

# UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN GURU MENGELOLA WAKTU BELAJAR SISWA DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DI SMP N 1 PIYUNGAN

Oleh: Muhammad Wahyu Arga, Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi/Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta  
Email [muhammadarga56@yahoo.com](mailto:muhammadarga56@yahoo.com)

## Abstrak

Penelitian yang dilakukan bertujuan untuk meningkatkan kemampuan guru dalam mengefektifkan waktu belajar siswa (*learning time*) dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) atau *Classroom Action Research* yang berfokus pada upaya untuk mengubah kondisi nyata yang ada sekarang ke arah yang diharapkan. Menurut Suharsimi Arikunto (2016: 41), penelitian tindakan terdiri dari 4 aspek pokok, yaitu: perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi. Dengan demikian Penelitian Tindakan Kelas dalam penelitian ini adalah bentuk penelitian yang dilakukan oleh guru di sekolah dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani guna memperbaiki keadaan ke arah yang diharapkan..

Hasil penelitian yaitu: dihasilkan peningkatan pada waktu belajar siswa. Hal tersebut dibuktikan dengan analisis data pada siklus kedua dan ketiga yang mengalami peningkatan dengan presentase siklus kedua a) Menunggu: 60%, b) Kelolaan: 20%, c) Pengajaran : 14,9%, d) Aktivitas: 5,1% dan siklus ketiga menjadi a) Menunggu: 8,5%, b) Kelolaan: 18,3%, c) Pengajaran : 19,7%, d) Aktivitas: 53,5%.

**Kata kunci :** *Upaya Peningkatan, Waktu Belajar siswa, Pendidikan Jasmani*

## Abstract

This research was aimed to improve teacher's ability in making student's learning time effective in learning physical education.

This was a *Class Action Research* (PTK) that focus on efforts to change real condition existing today to the direction expected. According to Suharsimi Arikunto (2016:41), the action research consisted of 4 main aspects include: planning, implementation, observation and reflection. Therefore, class action research in this research was a research form conducted by teacher in school in process of physical education learning process in order to improve condition to the direction expected.

The research results included: yield improvement in student's learning time. This was proven by data analysis in second and third cycles that improved with second cycle percentage a) waiting: 60%, b) management: 20%, c) teaching: 14.9%, activity: 5.1% and third cycle became a) waiting: 8.5%, b) management: 18.3%, c) teaching: 19.7% and d) activity: 53.5%.

**Keywords:** *Improvement efforts, student's learning time, physical education.*

## PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan wadah atau tempat dimana seseorang dapat mengasah pengetahuan, keterampilan bahkan kematangan mental dan sosial nya. Pengetahuan, keterampilan dan kematangan mental maupun sosial itu bisa didapatkan salah satunya melalui pendidikan formal yaitu sekolah. Pendidikan formal di sekolah meliputi beberapa komponen didalamnya seperti guru dan siswa.

Guru merupakan salah satu penyelenggara pendidikan di sekolah, guru mengatur dan melaksanakan proses pembelajaran di sekolah. Melalui guru siswa dapat menerima berbagai ilmu dari bermacam-macam mata pelajaran yang ada di sekolah salah satunya adalah pendidikan jasmani. Sedangkan siswa adalah objek utama dalam proses pendidikan di sekolah, siswa berhak untuk mendapatkan kesempatan melaksanakan aktivitas belajar maupun aktivitas yang berkaitan

dengan keterampilan tertentu dengan waktu sebanyak mungkin dari waktu yang tersedia.

Waktu yang tersedia dalam proses pembelajaran ini merupakan waktu belajar siswa, waktu belajar siswa ini adalah waktu produktif yang tersedia selama proses pembelajaran pada salah satu mata pelajaran di sekolah yang sedang berlangsung. Oleh karena itu selain menyampaikan ilmunya kepada siswa hendaknya guru juga dapat mengoptimalkan waktu belajar siswa agar siswa dapat belajar dan beraktivitas dengan maksimal sehingga tujuan dari proses pembelajaran akan tercapai.

