

Rahmi Fadiah
Nasution¹
Assyfa Ramadhina²
Sakinah Rahmawaty³
Suyono⁴

STRATEGI GURU MENUMBUHKAN MINAT PEMBELAJARAN PENJASKES SISWA KELAS III-A MIS MARDHLIATUL ISLAMIYAH MEDAN

Abstrak

Guru memiliki peran yang strategis dalam meningkatkan minat siswa terhadap pembelajaran pjok, strategi yang efektif dapat mencakup penggunaan metode pengajaran yang variatif, menciptakan lingkungan belajar yang menyenangkan, serta memberikan motivasi dan penguatan kepada siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis strategi yang digunakan guru dalam menumbuhkan minat siswa kelas 3 A di MIS Mardliatul Islamiyah Medan terhadap pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan. minat siswa dalam pembelajaran PJOK merupakan faktor penting yang memengaruhi partisipasi aktif dan pencapaian hasil belajar. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif yang bersifat deskriptif yang memiliki tujuan untuk memberikan deskripsi, penjelasan, juga validasi mengenai fenomena yang di teliti. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Berdasarkan penelitian ini maka, strategi pembelajaran yang inovatif dan interaktif oleh guru dapat secara signifikan meningkatkan minat siswa terhadap pembelajaran pjok di sekolah MIS Mardliatul Islamiyah Medan Kelas 3 A.

Kata Kunci: Strategi Guru, Menumbuhkan Minat, Pembelajaran Pjok Di Sekolah Dasar.

Abstract

Teachers have a strategic role in increasing students' interest in physical education learning, effective strategies can include the use of varied teaching methods, creating a fun learning environment, and providing motivation and reinforcement to students. This study aims to identify and analyze the strategies used by teachers in fostering the interest of class 3 A students at MIS Mardliatul Islamiyah Medan in learning physical education, sports, and health. Student interest in physical education learning is an important factor that influences active participation and achievement of learning outcomes. The research method used is qualitative descriptive which aims to provide descriptions, explanations, and validation of the phenomena studied. Data collection techniques in this study through observation, interviews, and documentation. Based on this study, innovative and interactive learning strategies by teachers can significantly increase students' interest in physical education learning at MIS Mardliatul Islamiyah Medan Class 3 A.

Keywords: Teacher Strategies, Fostering Interest, Physical Education Learning In Elementary Schools.

PENDAHULUAN

Pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan merupakan salah satu komponen penting dalam pendidikan sekolah dasar yang bertujuan untuk mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan tentang kesehatan, dan sikap positif terhadap aktivitas fisik di MIS Mardliatul Islamiyah Medan Kelas 3 A menghadapi tantangan dalam meningkatkan minat siswa terhadap pembelajaran pjok. Minat siswa dalam mengikuti kegiatan pjok sering dipengaruhi oleh berbagai faktor misalnya, metode pengajaran yang digunakan oleh guru, lingkungan belajar, fasilitas yang diberikan, serta motivasi individu dari siswa itu sendiri.

Pendidikan jasmani, olahraga, dsn Kesehatan (PJOK) merupakan pelajaran penting yang ada di sekolah untuk menjaga kebugaran dan Kesehatan peserta didik, namun Pelajaran pjok

^{1,2,3,4} Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara
email: rahmi0306231026@uinsu.ac.id

sering dianggap Pelajaran tidak penting untuk mendapat respom positif maupun negatif oleh guru-guru lain di sekolah. Pada dasarnya pjok adalah media untuk mendorong pertumbuhan psikis, fisik, keterampilan motorik, pengetahuan, penalaran, serta kebiasaan menjalankan pola hidup sehat. (Afrinal & Umar, 2019: 188-191). Posisi guru pjok sangat berperan penting dalam pembentukan pola hidup sehat kepada siswa, salah satu tujuan dari Pelajaran pjok adalah untuk membentuk kebugaran siswa, kebugaran siswa juga sangat penting dalam mengikuti pembelajaran pjok karena dengan keadaan bugar siswa dapat mengikuti pembelajaran dengan baik. Selain itu kebugaran jasmani yang ditingkatkan melalui pembelajaran pjok memiliki kontribusi dalam kesiapan belajar siswa, kebugaran yang diperoleh siswa dalam mengikuti pembelajaran pjok merupakan penanda penting saat ini dan kesehatannya di masa depan. (Kidokoro, dkk, 2013: 246-254).

