

PENGGUNAAN METODE PEMBELAJARAN OLEH GURU PENDIDIKAN JASMANI OLARAHGA DAN KESEHATAN DI SMP NEGERI 2 NGRONGGOT KABUPATEN NGANJUK

THE USE OF LEARNING METHODS BY A PHYSICAL EDUCATION OF HEALTH AND RECREATION TEACHER IN JUNIOR HIGH SCHOOL 2 NGRONGGOT, NGANJUK REGENCY

Oleh : Yusfi Ashar Hanafi
Email : Yusfi.asharhanafi@gmail.com

Abstrak

Kurang memperhatikannya guru dalam memilih metode pembelajaran, dan kurangnya variasi dalam penggunaan metode pembelajaran menyebabkan terganggunya proses pembelajaran, tidak kondusifnya pembelajaran dan proses pembelajaran tidak berjalan dengan semestinya. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui penggunaan metode pembelajaran oleh guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMP Negeri 2 Ngronggot Kabupaten Nganjuk.

Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif. Jenis pendekatan fenomena naturalistik. Subjek penelitian ini adalah guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMP Negeri 2 Ngronggot. Objek penelitian ini adalah penggunaan metode pembelajaran oleh guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Sedangkan teknik pengumpulan datanya menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Uji keabsahan data dilakukan dengan teknik triangulasi. Teknik analisis data menggunakan teknik analisis deskripsi mencakup reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian ini menunjukkan penggunaan metode pembelajaran oleh guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMP Negeri 2 Ngronggot masih kurang bervariasi, hanya berfokus pada satu metode pembelajaran

Kata kunci guru PJOK, metode pembelajaran

Abstract

The research study aimed to know the use of learning methods used by a Physical Education of Health and Recreation in Junior High School 2 Ngronggot, Nganjuk Regency. The teacher tended to give less attention in choosing learning methods and tended to use less variative learning methods. They caused the learning process disturbed, made uncondusive learning process, and made the learning process not going well.

This research study was a qualitative study. The approach used was naturalistic phenomenon. The subject of the study was a Physical Education of Health and Recreation in Junior High School 2 Nganjuk, Ngronggot Regency. The object of the study was the use of learning methods by a Physical Education of Health and Recreation. The data collecting techniques were observation, interview, and documentation. This study used triangulation for data validation. The data analysis techniques used was description analysis techniques, i.e., data reduction, data presentation, and conclusion drawing.

The results of this study showed that the use of learning methods by a Phisycal Education of Health and Recreation in Junior High School 2 Ngronggot still lacked variation and only focused on a learning method.

Keyword : *physical education of health and recreation, learning methods*

PENDAHULUAN

Pendidikan adalah suatu proses perubahan sikap, tingkah laku, dan cara berpikir seseorang atau kelompok yang sebelumnya tidak mengetahui tentang suatu hal setelah mendapatkan pendidikan menjadi mengetahui tentang banyak hal dalam upaya mendewasakan manusia melalui pengajaran ataupun pelatihan, pendidikan ini merupakan gejala semesta dan berlangsung sepanjang hayat manusia, dimanapun manusia berada, dimana ada sebuah kehidupan manusia disitu pasti ada pendidikan.

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (pjok) merupakan salah satu mata pelajaran wajib di sekolah, walaupun pjok tidak masuk dalam mata pelajaran yang di Uji Secara Nasional (UN) namun pjok merupakan bagian integral dari proses pendidikan secara total serta dalam mencapai tujuan untuk mengembangkan kebugaran fisik. Menurut Harsuki (2003: 47), pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan keseluruhan yang bertujuan meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, intelektual, dan emosional melalui aktivitas jasmani.

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah suatu proses pendidikan melalui penyediaan pengalaman belajar kepada siswa berupa aktivitas jasmani, bermain, dan berolahraga. Tujuan dari pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan diantaranya adalah untuk meningkatkan kesegaran jasmani dan kesehatan, serta daya tahan tubuh terhadap penyakit. Jika mempunyai kesegaran dan daya tahan tubuh yang baik, diharapkan siswa dapat mencapai prestasi belajar yang optimal.

Pembelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Olahraga (pjok) dapat berjalan sukses dan lancar sangat ditentukan oleh beberapa unsur antara lain: guru, siswa, kurikulum, sarana dan prasarana, tujuan, metode, lingkungan yang mendukung, dan penilaian. Guru dan metode merupakan suatu unsur penting dalam keberhasilan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, sedangkan unsur utama untuk keberhasilan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah guru itu sendiri.

Oleh karena itu, guru pjok harus mampu membawa siswa ke dalam situasi belajar yang menyenangkan dalam pembelajaran (Suryobroto A. S, 2004: 1).

Semua unsur yang mendukung keberhasilan di dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan saling terkait satu dengan yang lainnya. Metode pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan satu diantara unsur penunjang keberhasilan proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang tak jarang pula masih menimbulkan masalah di beberapa sekolah di Indonesia.

Menurut Suyono (2011: p. 19), metode pembelajaran adalah seluruh perencanaan dan prosedur maupun langkah-langkah kegiatan pembelajaran termasuk pilihan cara penilaian yang akan dilaksanakan. Jadi perlu dikembangkan model-model pembelajaran yang efektif dan efisien dalam hal ini perlu adanya faktor-faktor pendukung yang meliputi fasilitas, alat, program dan lingkungan. Pembelajaran pendidikan jasmani yang terjadi guru masih menggunakan metode pembelajaran konvensional, kemampuan guru dalam memilih dan menetapkan metode juga akan mempengaruhi proses pembelajarannya.

Dalam proses pembelajaran seorang guru dapat menggunakan bermacam-macam metode pembelajaran yang dapat disesuaikan dengan situasi dan kondisi yang sedang dihadapinya. Ismail (2008) menjelaskan sebagai berikut suatu metode bisa dikatakan efektif jika prestasi belajar yang diinginkan dapat dicapai dengan penggunaan metode yang tepat guna. Maksudnya dengan memakai metode tertentu tetapi dapat menghasilkan prestasi belajar yang lebih baik. Prestasi belajar dapat dicapai dengan menggunakan metode pembelajaran yang tepat guna dan suasana belajar yang baik, tidak terbatas akan situasi juga kondisi.

Hasil awal observasi peneliti di SMP Negeri 2 Ngronggot Kabupaten Nganjuk, diperoleh informasi bahwa guru pjok cenderung kurang memperhatikan dalam pemilihan metode pembelajaran yang sesuai dengan situasi dan kondisi sehingga siswa sulit untuk menerima materi dan mengaplikasikan

apa yang diberikan oleh guru, tak jarang siswa juga cenderung gaduh dan susah diatur. Hal seperti ini membuat proses kegiatan belajar mengajar tidak efektif sehingga siswa tidak mendapat materi pjok yang mendetail.

Berdasarkan dari kenyataan tersebut maka, guru pjok hendaknya tidak hanya diam berpangku tangan dan pasrah akan keadaan. Guru harus berusaha mencari jalan keluar bagi permasalahan yang ada. Seorang guru pjok dituntut kreatif dalam penggunaan metode pembelajaran dengan menambahkan sedikit dengan ide-ide baru sehingga pembelajaran pjok dapat berjalan dengan lancar, menyenangkan dan mencapai tujuan yang dicapai.

Dengan adanya permasalahan yang ada tersebut penulis melakukan penelitian yang berjudul "Penggunaan Metode Pembelajaran Oleh Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMP Negeri 2 Ngronggot Kabupaten Nganjuk" di dalam observasi bagaimana guru menggunakan atau menerapkan metode pembelajaran di SMP Negeri 2 Ngronggot, sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di SMP Negeri 2 Ngronggot Kabupaten Nganjuk

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif dengan pendekatan fenomena naturalistik. Penelitian ini didasarkan atas pertimbangan bahwa data yang hendak dicari dalam penggunaan metode pembelajaran adalah data yang menggambarkan proses pembelajaran. Penelitian ini juga bertujuan untuk memperoleh pemahaman dan penafsiran secara mendalam dan natural tentang makna yang ada di lapangan diamati dalam konteks naturalnya (Moleong, 2004:5).