Pada penelitian ini peneliti merasa banyak waktu yang terbuang selama proses kegiatan belajar mengajar berlangsung. Dari 120 menit waktu pembelajaran pendidikan jasmani, waktu belajar siswa yang efektif digunakan untuk belajar atau beraktivitas tidak lebih dari 10 menit. Selebihnya waktu yang ada tidak digunakan untuk belajar dan beraktivitas melainkan digunakan untuk kegiatan yang tidak ada kaitannya langsung dengan pembelajaran siswa: seperti berganti baju, pengelolaan kelas, mempersiapkan sarana dan prasarana, dan menunggu giliran.

Waktu belajar siswa yang tidak efektif adalah permasalahan utama dalam penelitian ini. Waktu belajar siswa merupakan waktu yang digunakan siswa untuk mempelajari materi pelajaran atau untuk mempraktikkan keterampilan tertentu. Dalam pembelajaran pendidikan jasmani jam yang tersedia adalah 3 x 40 menit untuk siswa SMP sesuai dengan kurikulum 2013. Namun pada kenyataannya di lapangan saat peneliti menjalankan proses kegiatan belajar mengajar, jam yang tersedia ini masih belum menjadi waktu belajar siswa yang efektif. Bagi peneliti waktu belajar siswa ini masih sulit untuk dikelola. Hingga saat ini peneliti masih belum menemukan metode pembelajaran yang tepat untuk memecahkan permasalahan ini. Dengan terbatasnya kemampuan mengelola waktu belajar siswa ini maka peneliti menjumpai banyak waktu yang terbuang dan akhirnya banyak siswa yang tidak dapat belajar secara efektif.

Sebagai calon guru, peneliti merasa perlu untuk meningkatkan kemampuannya dalam mengelola waktu belajar siswa (*learning time*). Hal ini sangat diperlukan agar dalam proses kegiatan belajar mengajar tidak lagi banyak waktu yang terbuang dan siswa menjadi aktif belajar atau mempraktikkan keterampilan baru selama proses pembelajaran pendidikan jasmani berlangsung. Selain itu hal ini juga akan

meningkatkan kapasitas peneliti sebagai calon guru di kemudian hari karena jika seorang guru tidak dapat mengelola waktu belajar siswa dengan efektif tentunya kapasitas seorang guru akan dipertanyakan dan diragukan kemampuannya sebagai guru yang profesional.

Untuk memperoleh solusi dalam permasalahan pengelolaan waktu belajar siswa ini peneliti akan melakukan penelitian dengan metode penelitian tindakan kelas (*classroom action research*). Peneliti menggunakan penelitian tindakan kelas karena dirasa permasalahan ini paling sesuai dipecahkan dan diteliti menggunakan metode ini. Penelitian tindakan kelas digunakan untuk meneliti permasalahan di dalam kelas dan dalam proses penelitiannya terdapat suatu upaya untuk mencermati kegiatan belajar sekelompok peserta didik dengan memberikan sebuah tindakan yang sengaja dimunculkan. Tindakan tersebut dilakukan oleh guru, bersama-sama dengan peserta didik, atau oleh peserta didik di bawah bimbingan dan arahan guru, dengan maksud untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas pembelajaran.

Oleh karena itu, melalui penelitian yang berjudul “Upaya Meningkatkan Kemampuan Guru Mengelola Waktu Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Penjas di SMPN 1 Piyungan” peneliti tertarik untuk meneliti dan mengetahui sejauh mana kemampuan peneliti sebagai calon guru dalam mengefektifkan waktu belajar siswa (*learning time*) dalam pelajaran pendidikan jasmani. Agar tidak ada keraguan mengenai kapasitas peneliti sebagai seorang calon guru nantinya dan waktu pembelajaran pendidikan jasmani berjalan efektif.

Tujuan dalam penelitian ini adalah:

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk meningkatkan kemampuan peneliti sebagai calon guru mengefektifkan waktu belajar siswa (*learning time*) dalam pelajaran pendidikan jasmani.

## **METODE PENELITIAN**

### **Jenis Penelitian**

Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) atau *Classroom Action Research*.