Kebugaran jasmani yang dapat ditingkatkan melalui pembelajaran PJOK memiliki kontribusi dalam kesiapan belajar siswa, dengan keadaan siswa yang bugar maka memiliki kesiapan dalam pembelajaran yang mencakup ranah kognitif, afektif, dan psikomotor. Dengan begitu kedudukan mata pelajaran PJOK sama dengan mata pelajaran lainnya yang tidak hanya dianggap menjalankan ranah psikomotor saja. PJOK memiliki kedudukan yang sama dalam mencapai tujuan dari pendidikan nasional. Melalui pembelajaran PJOK yang menarik, menyenangkan, menantang, dan menerapkan model-model pembelajaran yang bervariasi seperti mengembangkan aktivitas fisik dapat dipercaya meningkatkan kecerdasan siswa. (Tarigan, dkk, 2021).

Guru memiliki peran yang strategis dalam meningkatkan minat siswa terhadap pembelajaran pjok, strategi yang efektif dapat mencakup penggunaan metode pengajaran yang variatif, menciptakan lingkungan belajar yang menyenangkan, serta memberikan motivasi dan penguatan positif kepada siswa, dengan menerapkan strategi yang tepat diharapkan siswa tidak hanya antusias dalam mengikuti pembelajaran pjok, tetapi juga dapat mengembangkan kebiasaan hidup sehat dan aktif secara berkelanjutan. Pendekatan yang digunakan oleh guru dalam pembelajaran pjok haruslah mencerminkan upaya untuk mengintegrasikan teori dan praktik, mendorong partisipasi aktif siswa, serta menekankan pentingnya kolaborasi dan kerjasama. Melalui berbagai strategi yang inovatif guru dapat membantu siswa di MIS Mardliatul Islamiyah Kelas 3 A menemukan kesenangan dalam aktivitas fisik, memahami manfaat kesehatan yang diperoleh, serta mengembangkan sikap positif terhadap olahraga dan kebugaran jasmani

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif deskriptif. Penelitian yang menggunakan suatu teknik untuk menjelaskan suatu hasil penelitian disebut penelitian deskriptif. Tujuan penelitian deskriptif, sesuai dengan namanya, adalah untuk mendeskripsikan, menjelaskan, dan memvalidasi fenomena yang diteliti (Ramdhhan, 2021: 7). MIS Mardhliyatul, yang terletak di Jl. Bersama No. 19-21, Bandar Selamat, Kec. Medan Tembung, Kota Medan, Sumatera Utara, merupakan tempat penelitian ini dilakukan.

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini meliputi dokumentasi selama penelitian berlangsung, wawancara dengan instruktur pendidikan jasmani, yaitu Ibu Lathifa Hannum Lubis, S.Pd., dan observasi di sekolah MIS Mardhliyatul. Langkah-langkah analisis data penelitian, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan, kemudian diterapkan pada data yang terkumpul dalam penelitian ini

HASIL DAN PEMBAHASAN

Strategi Dalam Mengajar

Strategi pembelajaran merupakan serangkaian rencana kegiatan yang mencakup pemanfaatan berbagai sumber atau kemampuan belajar serta metodologi. Tujuan dari teknik pembelajaran adalah untuk mencapai tujuan tertentu. Strategi pembelajaran mencakup metodologi, pendekatan, model, dan prosedur tertentu. Dalam bukunya Ega (47:2016), Alim Sumarno mendefinisikan strategi pembelajaran sebagai suatu kegiatan yang dipilih oleh pengajar atau peserta didik untuk proses pembelajaran dan yang memudahkan pembelajaran untuk mencapai tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan.

Dalam pendidikan jasmani, ide paling mendasar dari strategi pembelajaran adalah melakukan kegiatan pembelajaran yang menyenangkan dan bermakna. Bukan membahas keberhasilan atau kegagalan keterampilan gerak, melainkan membangkitkan kebahagiaan yang muncul karena dihargai dan diakui oleh teman dan kelompok. Untuk memaksimalkan hasil, khususnya bagi siswa, pendekatan yang matang dan tujuan yang ditetapkan dengan baik harus dipertimbangkan saat melakukan kegiatan belajar mengajar. Menurut Ma'arif (2024:21–22), strategi pembelajaran adalah proses untuk memilih, menentukan, dan menggabungkan kegiatan dalam upaya untuk memenuhi tujuan pembelajaran.