Sehingga data yang akan diperoleh harus diamati secara langsung di lapangan. Untuk itu dalam proses penelitian, peneliti harus mengumpulkan data dalam situasi sesungguhnya, peneliti turun ke lapangan aktif mendengar, mengamati, bertanya, mencatat, terlibat, menghayati, berpikir, menarik interpretasi yang diperoleh

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 2 Ngronggot Kabupaten Nganjuk. Penelitian dilakukan pada bulan Maret sampai dengan Mei 2017

Objek dan Subjek Penelitian

Objek penelitian ini adalah penggunaan metode pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMP Negeri 2 Ngronggot kabupaten Nganjuk dan Subjek penelitian ini adalah guru SMP Negeri 2 Ngronggot.

Definisin Operasional Variabel Penelitian

Menurut Arikunto S, (2010:169), yang dimaksud variabel penelitian adalah gejala yang bervariasi, yang menjadi objek penelitian. Variabel penelitian ini adalah penggunaan metode pembelajaran oleh guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang mencakup 3 faktor: pelaksanaan pembelajaran (pendahuluan, inti, penutup), rencana pembelajaran, metode pembelajaran.

Teknik Pengumpulan Data

Penelitian penggunaan metode pembelajaran oleh guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Teknik pengumpulan data terdiri atas tiga cara yaitu:

1. Observasi

Observasi adalah aktivitas yang dilakukan peneliti untuk memperoleh informasi dari hasil menyaksikan atau melihat berkaitan dengan topik penelitian (Hamidi, 2005: 74). Kisi-kisi observasi yang akan dilakukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

2. Wawancara

Menurut Burhan B (2001:108), wawancara adalah proses percakapan dengan maksud untuk mengkontruksi mengenai orang, kejadian, kegiatan, organisasi, motivasi, perasaan dan sebagainya yang dilakukan dua pihak yaitu pewawancara yang mengajukan pertanyaan dengan yang diwawancarai. Teknik wawancara yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara tak terstruktur yang dilaksanakan dengan petunjuk umum wawancara (pedoman wawancara) yang hanya memuat garis besar yang akan ditanyakan. Teknik wawancara tak terstruktur adalah

pedoman wawancara yang hanya memuat garis besar yang akan ditanyakan (Arikunto S, 2006: 227). Tujuan diadakan wawancara ialah untuk mengecek ulang atas dokumentasi yang ada. Berikut ini kisi-kisi wawancara yang akan digunakan.

3. Dokumentasi

Teknik dokumentasi adalah mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, prasasti, notulen rapat, agenda, dan sebagainya, (Arikunto S, 2006: 231) data ini diigunakan untuk memperoleh data tentang penggunaan metode pembelajaran pendidikan jasmani di SMP N 2 Ngronggot Kabupaten Nganjuk.

Teknik Analisis Data

Penelitian ini menggunakan analisis data berdasarkan model analisis interaktif yang dikembangkan oleh Miles dan Huberman (Sugiyono, 2008: 246). Analisis data pada model ini terdiri dari empat komponen yang saling berinteraksi, yaitu: pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan pemeriksaan kesimpulan data dan verifikasi.

Teknik Keabsahan Data

Untuk mendapatkan data yang dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah, maka dari data-data yang ada terlebih dahulu dilakukan teknik pemeriksaaan keabsahan data menurut Moleong (2004: 224), yaitu kredibilitas, keteralihan (*transferability*), kebergantungan (*dependability*), dan kepastian (*confirmability*).

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

1. Pelaksanaan Pembelajaran

Berdasarkan hasil observasi menunjukkan bahwa dalam proses pembelajaran guru pjok cenderung menggunakan metode demonstrasi saja, dibandingkan dengan menggunakan metode yang lain. Berdasarkan hasil wawancara dengan Bapak SK menunjukkan bahwa metode yang digunakan Bapak SK dalam mengajar pjok adalah metode demonstrasi, hal tersebut sama dengan hasil observasi terkait penggunaan

metode pembelajaran dalam proses pembelajaran bahwa guru pjok di SMP Negeri 2 Ngronggot menggunakan metode demonstrasi.

