembelajaran kooperatif pada anak SD, seperti pada pengembangan psikomotor. Tujuan pembelajaran, “Anak dapat memahami konsep-konsep gerak sederhana.” Tahapan pembelajarannya sebagai berikut: (1) Anak dibagi dalam beberapa kelompok; (2) Masing-masing kelompok melakukan gerakan yang berbeda; (3) sehabis melakukan gerakan dimasing-masing kelompok, anak bercampur dengan kelompok lain dan menceritakan apa yang sudah dilakukan pada masing-masing kelompok tadi; (4) guru menyimpulkan semua gerakan yang telah dilakukan oleh anak-anak.

Melihat contoh diatas, nampak anak-anak cenderung bekerja lebih baik pada kelompok kecil. Namun kelompoknya tidak boleh lebih dari empat orang, karena partisipasinya cenderung pasif. Oleh karena itu, pembelajaran kooperatif akan berjalan efektif apabila dilakukan pada anak SD yang sudah belajar lebih lama di SD-nya.

Anak didik yang belum memiliki pengalaman dengan pembelajaran kooperatif jangan dulu dibebaskan berada dalam kelompok kooperatif. Guru tidak dapat menggabungkan mereka

dengan anak yang sudah berpengalaman, hanya mereka dapat disuruh memperhatikan teman-temannya agar secara perlahan tapi pasti anak-anak tersebut akan mengetahui bagaimana pelaksanaan pembelajaran kooperatif. Guru harus membantu anak-anak untuk memperoleh keterampilan gerak sederhana (psikomotor). Aktivitas dapat dirancang secara khusus untuk mempromosikan perilaku kooperatif dalam kelas dan juga di pusat-pusat pembelajaran. Bagi anak SD pembelajaran kooperatif dapat menjadikannya lebih bebas dalam berkreasi.

Berdasarkan hasil penelitian Rong (2001) bahwa pembelajaran kooperatif memberikan pengaruh bagi perkembangan anak, yaitu:

- a. Pembelajaran kooperatif menekankan pada pengembangan kemampuan secara keseluruhan. Metode ini berbeda dibandingkan dengan metode tradisional yang cenderung menekankan pada aspek pengetahuan dan keterampilan saja.
- b. Pembelajaran kooperatif merupakan sebuah terobosan baru dalam mengkombinasikan ilmu pengetahuan dengan perkembangan kemampuan berpikir inovatif.
- c. Pembelajaran kooperatif membantu perkembangan anak didik dari biasa belajar pasif menjadi belajar aktif.
- d. Pembelajaran kooperatif menciptakan kebahagiaan dan kegembiraan dalam proses belajar anak.
- e. Pembelajaran kooperatif membantu untuk mengembangkan hubungan sosial anak. Hal ini sangat diperlukan guru untuk memahami pentingnya pendidikan dan perkembangan kepribadian anak. Guru harus juga menguasai metode dan teori baru yang dapat digunakan dalam proses belajar mengajar.

## LATIHAN 3

Petunjuk: Jawablah pertanyaan di bawah ini secara jelas dan tepat pada lembar tugas yang Anda miliki!

1. Jelaskan tahapan dalam menggunakan strategi induktif dan deduktif dalam proses belajar mengajar (PBM) pendidikan jasmani dan olahraga?
2. Jelaskan perbedaan strategi eksplorasi dan induktif dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga?
3. Jelaskan manfaat dari strategi reciprocal dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga?
4. Jelaskan keutamaan dari strategi pembelajaran kooperatif bagi peningkatan kemampuan peserta didik?

### **Rambu-rambu jawaban:**

Untuk menjawab soal latihan secara lengkap, Anda dapat mengacu pada uraian materi teori yang tertuang dalam kegiatan belajar (KB) 3.

1. Tahapan penggunaan strategi pembelajaran dalam pendidikan jasmani dan olahraga
2. Konsep strategi pembelajaran induktif dan eksplorasi
3. Konsep strategi pembelajaran reciprocal
4. Konsep strategi pembelajaran kooperatif dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga



5. Pada tahap evaluasi guru harus dapat menyajikan contoh-contoh lainnya untuk diidentifikasi oleh peserta didik, adapun yang dievaluasi adalah:

- A. Hasil dari materi                      C. Hasil materi dan proses  
B. Hasil dari proses                      D. Semua benar

### **BALIKAN DAN TINDAK LANJUT**

Cocokkanlah jawaban Anda dengan kunci jawaban Tes Formatif 3 yang terdapat pada bagian akhir Modul ini. Hitunglah jawaban Anda yang benar, kemudian gunakan rumus di bawah ini untuk mengetahui tingkat penguasaan Anda terhadap materi Kegiatan Belajar (KB 3).