Strategi pembelajaran dalam pendidikan jasmani adalah kegiatan yang dipilih, diputuskan, dan dilaksanakan dengan mempertimbangkan peralatan, prosedur, metode, dan media yang digunakan untuk mencapai tujuan pembelajaran melalui latihan gerak. Terdapat kebingungan yang terus-menerus mengenai apakah kita menggunakan model, pendekatan, strategi, atau metode selama proses pembelajaran karena guru sering kali kesulitan memahami dan menggunakan gagasan tentang model, pendekatan, strategi, dan teknik pembelajaran di bidang pendidikan. Terdapat empat teknik dasar mengajar dan belajar, yaitu sebagai berikut:

1. Menemukan dan menganalisis tanda-tanda perubahan yang diharapkan dalam perilaku dan karakter siswa.
2. Memilih taktik yang sesuai dengan metodologi mengajar dan belajar.
3. Memilih dan mengidentifikasi praktik, strategi, dan taktik mengajar dan belajar yang dianggap paling tepat dan berhasil untuk dijadikan panduan bagi para pendidik saat mereka melaksanakan tugas pengajaran.
4. Menetapkan persyaratan pembelajaran minimal KBM sehingga para pendidik dapat menggunakan sebagai tolok ukur untuk menilai hasil pelajaran dan latihan pembelajaran mereka. Masukan ini kemudian akan digunakan untuk meningkatkan sumber belajar.

Strategi pembelajaran merupakan bagian penting dari proses belajar mengajar yang bertujuan untuk lebih meningkatkan kualitas peserta didik guna membangun manusia yang handal dan kompeten. Tentunya, pemahaman tentang keunggulan teknik pembelajaran sangat diperlukan untuk mencapai tujuan tersebut (Simatupang, 2019:50).

Berikut ini adalah berbagai strategi pembelajaran pendidikan jasmani, menurut Rahayu (2013:59):

1. Pemilihan materi: Oleh karena itu, salah satu unsur terpenting dalam mencapai tujuan pembelajaran yang ditetapkan untuk pendidikan jasmani adalah pemilihan sumber daya. Tiga hal perlu diperhatikan saat memilih materi, khususnya: Urutan materi, atau adanya struktur yang sistematis. Keluasan materi, artinya konten disesuaikan dengan tingkat persiapan siswa. Kombinasi materi, khususnya bagaimana satu subtopik berhubungan dengan yang lain.
2. Komunikasi tugas: Ini mengacu pada prosedur di mana pesan yang diterima mendorong jawaban atau reaksi.
3. Kemajuan materi: Untuk mencapai kemajuan materi, penting untuk mengidentifikasi tantangan.
4. Evaluasi dan umpan balik: Tujuannya adalah untuk menentukan apakah tujuan pembelajaran pendidikan jasmani telah terpenuhi atau belum.

Maka, peneliti melakukan wawancara terhadap salah satu guru di sekolah tersebut terkait bagaimana strategi pembelajaran Pendidikan Jasmani yang dilakukan oleh guru dan bagaimana cara menilai keberhasilannya.

Guru Pendidikan Jasmani menjelaskan bahwa strategi pembelajaran yang digunakannya adalah metode praktik langsung. Dalam pendekatan ini, siswa diajak untuk aktif bergerak dan berpartisipasi dalam berbagai aktivitas fisik sesuai dengan materi yang sedang diajarkan. Misalnya, dalam mempelajari gerak dasar seperti lari, jalan di tempat, dan lainnya, siswa langsung diajak untuk mempraktikkan gerakan-gerakan tersebut. Guru memilih metode ini karena percaya bahwa keterampilan motorik dan pemahaman konsep dalam Pendidikan Jasmani lebih efektif diserap melalui pengalaman langsung. Ketika siswa bergerak dan berpartisipasi aktif, mereka tidak hanya mengembangkan keterampilan fisik tetapi juga belajar bekerja sama dalam tim, meningkatkan kepercayaan diri, dan memahami pentingnya aktivitas fisik untuk kesehatan.

