



PELATIHAN METODOLOGI PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI BAGI GURU-GURU PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR DI KECAMATAN KOTA METRO KABUPATEN KOTA METRO

Joan Siswoyo¹⁾, Ardian Cahyadi²⁾, Heru Sulistianta³⁾, Sudirman Husin⁴⁾

^{1),2),3),4)} Universitas Lampung

E-mail: joan.siswoyo@fkip.unila.ac.id

Abstrak

Pada dasarnya sebagian besar guru-guru pendidikan jasmani Sekolah Dasar Kota Metro kabupaten Kota Metro belum memahami dengan sungguh-sungguh pembelajaran pendidikan jasmani di Sekolah Dasar, termasuk pola dasar pembelajaran, metode pembelajaran dan pengembangan pembelajaran pendidikan jasmani yang berbasis karakter, serta pelaksanaan penyusunan RPP pendidikan jasmani. Kegiatan pelatihan ini dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri Kota Metro pada tanggal 27-29 Agustus 2016 dengan sasaran peserta pelatihan sebanyak 26 orang, yang terdiri dari guru-guru pendidikan jasmani Sekolah Dasar dan penilik TK/SD. Metode penelitian yang di gunakan antar lain adalah ceramah, tanya jawab, diskusi, pelatihan dalam kelompok. Berdasarkan hasil evaluasi yang di lakukan ternyata secara umum terdapat peningkatan kemampuan dari para peserta kegiatan pelatihan ini. Dan diharapkan hasil penelitian ini dapat di tularkan atau di sebar luaskan oleh peserta kepada teman-teman sejawatnya yang lain yang belum sempat mengikuti kegiatan latihan seperti ini.

Keywords: Jasmani, Metodologi, Pembelajaran

Abstract

Basically, most of the physical education teachers in Elementary Schools in Metro cities, Metro cities, have not really understood physical education learning in Elementary Schools, including basic learning patterns, learning methods and developing character-based physical education learning, as well as implementing the preparation of educational lesson plans. physical. To improve the ability of Elementary School Physical Education teachers in this Metro city, the This training activity was carried out at the Metro City Public Elementary School on 27-29 August 2016 with a target of 26 training participants, consisting of elementary school physical education teachers and TK/SD supervisors. The research methods used include lectures, question and answer, discussions, training in groups. Based on the results of the evaluation carried out, it turned out that in general there was an increase in the ability of the participants of this training activity. And it is hoped that the results of this research can be transmitted or disseminated by the participants to their other colleagues who have not had time to participate in such training activities.

Keywords: Learning, Methodology, Physical

PENDAHULUAN

Orang bijak selalu mengemukakan bahwa bangsa yang besar itu adalah bangsa yang mengutamakan pendidikan bagi seluruh warga negaranya. Pendidikan merupakan sesuatu yang sangat penting artinya bagi kehidupan umat manusia. Pendidikan adalah

wahana pembinaan bagi generasi muda yang sedang tumbuh dan berkembang agar mampu menghadapi tantangan masa depan yang lebih kompleks.

Pada dasarnya pembelajaran itu adalah suatu proses, yaitu proses yang menyebabkan terjadinya perubahan pada tingkah laku seseorang yang *relative* permanen. Dalam suatu pembelajaran selalu bertujuan untuk mengembangkan kemampuan menguasai bahan/materi pengajaran dengan baik. Proses pembelajaran akan baik kalau bahan/materi pengajaran dengan baik. Proses belajar akan baik kalau bahan/materi di sampaikan dengan baik pula. Menyampaikan bahan atau materi pengajaran dengan baik adalah suatu tuntutan kepada setiap guru. Setiap guru harus memiliki kemampuan untuk menyampaikan bahan/materi pengajaran dengan baik agar siswa dapat dengan mudah mencerna dan menguasai segala sesuatu yang di sampaikan guru tersebut.