#### **Rumus:**

$$\text{Tingkat Penguasaan} = \frac{\text{Jumlah jawaban Anda yang benar}}{5} \times 100\%$$

Arti tingkat penguasaan yang Anda capai:

90 % - 100 % = Baik Sekali

80 % - 89 % = Baik

70 % - 79 % = Cukup

< 69 % = Kurang

Apabila Anda mencapai tingkat penguasaan 80% ke atas, Anda dapat meneruskan dengan kegiatan belajar, Bagus! Akan tetapi apabila tingkat penguasaan Anda masih di bawah 80%, maka Anda harus mengulang KB 3 terutama bagian yang belum Anda kuasai.

## EVALUASI PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA DI SD

---

### PENGANTAR

Evaluasi merupakan suatu proses untuk memperoleh informasi secara menyeluruh dalam mengambil keputusan mengenai kemajuan peserta didik dalam belajarnya. Pengaruh belajar berupa praktek olahraga dapat dilakukan di lapangan atau di gedung olahraga. Pengukuran hasil belajar dan evaluasi kemajuan merupakan hal yang sangat penting. Adapun dalam pelaksanaannya evaluasi dan pengukuran dapat dilakukan dengan menggunakan prinsip-prinsip dan kaidah yang sama.

### A. Pelaksanaan Evaluasi

Pelaksanaan evaluasi merupakan proses pengambilan keputusan mengenai hasil yang telah diperoleh peserta didik selama mengikuti proses pembelajaran. Oleh karena itu, dalam pelaksanaan evaluasi guru pendidikan jasmani dan olahraga harus mempertimbangkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Pengumpulan data dilakukan dengan kerjasama antara guru dan peserta didik maksudnya guru menghindari penggunaan standar yang baku atau perbandingan dengan teman lainnya. Tapi guru dan peserta didik secara bersama-sama menentukan tujuan maksimal, realistik, dan sesuai dengan kemampuan peserta didik.
2. Pengumpulan data dilakukan secara terus menerus dan berkesinambungan maknanya kemajuan peserta didik dicatat dan didokumentasikan agar nampak kemajuannya.
3. Pengumpulan data harus semua aspek pendidikan, yaitu: pengetahuan, sikap, proses, dan produk.
4. Hasilnya dapat dilaporkan kepada pimpinan sekolah, peserta didik sendiri, dan orang tua.

Keempat komponen tersebut menjadi ketentuan umum bagi guru pendidikan jasmani dan olahraga sebelum memberikan keputusan final mengenai kemajuan yang didapati para siswanya dalam pembelajaran.

## B. Menginterpretasikan Hasil Penilaian

Untuk dapat menafsirkan hasil penilaian, guru memerlukan patokan atau ukuran baku atau *norma*. Dalam evaluasi, kita mengenal dua norma yang lazim dipergunakan untuk menimbang taraf keberhasilan belajar mengajar, yaitu:

### 1. Penilaian Acuan Patokan (PAP) atau *Criterion Referenced Evaluation*

PAP artinya memperbandingkan prestasi yang dicapainya dengan kriteria yang telah ditetapkan lebih dahulu. Dalam penilaian PAP ini biasanya batas kelulusan ditentukan dengan nilai 6 dalam skala 10 atau 60 dalam skala 100. Adapun filosofi yang mendasari sistem penilaian semacam ini adalah *teori mastery learning*, yang menerangkan bahwa seseorang dapat dianggap memenuhi syarat kecakapannya yaitu 60%.

### 2. Penilaian Acuan Norma (PAN) atau *Norm Referenced Evaluation*

PAN artinya mempertimbangkan taraf keberhasilan belajar peserta didik, dengan jalan membandingkan prestasi individu peserta didik dengan rata-rata prestasi temannya, lazimnya kelompoknya. Dalam PAN itu dapat dipergunakan dengan berbagai cara misalnya mencari rata-rata (mean) dan simpangan baku (SD) dengan rumus di bawah ini

$$\text{Mean } (\bar{X}) = \frac{(\sum fxi)}{N}$$

$$\text{SD } (\sigma) = \frac{\sum(\bar{X} - X)^2}{N}$$

Dengan diketahui nilai penyimpangan dari ukuran rata-rata prestasi itu, guru dapat mengetahui berapa jauh kedudukan nilai seseorang itu dari norma kelompoknya. Dengan diketahuinya nilai rata-rata dan simpangan baku, akan memungkinkan guru untuk mengadakan konversi mengubah nilai mentah ke dalam nilai skala 10 atau 100. Misalnya, untuk keperluan pelaporan hasil evaluasinya, dengan menetapkan angka batas lulus yang berada di daerah antara +0,25 dan -0,25 dengan andaian bahwa rata berada pada titik 0. Salah satu strategi tabel konversi sebagai berikut:

Tabel 2  
Konversi Nilai

<b>SD ( <math>\sigma</math> ) dan Mean ( <math>\bar{x}</math> )</b>	<b>Nilai Skala 10</b>	<b>Nilai Skala 100</b>
$2,25 \sigma + \bar{X}$	10	100
$1,75 \sigma + \bar{X}$	9	90
$1,25 \sigma + \bar{X}$	8	80
$0,75 \sigma + \bar{X}$	7	70
$0,25 \sigma + \bar{X}$		
$-0,25 \sigma + \bar{X}$	6	60
$-0,75 \sigma + \bar{X}$	5	50
$-1,25 \sigma + \bar{X}$	4	40
$-1,75 \sigma + \bar{X}$	3	30
$-2,25 \sigma + \bar{X}$	2	20
$-2,75 \sigma + \bar{X}$	1	10

Dengan memahami konsep dasar evaluasi belajar mengajar ini, maka guru akan dapat mengevaluasi taraf keberhasilan, baik hasil (produk) maupun proses belajar mengajar yang dilakukannya beserta peserta didik-peserta didiknya secara obyektif.

## LATIHAN 4

Petunjuk: Jawablah pertanyaan di bawah ini secara jelas dan tepat pada lembar tugas yang Anda miliki!

1. Jelaskan tahapan pelaksanaan evaluasi dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga?
2. Jelaskan kelebihan dan kelemahan menggunakan PAP dan PAN dalam pelaksanaan evaluasi?
3. Jelaskan cara menginterpretasi hasil evaluasi dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga?

### **Rambu-rambu jawaban:**

Untuk menjawab soal latihan secara lengkap, Anda dapat mengacu pada uraian materi teori yang tertuang dalam kegiatan belajar (KB) 4.

1. Tahapan pelaksanaan evaluasi
2. Pelaksanaan penilaian menggunakan PAP dan PAN
3. Cara melakukan interpretasi hasil penilaian

## **RANGKUMAN**

Berdasarkan uraian di atas dapat ditarik beberapa kesimpulan mengenai PBM dan evaluasi dalam pembelajaran pendidikan jasmani di SD sebagai berikut:

- a. Peningkatan mutu PBM merupakan persoalan penting dalam pendidikan jasmani dan olahraga. Titik sentral PBM adalah agar peserta didik belajar. Tidaklah heran apabila seluruh aktivitas yang berlangsung dalam PBM dipusatkan untuk memacu peserta didik belajar optimal.
- b. Penggunaan strategi pembelajaran menjadi upaya guru agar PBM tersebut berjalan sesuai dengan harapan dan tercapainya tujuan pendidikan.
- c. Evaluasi menjadi instrument penting dalam mencari tahu tingkat kemampuan peserta didik dan upaya perbaikan agar sasaran pembelajaran minimal dapat dicapai.

## **TES FORMATIF 4**

Petunjuk: Jawablah pertanyaan di bawah ini dengan memilih salah satu jawaban A, B, C, atau D yang paling tepat, tuangkan pada lembar tugas yang Anda miliki!

1. Untuk mengukur keberhasilan peserta didik yang lebih berkualitas, maka guru dapat melakukan evaluasi melalui sistem:  
A. PAP  
B. PAN  
C. PAP dan PAN  
D. Tes Keterampilan
2. Komponen penilaian yang dapat diukur dalam pembelajaran pendidikan jasmani adalah:  
A. Kognitif  
B. Afektif  
C. Psikomotor  
D. Semua benar
3. Pengukuran hasil belajar pada pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga harus dilakukan dengan cara:  
A. Parsial  
B. Komprehensif  
C. Performance  
D. Semua benar
4. Tujuan pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga di tingkat SD lebih difokuskan pada:

- A. Kebugaran jasmani
  - B. Multilateral movement
  - C. Fundamental motor skills
  - D. Semua benar
5. Tujuan evaluasi dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga adalah:
- A. Ingin tahu
  - B. Menentukan program
  - C. Membuat keputusan
  - D. Semua benar

### **BALIKAN DAN TINDAK LANJUT**

Cocokkanlah jawaban Anda dengan kunci jawaban Tes Formatif 4 yang terdapat pada bagian akhir Modul ini. Hitunglah jawaban Anda yang benar, kemudian gunakan rumus di bawah ini untuk mengetahui tingkat penguasaan Anda terhadap materi Kegiatan Belajar (KB 4).