### **Waktu dan Tempat Penelitian**

Penelitian dilaksanakan pada bulan Maret sampai dengan April. Lokasi penelitian ini berada

di SMPN 1 Piyungan. Pertimbangan sekolah ini menjadi tempat penelitian karena sebelumnya peneliti melaksanakan kegiatan PPL di sekolah ini, dan peneliti juga mengetahui adanya permasalahan mengenai waktu belajar siswa juga di sekolah ini.

### Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini siswa kelas VIII C di SMPN 1 Piyungan.

### Prosedur

Penelitian yang akan dilakukan adalah Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action Research*). Menurut Arikunto (2008 : 16) penelitian tindakan kelas mempunyai empat tahapan yaitu perencanaan, pelaksanaan, pengamatan dan refleksi. Perencanaan terdiri dari perencanaan umum dan perencanaan tindakan atau *Action Plan*, Perencanaan umum meliputi penentuan tempat Refleksi Siklus I Pengamatan Pelaksanaan Perencanaan Refleksi Siklus II Pengamatan Pelaksanaan Perencanaan penelitian, kolaborasi, metode dan strategi mengajar, instrumen monitoring dan lain-lain. Rencana tindakan (*Action Plan*) adalah prosedur, strategi yang dilakukan oleh guru (peneliti) dalam rangka melakukan tindakan atau perlakuan terhadap siswa. Pelaksanaan adalah implementasi tindakan ke dalam konteks proses belajar mengajar yang sebenarnya. Pelaksanaan tindakan bisa dilakukan oleh peneliti ataupun kolabolator. Setiap kali tindakan minimal ada dua peneliti, yaitu yang melakukan pembelajaran dan kolabolator yang memantau terjadinya perubahan akibat suatu tindakan, kalau mungkin juga ada *critical friend* yang tidak berkepentingan dengan proyek penelitian yang dilaksanakan.

Observasi atau pengamatan berfungsi sebagai proses pendokumentasian dampak dari tindakan dan menyediakan informasi untuk tahap refleksi. Pengamatan dilakukan secara cermat dan harus dirancang sebelumnya dengan baik. Pengamatan dilakukan oleh peneliti sendiri ataupun kolabolator. Dampak tindakan terhadap siswa adalah siswa menjadi fokus terhadap penelitian. Refleksi adalah upaya evaluasi diri secara kritis dilakukan oleh tim peneliti, kolabolator dan orang-orang yang terlibat dalam penelitian. Refleksi dilakukan pada akhir siklus dan berdasarkan refleksi ini dilakukan revisi pada rencana tindakan dan dibuat kembali rencana tindakan yang baru untuk diimplementasikan pada siklus berikutnya.

Keempat tahapan dalam penelitian membentuk sebuah siklus. Setiap siklus dimulai dari perencanaan sampai dengan refleksi. Banyaknya siklus tergantung pada masih atau tidaknya tindakan diperlukan. Tindakan dianggap selesai bila mana permasalahan dalam upaya meningkatkan kemampuan belajar siswa sudah dipecahkan.

### Teknik Analisis Data

Data yang diperoleh akan dianalisis menggunakan teknik analisis dokumen. Pengertian dokumen disini adalah mengacu pada material (bahan) fotografi, video, film, memo, surat, diari, rekaman kasus klinis, dan sejenisnya yang dapat digunakan sebagai informasi suplemen serta bagian dari kajian kasus yang sumber data utamanya adalah observasi atau wawancara Ahmadi (2014). Dapat ditambahkan pula, usulan, kode etik, buku tahunan, selebaran berita, surat pembaca (di surat majalah), dan karangan di surat Ahmadi (2014). Ada beberapa jenis dokumen yang dapat dipertimbangkan, salah satunya adalah dokumen pribadi.

Dokumen pribadi dihasilkan oleh perorangan untuk tujuan pribadi dan penggunaan terbatas, seperti surat, diari, otobiografi, album foto keluarga, dan rekaman visual lainnya. Dokumen pribadi digunakan secara luas artinya setiap cerita orang pertama yang dihasilkan oleh seorang individu cerita itu menyajikan tindakan, pengalaman, dan kepercayaan. Tujuan pengumpulan bahan dokumen pribadi untuk memperoleh bukti rinci mengenai bagaimana situasi sosial tampak oleh para pelaku di dalam situasi itu dan apa makna berbagai faktor di sana bagi para pesertanya Ahmadi (2014). Dokumen yang ditulis sendiri oleh subjek biasanya dikemukakan daripada diminta oleh peneliti. Kadang-kadang memang ada peneliti yang meminta orang-orang untuk menulis baginya atau yang meminta membantunya menghasilkan bahan seperti itu.