2. Perencanaan Pembelajaran

Berdasarkan Hasil wawancara menunjukkan bahwa guru menggunakan metode pembelajaran yang sesuai dengan apa yang tercantum dalam rencana pelaksanaan pembelajaran, kemudian berdasarkan hasil dokumentasi yang berupa Rencana Pelaksanaan Pembelajaran yang dimiliki guru bahwa metode pembelajaran yang tercantum dalam rencana pelaksanaan pembelajaran dengan materi bola voli, lompat jauh, bola basket, dan sepakbola ialah menggunakan metode Resiprokal dan Penugasan. Namun dalam hasil observasi yang peneliti lakukan di bulan April pada tanggal 11, 13, 15, 17, 19, dan 20, guru lebih banyak menggunakan metode demonstrasi dibandingkan dengan menggunakan metode yang tertulis dalam RPP ataupun menggunakan metode yang lain. Berdasarkan hasil dokumentasi yang berupa rencana pelaksanaan pembelajaran, guru menggunakan RPP kurikulum 2013 namun di sekolah masih diterapkan kurikulum KTSP, hal ini terjadi karena pada tahun depan sekolah akan menggunakan kurikulum 2013, sehingga guru sejak awal sudah mempersiapkan dan berlatih untuk menggunakan kurikulum 2013.

3. Metode Pembelajaran.

Pada saat proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan guru lebih banyak menggunakan metode pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dalam setiap kali mengajar bahkan dalam materi ajar yang berbeda-beda. Seperti hasil oberservasi yang sudah dilakukan peneliti dalam materi sepakbola, bola voli, lompat jauh, dan bola basket. Guru lebih condong menggunakan metode demonstrasi saja dibandingkan dengan menggunakan metode yang lain.

Idealanya dalam penggunaan metode pembelajaran pendidikan jasmani tidak terpaku dalam metode demonstrasi saja, memang tidak ada metode yang baik, namun apabila dapat di-kombinasikan dengan baik juga sesuai dengan materi dan situasi dan kondisi akan dapat hasil yang baik juga.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penggunaan metode pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMP Negeri 2 Ngronggot Kabupaten Nganjuk. Guru merupakan faktor utama dalam proses pembelajaran. Meskipun didukung dengan fasilitas pendidikan yang lengkap dan canggih, namun bila tidak ditunjang oleh keberadaan guru yang berkualitas, tidak mungkin akan menimbulkan proses belajar dan pembelajaran yang maksimal

(Utami B, 2011:1). Guru yang berkualitas adalah yang mampu memenuhi standar kompetensi guru. Setidaknya guru harus mampu menguasai salah satu kompetensi yang ada. Kompetensi pedagogik, kompetensi pedagogik adalah kemampuan dalam mengelola pembelajaran selain itu kompetensi pedagogik juga ditunjukkan dalam membimbing dan memimpin peserta didik, kompetensi profesional dimana dalam kompetensi ini guru dituntut untuk memahami dan menguasai materi secara luas dan mendalam yang memungkinkan dapat membimbing dan mengarahkan peserta didik.

Terciptanya pembelajaran yang maksimal juga harus ditunjang dengan penggunaan metode pembelajaran yang efisien, metode yang cocok terhadap materi yang akan diajarkan akan berdampak juga terhadap tercapainya tujuan pembelajaran yang optimal, senada dengan Sugiharto dkk (2012:81) bahwa metode mengajar merupakan suatu cara yang digunakan dalam proses pembelajaran sehingga dapat diperoleh dengan hasil yang maksimal, kemampuan guru dalam mengelola pembelajaran

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa, guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMP Negeri 2 Ngronggot dalam penggunaan metode pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan masih cenderung menggunakan metode yang sama dalam setiap kali mengajar metode yang digunakan ialah metode demonstrasi dibandingkan dengan menggunakan metode pembelajaran yang lain. Seperti halnya pada saat mengajar yang dimulai dari melakukan pemanasan statis maupun dinamis guru memberikan contoh gerakan dan kemudian

peserta didik mengikuti gerakan yang diperagakan guru.