Untuk menilai keberhasilan siswa, guru menggunakan pengamatan langsung terhadap kemampuan siswa dalam mempraktikkan keterampilan yang telah diajarkan. Kriteria yang digunakan meliputi teknik yang benar, koordinasi, kerja sama tim, dan semangat dalam mengikuti aktivitas. Selain pengamatan langsung, guru juga menggunakan catatan anekdot dan rubrik penilaian yang terstruktur. Catatan anekdot membantu guru mencatat kemajuan individual siswa dan mengidentifikasi area yang perlu perhatian lebih. Rubrik penilaian memberikan panduan yang jelas dan objektif mengenai berbagai aspek yang dinilai, sehingga penilaian lebih adil dan transparan. Umpaman balik langsung dan menyeluruh juga diberikan kepada siswa setelah setiap sesi praktik, sehingga mereka tahu apa yang sudah baik dan apa yang perlu diperbaiki. Dengan pendekatan ini, guru berusaha menciptakan lingkungan belajar yang menyenangkan dan inklusif, di mana setiap siswa memiliki kesempatan untuk bersinar dan merasa dihargai walaupun proses pembelajaran hanya dilakukan di dalam kelas.

Maka, peneliti dapat menelaah bahwa guru menggunakan strategi pembelajaran praktik langsung, di mana siswa secara aktif berpartisipasi dalam berbagai aktivitas fisik seperti lari dan jalan di tempat. Keterampilan motorik dan pemahaman konsep diajarkan melalui pengalaman langsung. Keberhasilan siswa dinilai melalui pengamatan langsung, menggunakan kriteria seperti teknik, koordinasi, kerja sama tim, dan semangat. Selain itu, guru menggunakan catatan anekdot dan rubrik penilaian untuk penilaian yang objektif, serta memberikan umpan balik langsung setelah sesi praktik. Strategi ini bertujuan untuk menciptakan lingkungan belajar yang menyenangkan, inklusif, dan mendorong gaya hidup sehat.

Kegiatan Fisik Dalam Proses Pembelajaran

Kegiatan fisik dalam pembelajaran Penjas adalah aktivitas yang melibatkan gerakan tubuh, yang dilakukan dengan tujuan meningkatkan kesehatan fisik, mengembangkan keterampilan motorik, serta menanamkan nilai-nilai sportivitas dan kerja sama. Menurut Fauzi (2020:35), kegiatan fisik ini penting untuk membangun fondasi kesehatan anak-anak sejak usia dini. Kegiatan fisik memiliki banyak manfaat bagi siswa. Pertama, dari segi kesehatan, kegiatan fisik dapat meningkatkan kebugaran kardiovaskular, kekuatan otot, dan fleksibilitas tubuh (Sukirman, 2018:78). Selain itu, kegiatan fisik juga dapat membantu dalam pengembangan keterampilan motorik dasar seperti berlari, melompat, dan melempar (Hidayat, 2019:112). Dalam konteks sosial, kegiatan fisik membantu siswa belajar tentang kerja sama, disiplin, dan sportivitas (Rahmat, 2021:45).

Implementasi kegiatan fisik dalam pembelajaran Penjas di sekolah dapat dilakukan melalui berbagai macam aktivitas, seperti permainan, olahraga, dan senam (Wahyudi, 2017:56). Guru memiliki peran penting dalam merancang program yang menarik dan bervariasi agar siswa tetap termotivasi untuk berpartisipasi. Menurut Hasan (2022:123), variasi dalam kegiatan fisik dapat mencegah kebosanan dan meningkatkan partisipasi siswa.

Namun, terdapat berbagai tantangan dalam pelaksanaan kegiatan fisik di sekolah. Salah satunya adalah keterbatasan sarana dan prasarana, seperti lapangan yang memadai dan alat-alat olahraga (Yulianti, 2019:89). Selain itu, faktor cuaca dan kondisi kesehatan siswa juga dapat mempengaruhi pelaksanaan kegiatan fisik (Zulkarnain, 2020:147).

Jika mempertimbangkan semua hal, latihan fisik merupakan bagian penting dari pengajaran pendidikan jasmani yang meningkatkan perkembangan sosial dan emosional anak-anak selain kesehatan fisik mereka. Sasaran pendidikan jasmani dapat dicapai dengan lebih baik dan hambatan implementasi dapat diatasi dengan pendekatan yang tepat.