Tentang buku harian Ahmadi (2014) mengatakan bahwa buku yang spontan dan yang sangat pribadi merupakan dokumen pribadi yang rata bagus mutunya. Dalam hal ini, bahan yang dihasilkan seseorang memelihara perian secara teratur dan terus-menerus dengan komentar mengenai kejadian-kejadian dalam hidupnya. Biasanya untuk melakukan jarang dilakukan oleh orang dewasa yang telah begitu sibuk dengan kegiatan kesehariannya, tetapi hal itu umumnya lebih sering dilakukan oleh siswa dan mahasiswa

angkatan muda karena seusia mereka senang-senangnya melukiskan apa yang mereka pikirkan, angankan, atau perasaan-perasaan senang dan bahagia.

Data yang di peroleh adalah dalam penelitian adalah data rekaman video dan catatan harian peneliti. Data dalam video akan dianalisis dengan lembar analisis waktu belajar untuk mencari segmen kelolaan, aktifitas, pengajaran, dan menunggu. Selain itu data dalam penelitian ini berupa data-data dalam bentuk refleksi-refleksi yang ada di catatan harian peneliti.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

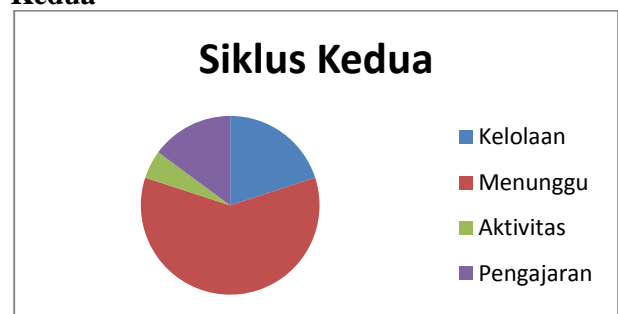
Setelah melalui beberapa siklus dan berdasarkan refleksi dari hasil analisis data yang terkumpul maka hasil penelitian tindakan kelas menunjukan bahwa pada akhir siklus ada peningkatan mutu pembelajaran. Peningkatan mutu pembelajaran yang dimaksud adalah peningkatan kemampuan guru dalam mengelola waktu belajar siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Hal tersebut dapat dilihat pada data hasil analisis video waktu belajar siswa yang menunjukan presentase pada setiap segmen yang terdapat dalam lembar analisis waktu belajar siswa dan pada akhir siklus ini guru mempertimbangkan waktu instruksional, setidaknya seorang guru harus mempertimbangkan kategori waktu instruksional di bawah ini:

- 1) *Total time*. Adalah jumlah waktu seharusnya yang dihabiskan siswa di sekolah. Di kebanyakan negara, waktu ini biasanya berjumlah 180 hari per tahun dengan enam hingga tujuh jam per hari.
- 2) *Attended time*. Adalah jumlah waktu siswa benar-benar hadir ke sekolahnya. Sakit, izin, dan alasan ketidakhadiran lainnya mengurangi waktu total time hingga attended time diperoleh.
- 3) *Available time*. Sebagian waktu di sekolah digunakan untuk makan siang, istirahat, dan kegiatan ekstra kurikuler yang tidak memiliki tujuan akademis.
- 4) *Planned academic time*. Ketika guru membuat buku perencanaan pembelajaran, mereka mengatur jumlah waktu tertentu untuk aktifitas dan subyek-subyek yang berbeda, inilah apa yang disebut planned academic time.
- 5) *Actual academic time*. Adalah waktu yang sebenarnya dihabiskan guru unuk aktifitas dan tugas-tugas akademis.

- 6) *Engaged time or time on task*. Merupakan jumlah waktu sebenarnya yang dihabiskan siswa untuk sebuah aktifitas belajar dan mengerjakan tugas.