Pada saat pembelajaran memasuki ke inti juga hampir sama halnya, pertama guru menyampaikan materi yang akan diajarkan kemudian menjelaskan materi yang diajarkan kemudian guru memberikan contoh gerakan dari materi yang sudah dijelaskan, kemudian peserta didik mengikuti gerakan apa yang sudah dicontohkan oleh guru tak jarang guru memberikan evaluasi mengenai apabila peserta didik kurang tepat dalam melakukan gerakan. dan pada saat pendinginan atau pembelajaran akan berakhir guru terkadang memberikan bentuk pendinginan dengan melakukan gerakan dan kemudian peserta didik melakukan gerakan yang dilakukan guru, dalam kegiatan penutup guru jarang sekali melakukan evaluasi terkait pembelajaran yang ada guru hanya mengakhiri pembelajaran dengan menyudahi dengan instruksi dan pesertadidik bubar dengan sendirinya.

Dalam hal ini tidak semua materi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan cocok menggunakan satu metode saja, memang tidak ada metode pembelajaran yang dapat di katakan sempurna tetapi dengan metode yang bervariasi dan dapat di sesuaikan dengan situasi dan kondisi, karakteristik peserta didik juga mempengaruhi dalam memilih metode yang tepat, hal seperti ini dapat berdampak kepada ketertarikan siswa terhadap pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan semakin berkurang karena membuat siswa menjadi tidak antusias dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani yang dirasa membosankan, selain itu dapat membuat minat peserta didik berkurang.

Penentuan metode pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan perlu diperhatikan betul oleh guru pendidikan jasmani, karena metode pembelajaran adalah cara guru untuk membimbing peserta didik untuk mencapai tujuan yang ingin dicapai, selain itu penggunaan metode yang tepat pada saat pembelajaran juga sangat membantu guru untuk menyampaikan materi dengan baik dan dapat diterima peserta didik dengan baik pula dan menciptakan suasana belajar menyenangkan, penggunaan metode yang bervariasi juga dapat menjadi alternatif pilihan apabila metode yang digunakan dirasa tidak

berjalan dengan lancar dapat menggunakan metode yang lain yang sesuai dengan situasi dan kondisi di lapangan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan bahwa penggunaan metode pembelajaran oleh guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMP Negeri 2 Ngronggot Kabupaten Nganjuk masih kurang bervariasi. Hal ini terlihat dari penggunaan metode pembelajaran guru yang kurang bervariasi dan hanya terpaku satu metode saja yang digunakan dalam setiap kali mengajar, dan hanya menggunakan metode demonstrasi saja dalam materi pendidikan jasmani yang berbeda-beda

Saran

1. Untuk guru pjok, sebaiknya dalam memilih metode pembelajaran harus disesuaikan dengan materi dan karakteristik siswa yang diajarkan.
2. Untuk peneliti, selanjutnya apabila ingin meneliti tentang penggunaan metode pembelajaran diharapkan subjek diperluas sehingga dapat ditemukan hal baru dalam penggunaan metode pembelajaran.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2002). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan dan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta
- Burhan B. (2011). *Metodologi penelitian kualitatif*. Jakarta: PT raja Grafindo persada.
- Harsuki. (2003). *Perkembangan Olahraga Terkini Kajian Para Pakar*. Jakarta: PT raja Grafindo persada.
- Hamidi. (2005). *Metode penelitian kualitatif*, Malang: UMM Press

Moleong L. J. (2004). *Metodologi penelitian kualitatif*. Bandung: PT remaja Rosda

Ismail (2008). Pengertian Metode Pembelajaran dan Sejenisnya. Di akses di www.ainamulya.blogspot.co.id pada tanggal 8 November 2016, Jam 13.15.

Suryobroto, A. S. (2004). *Diklat Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani* Yogyakarta: FIK UNY

Sugiyono. (2008). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabet

Suyono. (2011). *Belajar dan pembelajaran teori dan konsep dasar*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Sugihartono, dkk. (2012). *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press.

Utami, B. (2011). Pembentukan Karakter Anak Melalui Aktivitas Bermain dalam Pendidikan Jasmani *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. (Nomer 1)