Untuk menyampaikan bahan/materi pengajaran dengan baik, seorang guru harus memiliki kemampuan memilih dengan tepat/cocok serta melaksanakan pembelajaran dengan baik dan benar. Itu adalah salah satu factor penunjang di dalam proses pembelajaran, yaitu memilih dan menentukan metode pembelajaran yang akan di pergunakan. Metode pembelajaran itu banyak macamnya dan seorang guru yang professional harus memahami dan menguasai dengan baik dan benar.

Salah satu mata pelajaran yang tercantum di dalam kurikulum pendidikan di Indonesia adalah mata pelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan. Mata pelajaran ini mulai dari tingkat Sekolah Dasar (SD) ,Sekolah Menengah Pertama (SMP) ,Sampai ketingkat Sekolah Menengah Atas (SMA dan SMK). Mata pelajaran ini tidak boleh di tinggalkan atau di abaikan begitu saja, tapi harus di tangani dengan baik dan benar sebagaimana halnya mata pembelajaran yang lain, sebab mata pembelajaran ini setara.

Berdasarkan pengalaman dan observasi yang pernah di lakukan pada guru-guru pendidikan jasmani dan kesehatan di Kota Metro masih banyak yang menganggap hal ini sebagai suatu yang penting, sehingga pelaksanaan pembelajaran begitu-begitu saja, monoton dan membosankan. Padahal, mereka sudah berpendidikan dan lulus sertifikasi. Demikian pula hasil observasi tersebut masih banyak siswa yang tidak tertarik untuk mengikuti pembelajaran dan hasilnya sudah jelas akan jelek.

Sesuai dengan paparan di atas, maka di ananggap sangat perlu untuk melaksanakan sesuatu kegiatan untuk membantu para guru tersebut agar kinerjanya berubah menjadi lebih baik. Kegiatan yang akan dilaksanakan itu adalah memberikan pelatihan metodologi pembelajaran pendidikan jasmani kepada guru pendidikan jasmani dan kesehatan di Kota Metro.

METODE

Dalam pelaksanaan pelatihan ini menggunakan berbagai metode yang meliputi:

1. Ceramah dan Tanya jawab untuk menyampaikan materi pelatihan
2. Diskusi dalam usaha mendalami materi pelatihan dan tugas-tugas yang akan dilaksanakan peserta, baik tugas kelompok maupun tugas individu
3. Tugas dan latihan, baik mandiri/individu maupun kelompok.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Evaluasi merupakan salah satu hal yang tidak boleh ditinggalkan, karena kegiatan evaluasi tersebut akan diketahui sejauh mana hasil yang telah dicapai atau diperoleh dari kegiatan tersebut. Pada kegiatan pelatihan ini dilakukan dua kali evaluasi, yaitu evaluasi awal yang dilakukan sebelum kegiatan atau lebih akrab sering disebut dengan tes awal.

Evaluasi yang kedua disebut juga evaluasi akhir dilakukan setelah penyajian materi dan latihan serta tugas diberikan telah dilaksanakan. Evaluasi akhir ini juga lebih akrab disebut dan sering disebut tes akhir, pertanyaan atau soal yang diberikan pada tes awal adalah sama yang diberikan pada tes akhir.

Ada beberapa komponen dinilai atau dites dalam kegiatan pelatihan metodologi pembelajaran pendidikan jasmani bagi para guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar ini, yaitu :

1. Hakikat Pembelajaran Pendidikan Jasmani
2. Pola Dasar Pembelajaran Pendidikan Jasmani
3. Metode Pembelajaran Pendidikan Jasmani
4. Penyusunan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran, dan
5. Aplikasi Metode Pembelajaran dan Penyusunan RPP Pendidikan Jasmani

Hasil dan evaluasi tersebut adalah seperti dalam tertera di bawah ini Hasil Evaluasi Awal Dan Evaluasi Akhir Pelatihan Metodologi Pembelajaran Pendidikan

Jasmani Bagi Guru-Guru Sekolah Dasar di Kecamatan Kota Metro Kabupaten Kota Metro.