Maka, peneliti melakukan wawancara terhadap salah satu guru di sekolah tersebut terkait bagaimana mengintegrasikan aktivitas fisik yang menyenangkan dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani dan di mana kegiatan tersebut dilakukan.

Guru tersebut menjelaskan bahwa ia mengutamakan aktivitas fisik seperti lompat, loncat, dan lari dalam proses pembelajaran. Aktivitas-aktivitas ini dirancang agar sesuai dengan kemampuan siswa kelas 3, sehingga dilakukan di dalam kelas. Guru menyadari bahwa siswa kelas 3 masih terlalu muda untuk melakukan pembelajaran di luar kelas, sehingga aktivitas fisik disesuaikan agar aman dan tetap menyenangkan dilakukan di dalam kelas. Guru percaya bahwa melalui aktivitas lompat, loncat, dan lari, siswa dapat mengembangkan keterampilan motorik dasar sambil menikmati proses belajar. Aktivitas ini juga membantu siswa menjadi lebih aktif dan antusias selama pelajaran Pendidikan Jasmani. Selain itu, guru juga memastikan bahwa

setiap kegiatan fisik dilakukan dengan pengawasan yang ketat untuk memastikan keselamatan siswa. Dengan pendekatan ini, guru bertujuan untuk membangun fondasi yang kuat bagi siswa dalam memahami pentingnya aktivitas fisik sejak usia dini. Guru juga berharap bahwa metode ini akan menumbuhkan minat dan kebiasaan berolahraga yang berkelanjutan dalam kehidupan siswa.

Maka, peneliti dapat menelaah bahwa guru Pendidikan Jasmani mengintegrasikan aktivitas fisik yang menyenangkan dalam pembelajaran dengan menyuruh siswa melakukan gerakan seperti lompat, loncat, dan lari di dalam kelas. Hal ini dilakukan karena siswa masih berada di kelas 3 dan guru merasa mereka belum siap untuk melakukan pembelajaran di luar kelas. Pendekatan ini membantu siswa mengembangkan keterampilan motorik dasar sambil menikmati proses belajar, serta membangun minat dan kebiasaan berolahraga sejak usia dini. Guru juga memastikan keamanan siswa selama melakukan aktivitas fisik dengan pengawasan yang ketat.

Sarana dan Prasarana Dalam Mendukung Proses Pembelajaran

Ketersediaan prasarana dan fasilitas pendidikan jasmani di sekolah tidak dapat dipisahkan dari pembelajaran pendidikan jasmani. Untuk memenuhi tujuan pembelajaran pendidikan jasmani, sekolah harus memiliki prasarana dan fasilitas yang dibutuhkan untuk program tersebut. Ketersediaan prasarana dan fasilitas pendidikan jasmani memiliki dampak yang signifikan terhadap seberapa cepat atau lambatnya siswa memahami kurikulum. Kapasitas guru untuk memfasilitasi proses pembelajaran pendidikan jasmani yang berhasil dan efisien dapat dimaksimalkan dengan ketersediaan fasilitas dan infrastruktur pembelajaran yang sesuai.

Kemampuan siswa untuk memanipulasi gerakan mereka akan terhambat oleh kurangnya infrastruktur dan sumber daya untuk pendidikan jasmani. Siswa akan merasa bosan dan banyak beristirahat saat mengantre untuk berganti pakaian dengan menggunakan peralatan pendidikan jasmani. Kebugaran tidak akan tercapai sebagai akibat dari hal ini (Herman, H., & Riady, A., 2018). Demi kebugaran siswa, hal ini harus dihindari; oleh karena itu, fasilitas untuk pendidikan jasmani harus berukuran sesuai dengan jumlah siswa dan dikondisikan untuk memfasilitasi dan mendukung pengajaran pendidikan jasmani dan memberikan hasil belajar sebaik mungkin.