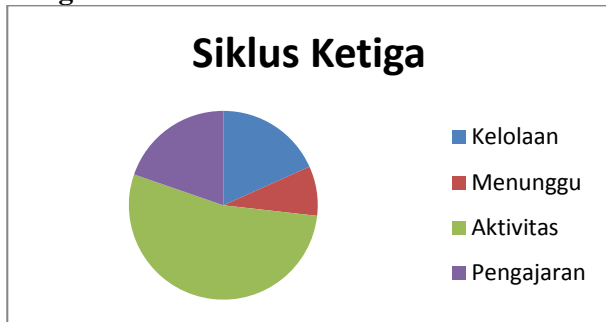
Siklus yang dilalui dalam penelitian ini berjumlah tiga siklus. Siklus pertama dalam penelitian ini digunakan oleh peneliti untuk mengkaji permasalahan yang ada dan mencari solusinya, untuk kemudian solusi tersebut diterapkan pada siklus kedua dan dilihat apakah solusi tersebut bisa menjadi solusi dari permasalahan yang ada. Pada siklus kedua peneliti yang juga bertindak sebagai guru mencoba untuk menerapkan apa yang sudah dikaji dan dipelajarinya pada siklus pertama, untuk merealisasikan itu peneliti melakukan tindakan berupa praktik mengajar dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani disekolah, praktik mengajar ini berfokus dalam upaya peningkatan kemampuan pengelolaan waktu belajar siswa. Selain melakukan praktik mengajar pada siklus ini peneliti juga melakukan pengamatan terhadap proses pembelajaran yang dilakukannya dengan menggunakan alat bantu pengamatan berupa kamera. Ternyata setelah dilakukan praktik mengajar dengan menerapkan apa yang dipelajarinya dan dilakukan analisis data dari data yang diambil melalui kamera, hasilnya masih belum berjalan dengan apa yang diinginkan, karena tujuan dari pengelolaan waktu belajar siswa belum tercapai. Ini dapat dilihat dari segmen-segmen hasil analisis waktu belajar siswa yaitu a) Menunggu: 60%, b) Kelolaan: 20%, c) Pengajaran : 14,9%, d) Aktivitas: 5,1%. Dari hasil tersebut sangat terlihat bahwa segmen menunggu dan kelolaan masih sangat dominan, tentu hal ini tidak sesuai dengan apa yang diinginkan yaitu mengoptimalkan waktu belajar siswa dalam pembelejaran pendidikan jasmani.

**Gambar 2. Diagram Hasil Analisis Data Siklus Kedua**



Pada siklus ketiga sebelum melakukan tindakan peneliti (guru) terlebih dahulu menyiapkan strategi dan desain pembelajaran yang akan digunakan pada tindakan di siklus ini. Hal ini dilakukan setelah peneliti (guru) melakukan refleksi dari hasil yang di dapat pada siklus kedua. Selanjutnya setelah menyiapkan semuanya termasuk desain dan strategi pembelajaran peneliti melakukan tindakan pada siklus ini dalam proses pembelajaran modifikasi permainan softball. Dan hasil analisis data yang didapat dalam siklus ini cukup memuaskan, ini dapat dibuktikan dari hasil analisis waktu belajar siswa sebagai berikut a) Menunggu: 8,5%, b) Kelolaan: 18,3%, c) Pengajaran : 19,7%, d) Aktivitas: 53,5%. Dari hasil tersebut terlihat segmen menunggu dan kelolaan sudah tidak lagi dominan seperti pada siklus kedua, itu artinya pada siklus ini upaya peningkatan kemampuan guru mengelola waktu belajar siswa sudah dinyatakan berhasil.

**Gambar 3. Diagram Hasil Analisis Data Siklus Ketiga**



## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Berdasarkan penelitian dan hasil analisis yang telah dilakukan diperoleh kesimpulan bahwa sebelum dilakukan upaya peningkatan kemampuan guru dalam mengelola dan meningkatkan waktu belajar siswa kesempatan siswa dalam belajar dan beraktivitas dalam kurun waktu 3 X 40 Menit masih sangat kurang. Namun, setelah guru mencoba memahami dan melakukan upaya pengelolaan waktu belajar siswa, kesempatan siswa dalam belajar dan beraktivitas selama pembelajaran berlangsung menjadi lebih baik. Dengan demikian proses peningkatan kemampuan guru mengelola waktu belajar siswa dapat meningkatkan kesempatan siswa dalam belajar dan beraktivitas selama pembelajaran pendidikan jasmani.

### Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, ada beberapa saran yang dapat disampaikan yaitu:

1. Bagi siswa, agar lebih bersemangat dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani dan memanfaatkan waktu yang diberikan oleh guru sepanjang pembelajaran sebaik mungkin.
2. Bagi guru pendidikan jasmani, mampu mengelola waktu belajar siswa dengan baik ketika proses pembelajaran berlangsung dan kreatif dalam membuat pembelajaran yang menarik baik menggunakan media ataupun tidak sehingga tujuan dari pembelajaran dapat tercapai.
3. Bagi sekolah, agar menyediakan atau memperbarui sarana dan prasarana pendidikan jasmani sehingga semua siswa dapat menggunakannya, dan guru dapat menggunakan desain pembelajaran yang bervariasi dengan adanya sarana prasarana yang lengkap. Sehingga waktu belajar siswa yang efektif dapat terpenuhi.

## DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, A dkk. (2016). *Penelitian Tindakan Kelas*. Bumi Aksara.

Depdikbud. (2005). *Undang-Undang RI Nomor 14, Tahun 2005, tentang Guru dan Dosen*.

Kristi, K. (2012). *Belajar Gerak*.

<https://kurwindakristi.wordpress.com/2012/03/04/belajar-gerak/>.

Diakses pada 5 Februari 2017 pukul 20.13 WIB.

Kurnianingtyas, D. (2016). *Pengaruh Pemanfaatan Waktu Belajar Siswa Di Luar Jam Pelajaran Dan Perhatian Orangtua Terhadap Prestasi Belajar Akuntansi Siswa Kelas XI IPS SMA N 2 Sleman Tahun Ajaran 2015/2016*.

[http://eprints.uny.ac.id/33423/1/SKRIPSI\\_DINA%20KURNIANINGTYAS\\_12803244\\_059.pdf](http://eprints.uny.ac.id/33423/1/SKRIPSI_DINA%20KURNIANINGTYAS_12803244_059.pdf). Diakses pada 4 Februari 2017

pukul 05.58 WIB.

Ma'mun, A. Saputra, Y.M. (2000). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*.

DEPARTEMEN PENDIDIKAN NASIONAL.

Mulyasa. (2009). *Praktik Penelitian Tindakan Kelas*. PT REMAJA ROSDAKARYA.

Rosiadini, D. (2013). *Model Pembelajaran Langsung Dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Alfabeta.

Rosiadini, D. (2014). *Perencanaan Pembelajaran Dalam Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*. Alfabeta.

Rulam, A. (2014). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Ar-ruzz Media. Yogyakarta.

Saputra, R.B. (2013). *Hubungan Pemanfaatan Waktu Belajar Dengan Hasil Belajar*.

<http://phiseducation09.blogspot.co.id/2013/01/hubungan-pemanfaatan-waktu-belajar.html>.

Diakses pada 18 Januari 2017 pukul 11.29 WIB.

Tatang M. A, dkk. (2013). *Manajemen Pendidikan*. UNY Press

Werian, A. (2014). *Keberhasilan Siswa Terkait Efektifitas Waktu Pembelajaran*.

<http://artikawerian.blogspot.co.id/2014/10/keberhasilan-siswa-terkait-efektifitas.html>.

Diakses pada 18 Januari 2017 pukul 11.17 WIB.

## PERSETUJUAN

Jurnal yang berjudul "Upaya Meningkatkan Kemampuan Guru Mengelola Waktu Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani di SMP N 1 Piyungan" yang disusun oleh Muhammad Wahyu Arga NIM.13601241072 ini telah disetujui oleh pembimbing dan *reviewer*.

Pembimbing



Cahy Setiawan, Ph.D

NIP. 19750414 2001121 001

Yogyakarta, 12 September 2017

*Reviewer*



Dr. M. Harid Anwar

NIP. 19780102 200501 1 001