Hakikat Pembelajaran Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar

1.1 Tes Awal

Kelompok yang memiliki nilai antara 12,50 - 37,50 termasuk kategori rendah (R) sebanyak 18 orang atau 45% nilai antara 38,00-62,50 termasuk sedang (S) sebanyak 15 Orang atau 37,50% sedang nilai antara 63,00 - 87,50 termasuk tinggi (T) sebanyak 75 orang atau 37,50 % Nilai tertinggi yang dicapai oleh peserta adalah 75,00 dan nilai terendah 12,50, sedangkan nilai rata-rata adalah 36,00.

1.2 Tes Akhir

Kelompok yang memiliki nilai 12,50-37,50 termasuk golongan rendah (R) sebanyak 8 orang atau 20,00% nilai 38,00-62,50 termasuk sedang (S), sebanyak 20 orang atau 60,00% sedangkan nilai antara 63, 00- 87,50 termasuk tinggi yang dicapai oleh peserta adalah 75,00 dan nilai terendah adalah 25,00 sedangkan nilai rata-rata adalah 50,00.

Berdasarkan hasil analisis itu terlihat ada kenaikan antara nilai tes awal dengan nilai tes akhir. Dengan demikian, berarti ada peningkatan pemahaman dan pengetahuan para peserta pelatihan mengenai hakikat pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar.

Pola Dasar Pembelajaran Jasmani

1.1 Tes Awal

Kelompok yang memiliki nilai antara 12,50-37,50 termasuk golongan rendah (R), sebanyak 25 orang atau 62,50% nilai antara 38,00-62, 50, termasuk sedang (S) sebanyak 15 Orang atau 37,50%, sedangkan nilai antara 63,00-87,50 termasuk golongan tinggi (T) sebanyak 5 orang atau 12,50 %. Nilai tertinggi yang dicapai peserta adalah 62,50 dan terendah adalah 12,50, sedangkan nilai rata-rata adalah sebesar 37, 50.

1.2 Tes Akhir

Kelompok yang memiliki nilai anantara 12,50-37, 50 termasuk golongan rendah (R) sebanyak 12 orang atau 30%, nilai antara 38,00-62,50 adalah golongan Sedang (S) sebanyak 16 orang atau 40,00 %, sedangkan golongan yang memiliki nilai tinggi (T) sebanyak 12 orang atau 30% Nilai tertinggi yang dicapai peserta adalah 87,50 dan nilai

terendah adalah 25,00 sedangkan nilai rata-rata adalah 47,50.

Berdasarkan hasil analisis pada uraian di atas ternyata ada kenaikan antara nilai/hasil tes awal dengan nilai/hasil tes akhir. Dengan demikian, maka berarti ada peningkatan yang terjadi pada pengetahuan dan pemahaman tentang pola dasar pembelajaran Pendidikan Jasmani pada para peserta pelatihan ini.

Metode Pembelajaran Pendidikan Jasmani

1.1 Tes Awal

Kelompok yang memiliki nilai 12, 50-37,50 termasuk kategori rendah (R) sebanyak 25 orang atau 62,50% nilai antara 38,00-62,50 termasuk kategori sedang (S) sebanyak 12 orang 30,00% sedangkan nilai antara 68,00, 87,50 sebagai kategori Tinggi (T) sebanyak 3 orang atau 07,50 %. Nilai tertinggi yang dicapai oleh peserta adalah 75,00 dan nilai terendah adalah 25,00 dan nilai rata-rata adalah sebesar 38,00.

1.2 Tes Akhir

Kelompok yang memiliki nilai 12,50-37,50 termasuk kategori rendah (R) sebanyak 10 orang atau 25,00%, yang memiliki nilai antara 38,00-62,50 masuk kategori sedang (S) sebanyak 12 orang atau 30,00% dan yang memiliki nilai antara 63,00-87,50 dan masuk kategori tinggi (T) sebanyak 12 orang atau 30,00% Nilai tertinggi yang dicapai oleh peserta adalah 75,00 dan terendah adalah 25,00, sedangkan nilai rata-rata adalah 50,00.