Lebih lanjut, Soepratono menjelaskan bahwa istilah "infrastruktur olahraga" dan "fasilitas" mengacu pada segala sesuatu yang dapat digunakan untuk merencanakan pendidikan jasmani atau kegiatan atletik. Tiga prasyarat untuk fasilitas pendidikan adalah (1) fasilitas primer, (2) fasilitas pelengkap, dan (3) fasilitas pendukung, menurut Husdarta (2011: 176–177). Ketiga perangkat ini dapat membantu guru dalam memanfaatkan pembelajaran mereka secara maksimal untuk mencapai tujuan seperti membantu anak-anak mengembangkan keterampilan motorik dan kemampuan lainnya.

Oleh karena itu, sebelum proses belajar mengajar dimulai, pihak sekolah dan instruktur menyiapkan secara matang sarana dan prasarana tersebut. Sebab, kehadiran sarana dan prasarana tersebut sangat dibutuhkan anak saat mengikuti berbagai kegiatan yang telah direncanakan oleh instruktur selama proses belajar mengajar pendidikan jasmani. Setiap sekolah memiliki standar tertentu dalam hal prasarana dan sarana pendidikan jasmani. Menurut Matin dan Fuad (2016: 207–208), taman bermain/area olahraga merupakan suatu lokasi yang berfungsi sebagai tempat bermain, berolahraga, pendidikan jasmani, upacara, dan kegiatan ekstrakurikuler. Luas taman bermain/area olahraga minimal 3 : 2/siswa. Luas taman bermain atau area olahraga pada sekolah dengan jumlah siswa kurang dari 334 orang minimal 1000 meter persegi.

Maka, peneliti melakukan wawancara terhadap salah satu guru di sekolah tersebut terkait memanfaatkan sarana dan prasarana di sekolah dalam mendukung pembelajaran Pendidikan Jasmani.

Guru tersebut mengungkapkan bahwa sarana dan prasarana yang tersedia belum sepenuhnya memenuhi kebutuhan untuk pembelajaran Pendidikan Jasmani yang optimal. Sekolah tersebut belum memiliki lapangan yang memadai untuk melakukan aktivitas olahraga, sehingga kegiatan fisik siswa harus dilakukan di dalam kelas. Peralatan olahraga yang tersedia juga sangat terbatas, hanya ada bola kaki plastik dan peralatan lainnya belum ada. Hal ini membuat guru harus kreatif dalam menyusun kegiatan fisik yang tetap dapat dilakukan di dalam ruang kelas. Meskipun demikian, guru tetap berusaha untuk memberikan pengalaman belajar

yang menyenangkan dan bermanfaat bagi siswa. Selain itu, guru juga mengungkapkan bahwa sekolah memiliki kegiatan senam rutin setiap Kamis pagi. Namun, karena siswa kelas dua masuk siang hari, mereka tidak pernah mengikuti kegiatan senam tersebut. Kondisi ini menjadi tantangan tambahan bagi guru dalam memastikan bahwa semua siswa mendapatkan kesempatan untuk berpartisipasi dalam aktivitas fisik yang terstruktur dan rutin. Dengan keterbatasan yang ada, guru berusaha keras untuk memanfaatkan sarana dan prasarana yang tersedia semaksimal mungkin. Guru berharap di masa mendatang sekolah dapat meningkatkan fasilitas olahraga dan melibatkan lebih banyak siswa dalam kegiatan fisik yang bervariasi dan menyeluruh.

Maka, peneliti dapat menelaah bahwa guru Pendidikan Jasmani mengungkapkan bahwa sarana dan prasarana di sekolah belum sepenuhnya mendukung pembelajaran Pendidikan Jasmani. Sekolah tidak memiliki lapangan yang memadai dan hanya memiliki peralatan olahraga terbatas, seperti bola kaki plastik. Akibatnya, aktivitas fisik harus dilakukan di dalam kelas. Selain itu, meskipun sekolah memiliki kegiatan senam rutin setiap Kamis pagi, siswa kelas dua yang masuk siang hari tidak pernah berpartisipasi dalam kegiatan tersebut. Guru tetap berusaha maksimal memanfaatkan fasilitas yang ada dan berharap ada peningkatan fasilitas olahraga di masa depan.