#### **Rumus:**

$$\text{Tingkat Penguasaan} = \frac{\text{Jumlah jawaban Anda yang benar}}{5} \times 100\%$$

Arti tingkat penguasaan yang Anda capai:

- 90 % - 100 % = Baik Sekali
- 80 % - 89 % = Baik
- 70 % - 79 % = Cukup
- < 69 % = Kurang

Apabila Anda mencapai tingkat penguasaan 80% ke atas, Anda dapat meneruskan dengan kegiatan belajar, Bagus! Akan tetapi apabila tingkat penguasaan Anda masih di bawah 80%, maka Anda harus mengulang KB 4 terutama bagian yang belum Anda kuasai.

## **KUNCI JAWABAN BBM 1**

### **Tes Formatif 1**

1. D
2. C
3. A
4. C
5. B

### **Tes Formatif 2**

1. D
2. D
3. C
4. A
5. C

### **Tes Formatif 3**

1. A
2. A
3. D
4. D
5. C

### **Tes Formatif 4**

1. A
2. D
3. B
4. B
5. C

## GLOSARIUM

1. *Ability* adalah kemampuan yang bersifat inhern (di dalam diri individu)
2. *Akurasi* adalah ketepatan
3. *Environment* adalah lingkungan yang mendukung PBM
4. *Fundamental Motor Skills* adalah keterampilan gerak dasar
5. *Lokomotor* adalah gerak berpindah dari satu tempat ke tempat lain
6. *Manipulatif* adalah gerak rekayasa
7. *Modifikasi* adalah menyederhanakan fasilitas pembelajaran
8. *Reciprocal* adalah saling koreksi dengan teman pasangannya
9. *Strategi* adalah upaya guru dalam mencapai tujuan

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Kadir, Ateng, (1992). Azas-azas dan Landasan Pendidikan Jasmani. Jakarta Depdikbud. Ditjen Dikti. P2LPTK.
- Aip Syarifuddin, (1996), Belajar Aktif Pendidikan Jasmani dan Kesehatan untuk Sekolah Dasar kelas I sampai dengan VI, (Jakarta: Penerbit PT. Gramedia.
- Asim, (2000), Kompetensi Guru Pendidikan Jasmani, Jurnal ISDEK Olahraga Volume 2 No. 2 Mei 2002, hal. 124-128.
- Corbin, et.al. (1979). Concepts in Physical Education: With Laboratories and Experiments. Edisi Ke-3. Iowa: Wm. C. Brown Company Publishers.
- Depdiknas, (2004). Kurikulum tahun 2004: Kurikulum Berbasis Kompetensi. Jakarta: Depdiknas
- Lavay W.B., French R., dan Henderson L.H., (1997). Positive Behavior Management Strategies for Physical Educators, Human Kinetics.
- Mosston, M., & Ashworth, S. (1994). Teaching Physical Education, Edisi ke-4. USA: Macmillan College Publishing Company, Inc.
- Ngasmain dan Soepartono, (1997). Modifikasi Olahraga dan Model Pembelajarannya sebagai Strategi Pembinaan Olahraga Usia Dini Bernuansa Pendidikan. Makalah disajikan pada Konferensi Nasional Pendidikan Jasmani dan Olahraga. Bandung 22-23 September
- Pangrazi, P.R., & Dauer, P.V. (1992). Dynamic Physical Education for Elementary School Children. Edisi ke-7, New York: Allyn dan Bacon.
- Rusli Lutan, & Cholik, T. (1997). Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan. Buku Materi Pokok, Depdikbud-Dikdasmen, BP2MG Penjaskes Setara D-II, Universitas Terbuka, Jakarta.
- Tamura K dan Amung M. (2003). A Way for a Change: To Realize Rich Physical Education in Indonesia. Paper. Yogyakarta: Ditjen Olahraga. Depdiknas, International Conference on Sport and Sustainable Development.