Berdasarkan hasil tes awal dan tes akhir tadi menunjukkan adanya kemajuan dalam memahami materi pelatihan, yang diberikan. Hal ini terbukti dengan peningkatan presentase baik ditingkat nilai yang tinggi maupun yang sedang dan yang rendah. Nilai itu dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor antara lain adalah (a) motivasi yang tinggi dari para peserta, (b) kesungguhan dalam mengikuti pelatihan, (c) antusiasme para peserta dalam melakukan tugas-tugas yang diberikan, (d) metode pelatihan yang 6 diterapkan oleh tim pelaksana, yaitu tidak menggurui akan tetapi saling tukar pengetahuan dan pengalaman, saling ajar dan saling belajar sehingga mereka merasa dihargai, dan (e) materi pelatihan yang dikemas dengan sederhana sehingga menarik perhatian para peserta.

Selanjutnya, disamping adanya peningkatan ada juga diantara peserta yang kemampuannya tidak meningkat. Artinya mereka memiliki nilai rendah setelah dilatih

masih tetap rendah juga dan nilai yang sedang juga tidak ada kemajuan.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil evaluasi kegiatan pelatihan yang dikemukakan sebelumnya dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Pengetahuan tentang hakikat pembelajaran penjas di sekolah dasar meningkat dan terbukti dari hasil tes awal 12,50 dan setelah pelatihan menjadi sebesar 75,00.
2. Penguasaan dan pemahaman tentang Pola Dasar Pembelajaran Penjas juga meningkat dan terbukti dari hasil tes awal yang sebesar 12,50 dan hasil tes akhir sebesar 87,50.
3. Penguasaan dan pemahaman tentang Metode Pembelajaran Penjas juga meningkat dan ini terbukti dari hasil tes awal yang hanya sebesar 25,00 tetapi hasil tes akhir adalah sebesar 75,00
4. Pemahaman dan penguasaan tentang penyusunan RPP berbasis karakter juga meningkat, pada tes awal hanya sebesar 12,50 tetapi pada tes akhir sebesar 87,50.
5. Aplikasi atau praktik ini tentang penyusunan RPP berbasis karakter dan pemakaian metode pembelajaran Penjas juga meningkat, pada tes awal hasilnya sebesar 25,00 sedangkan pada tes akhir sebesar, 87,50.

Berdasarkan hasil kegiatan pelatihan yang dilakukan maka disarankan agar hasil kegiatan pelatihan ini dapat ditularkan kepada guru-guru yang lain yang belum berkesempatan mengikuti kegiatan pelatihan semacam ini dan juga kegiatan pelatihan semacam ini sangat perlu ada kelanjutan karena masih banyak guru yang belum mengikutinya.

Daftar Referensi

Aip Syaripuddin dan Muhandi, 1993, *Pendidikan Jasani dan Kesehatan*, Jakarta Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

Arma Abdoellah dan Agus Manadji, 1994, *Dasar Dasar Pendidikan Jasmani*, Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

Bruce Joyce R and Marsha, Weil, 1996, *Models of Teaching*, New York; A,Simon & Schuster Company.

Bucher, Charles A, and Kunig, Constnte R, 1994 , *Method and Material for Sond ary Physical Education*, New York, St Llouis; The Mosby Co.

Mudjiono dan Moh. Dimyati, 1993, *Strategi Belajar Mengajar*, Jakarta; Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

Ratal Wirjasasmita, 1989, *Survervisi Pendidikan Olahraga*, Jakarta ; Penerbit Balai Pustaka.

Rusli Lutan, 1999, *Strategi Belajar Mengajar*, Jakarta; Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

Vendien, Lynn C, and Nixon, John E, 1985, *Physical Education, Thacher Education*, New York: Mcacmilan Publihing Company.

Winarno Surahmat, 1985. *Metodologi Pengajaran Nasional*, Bandung; Penerbit Jemmars.