Metode Pengajaran yang Digunakan

Metode pembelajaran adalah cara yang ditempuh oleh guru untuk menyampaikan materi pembelajaran sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan baik. Sebelum melakukan proses pembelajaran, seorang guru menentukan atau memilih pendekatan dan metode apa yang akan digunakan supaya tujuan pembelajaran yang telah disusun dapat tercapai. Pemilihan metode juga perlu disesuaikan dengan tujuan pembelajaran dan karakteristik materi yang akan dibahas (Lufri, et.al, 2020: 34). Namun, setiap metode mempunyai kelebihan dan kelemahannya. Oleh karena itu, para guru harus menguasai berbagai metode dan pendekatan yang bervariasi, hindari penggunaan metode yang monoton. Penggunaan metode yang bervariasi dapat mencegah terjadinya kebosanan pada diri siswa, dengan penggunaan metode yang bervariasi akan menjadikan kegiatan pembelajaran lebih bergairah serta menciptakan suasana yang kondusif di dalam kelas (Mahmud & Idham, 2017: 15).

Hasil wawancara terhadap Ibu Lathifa mengenai metode pengajaran, mengungkapkan bahwa:

“Penjas itu kan pendidikan jasmani, memang agar menarik harus diperaktekkan. Jika diperaktekkan anak lebih suka dan tidak bosan jika hanya mendengarkan saja. Dan untuk metode yang saya lakukan saat mata pelajaran penjas adalah dengan metode demonstrasi.”

Metode demonstrasi merupakan jenis pembelajaran yang menyajikan materi kepada siswa yang digabungkan dengan penjelasan. Tujuannya agar siswa dapat lebih mudah memahami materi pembelajaran yang dijelaskan. Adapun kelebihan dari metode demonstrasi menurut Saparuddin & Khairun Nisa (2024: 104) yaitu:

- a. Siswa tidak akan ketinggalan pemahaman karena penjelasan disertai dengan latihan.
- b. Proses pembelajaran juga akan lebih menarik karena siswa tidak hanya mendengarkan.
- c. Dengan proses mengamati, siswa dapat mengembangkan pola berpikirnya dalam menghubungkan antara teori dan praktik.

Disamping memiliki kelebihan, ternyata metode demonstrasi juga memiliki beberapa kekurangan seperti: memerlukan persiapan yang lebih matang dari segi bahan, peralatan dan juga tempat. Karena jika tidak, justru akan berdampak pada tidak efektifnya proses pembelajaran. Hal tersebut hanya dapat dilakukan oleh guru yang memiliki kemampuan dan keterampilan khusus.

Tantangan dalam Proses Pembelajaran

Dalam pelaksanaan aktivitas pendidikan jasmani, keterlibatan siswa sangat penting untuk memastikan mereka memahami dan menikmati pembelajaran. Dengan mengajak siswa berpartisipasi aktif, mereka dapat merasakan langsung manfaat dari aktivitas fisik. Tidak hanya meningkatkan aktivitas fisik tetapi juga mendukung perkembangan sosial dan emosional mereka. Seperti yang diungkapkan Ibu Lathifa bahwa:

“Untuk melibatkan siswa dalam pelaksanaan aktivitas penjaskes biasanya langsung diperaktekkan ke depan. Misalnya ayo coba untuk melompat, berlari. Suruh anak untuk melakukan aktivitasnya bagaimana.”

Saat melakukan proses pembelajaran pasti ada tantangan atau hambatan yang muncul baik dari siswa, guru, ataupun dari metode yang dilakukan (Abidah, Aklima & Razak, 2022: 771). Hasil wawancara didapatkan bahwa tantangan yang muncul diungkapkan oleh Ibu Lathifa sebagai berikut:

“Tantangan yang muncul dalam diri saya pribadi, karena saya perempuan dan mungkin sudah usia juga, jadi disitu tantangan saya saat mempraktekkan sesuatu seperti melompat berlari. Namun, untuk tantangan dalam pembelajaran belum ada. Karena saya mengajar di kelas 3, materinya masih lumayan mudah dan bisa dilakukan hanya di dalam kelas saja.”

Dari hasil wawancara tersebut, didapatkan bahwa terdapat tantangan pribadi dari perspektif pengajar. Meskipun ada tantangan pribadi, pengajar tetap berkomitmen untuk menciptakan lingkungan belajar yang positif. Dengan menggunakan metode demonstrasi tadi, pengajar berusaha untuk memotivasi siswa dan membangun minat mereka terhadap aktivitas fisik.



Gambar 1. Dokumentasi pelaksanaan wawancara dan observasi

UCAPAN TERIMA KASIH

Sebagai pengajar Pendidikan Jasmani untuk kelas 3-A di MIS Mardliyatul Islamiyah Medan, kami ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Ibu Lathifa Hannum Lubis, S.Pd.I. Kami sangat menghargai waktu, keahlian, dan pengalaman yang telah Anda berikan selama proses wawancara ini. Kami juga ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada seluruh staf MIS Mardliyatul Islamiyah Medan yang telah menyetujui dan mendorong penggunaan penelitian kami di lembaga ini. Kerja sama dan bantuan dari semua pemangku kepentingan sangat penting dalam membantu kami mengumpulkan data dan informasi penting untuk penelitian ini.

SIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa strategi pembelajaran yang diterapkan oleh guru dalam pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (PJOK) sangat berpengaruh terhadap minat dan partisipasi siswa. Dengan menggunakan pendekatan praktik langsung, siswa diajak untuk aktif bergerak dan berpartisipasi dalam berbagai aktivitas fisik, yang tidak hanya membantu mereka mengembangkan keterampilan motorik tetapi juga meningkatkan kepercayaan diri dan kerja sama tim. Meskipun terdapat tantangan terkait sarana dan prasarana yang terbatas, guru tetap berkomitmen untuk memberikan pengalaman belajar yang bermanfaat dan memotivasi siswa untuk mengadopsi gaya hidup sehat. Dengan demikian, penelitian ini menegaskan pentingnya peran guru dalam menciptakan suasana pembelajaran yang positif dan mendorong siswa untuk aktif dalam aktivitas fisik.

DAFTAR PUSTAKA

Afrinal, A. &. (2019, 2). Identifikasi Cedera dalam Pjok dan Pencegahan di Sekolah Dasar Sekecamatan Sukadana Kabupaten Ciamis Provinsi Jawa Barat Tahun 2020. *Jurnal Pendidikan dan Olahraga*, 188-191.

Ega, R. T. (2016). *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.

Fauzi, A. (2020). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Gramedia.

Hasan, R. (2022). *Implementasi Pembelajaran Penjas di Sekolah*. Bandung: Alfabeta.

Herman, H. &. (2018). Survey Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani di SMP/MTS Swasta Kabupaten Pangkep. *SPORTIVE: Journal of Physical Education, Sport and Recreation*, 1 (2), 27-35.

Hidayat, M. (2019). *Manfaat Kegiatan Fisik Bagi Anak Sekolah*. Yogyakarta: Deepublish.

Husadarta, H. J. (2011). *Manajemen Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.

Kidokoro, T. d. (2023). *Physical Fitness Before and During the COVID-19 Pandemic: Results of Annual National Physical Fitness Surveillance among Japanese Children and adolescents between 2013 and 2021*. *Journal of Sport and Health Science*, 12 (2).

Ma'arif, M. S. (2024). *Implementasi Strategi Pembelajaran PJOK Pada Peserta Didik di Kelas V MIT Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung*. Lampung: Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung Press.

Matin., &. F. (2016). *Manajemen Sarana dan Prasarana Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Rahayu, E. T. (2013). *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Implementasi Pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.

Rahmat, T. (2021). *Keterampilan Sosial dalam Pembelajaran Penjas*. Malang: UMM Press.

Simatupang, H. (2019). *Strategi Belajar Mengajar Abad ke-21*. Surabaya: CV Cipta Media Edukasi.

Sukirman, B. (2018). *Kesehatan dan Kebugaran Jasmani*. Surabaya: UNESA Press.

Tarigan, S. I. (2018). *Implementasi Pendekatan Saintifik dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga: Dapatkah Meningkatkan Konsentrasi dan Kecerdasan Spasial (Spatial Intelegence) Siswa Sekolah Dasar yang Tinggal di DAerah Pegunungan*. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 3 (2).

Wahyudi, D. (2017). *Aktivitas Fisik dan Permainan dalam Penjas*. Semarang: LPPM UNDIP.

Yulianti, S. (2019). *Tantangan Pembelajaran Penjas di Era Modern*. Medan: USU Press.

Zulkarnain, M. (2020). *Kendala dalam Kegiatan Fisik di Sekolah*. Padang: Andalas University Press.