

Pembelajaran Penjas Berbasis Permainan Terhadap Minat dan Hasil Belajar Siswa di SDN Pantai Mekar 01 Muaragembong

Muhammad Surur¹

Universitas Singaperbangsa Karawang

surur.pjok@gmail.com

Fahrudin²

Universitas Singaperbangsa Karawang

fahrudin@fkip.unsika.ac.id

Abstrak

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan biasa disebut PJOK atau penjas adalah bagian integral dari kurikulum pendidikan yang bertujuan untuk mengembangkan potensi fisik dan kesehatan siswa. Namun, sering kali siswa menghadapi tantangan dalam mempertahankan minat dan motivasi dalam mata pelajaran ini. Salah satu pendekatan yang telah terbukti efektif dalam meningkatkan minat serta hasil belajar dalam penjas adalah melalui pembelajaran berbasis permainan. Artikel ini akan membahas pentingnya pembelajaran penjas berbasis permainan, metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode observasi yang dilakukan di SDN Pantai Mekar 01 Muaragembong Kab. Bekasi. Pembelajaran Penjas berbasis permainan dapat meningkatkan minat serta hasil belajar siswa dalam menguasai berbagai materi di dalam pembelajaran Penjas. Melalui permainan, siswa dapat mengalami pembelajaran yang menyenangkan, meningkatkan keterampilan motorik, dan mengembangkan keterampilan sosial.

Keywords : Penjas, Psikologi, Minat belajar

Pendahuluan

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (Penjas) memiliki peran penting dalam pengembangan siswa secara holistik (Rachman & Agustian, 2016). Namun, seringkali siswa mengalami kesulitan dalam mempelajari materi Penjas yang lebih teoritis, seperti aturan dan konsep-konsep yang terkait dengan olahraga. Salah satu pendekatan yang telah terbukti efektif dalam meningkatkan minat dan hasil belajar siswa dalam Penjas adalah pembelajaran berbasis permainan (Yantoro, 2020). Artikel ini akan membahas mengenai bagaimana pembelajaran Penjas berbasis permainan dapat meningkatkan minat serta hasil belajar siswa dalam Penjas.

Dalam dunia pendidikan, tantangan selalu muncul dalam upaya untuk menjaga minat siswa terhadap mata pelajaran penjas. Contohnya rasa bosan, kurang semangat dan

tidak berpartisipasi aktif membuat siswa enggan dalam melakukan gerak pada pembelajaran penjas sehingga mengakibatkan hasil belajar menjadi menurun (James Tangkudung, 2017). Berdasarkan penjelasan ini, seorang guru yang bertugas mengarahkan, memberikan bimbingan harus mempunyai solusi dari permasalahan ini. Penulis mengangkat pembelajaran penjas berbasis permainan terhadap peningkatan minat dan hasil belajar siswa.

Metode

Metode yang digunakan untuk mengetahui minat dan hasil belajar siswa adalah saat dilaksanakan pembelajaran penjas dan saat melakukan penilaian. Teknik yang digunakan adalah observasi langsung, yang terdiri dalam beberapa tahap :

1. Pemberian treatment

Guru penjas menggunakan Metode dan model dalam pembelajaran Penjas berbasis permainan adalah mengintegrasikan elemen-elemen permainan ke dalam proses pembelajaran. Guru dapat menggunakan berbagai macam permainan yang relevan dengan materi Penjas, seperti permainan tim, permainan berkelompok, atau permainan individu. Selain itu, dalam pembelajaran Penjas berbasis permainan, guru juga dapat menggabungkan teknologi dan alat bantu seperti video, gambar, atau aplikasi mobile untuk membuat suasana pembelajaran lebih menarik dan interaktif (Hafidz Gusdiyanto dan Andif Victoria, 2020). yaitu melakukan pembelajaran PJOK dengan metode Permainan kepada siswa sekolah dasar

2. Pengumpulan informasi

yaitu melakukan observasi langsung kepada guru dan siswa pada saat melakukan pembelajaran dan setelah dilakukan penilaian atau asesmen kepada siswa.

Penelitian dilakukan di SDN Pantai Mekar 01 Muaragembong Kab. Bekasi.

Hasil dan Pembahasan

Dalam melakukan penelitian ini, kami mengumpulkan data dari guru dan siswa secara observasi langsung mengenai persepsi mereka terkait dengan peran pembelajaran olahraga permainan dalam mempengaruhi minat dan hasil belajar mereka. Hasil survey menunjukkan bahwa mayoritas siswa merasakan dampak positif dari pembelajaran penjas permainan terhadap psikologi mereka. Pembelajaran Penjas berbasis permainan memiliki beberapa keuntungan yang dapat meningkatkan minat serta hasil belajar siswa

Penjas(Yane, 2013). Pertama, permainan memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan bagi siswa. Dalam suasana yang menyenangkan, siswa cenderung lebih antusias dan termotivasi untuk belajar. Mereka lebih terlibat secara aktif dalam proses pembelajaran dan lebih mudah memahami dan mengingat informasi yang diberikan.

Selain itu, pembelajaran Penjas berbasis permainan juga melibatkan aspek fisik yang dapat meningkatkan keterampilan motorik siswa(Surur & Gustiawati, 2023). Melalui permainan, siswa dapat mengembangkan keterampilan seperti keseimbangan, koordinasi, kekuatan, dan ketahanan fisik. Hal ini secara tidak langsung juga berkontribusi pada peningkatan hasil belajar mereka dalam memahami dan menguasai materi Penjas. Selanjutnya, pembelajaran Penjas berbasis permainan juga memungkinkan siswa untuk berinteraksi dan bekerja sama dalam tim. Dalam permainan berkelompok atau tim, siswa dapat belajar untuk bekerja sama, berkomunikasi, dan memecahkan masalah secara kolaboratif. Ini membangun keterampilan sosial mereka dan mempersiapkan mereka untuk bekerja dalam tim dalam kehidupan nyata.

Pembelajaran penjas berbasis permainan dapat membantu menumbuhkan minat belajar dan meningkatkan aspek psikologis siswa. Permainan dan olahraga sering melibatkan persaingan, kerja sama, dan tantangan, yang menarik minat siswa untuk belajar. Mereka juga dapat membangun keterampilan psikologis seperti ketahanan mental, motivasi, kepercayaan diri, dan pemecahan masalah.



Sumber. Dokumentasi pribadi pengabdian

Keberhasilan dan prestasi dalam pembelajaran penjas juga dapat dipengaruhi oleh minat belajar siswa. Ketika siswa merasakan kemajuan dan keberhasilan dalam kemampuan atau prestasi mereka, hal itu dapat mendorong minat mereka untuk belajar secara keseluruhan. Mereka menemukan bahwa kerja keras, disiplin, dan dedikasi sangat penting untuk mencapai tujuan. Permainan dan olahraga dapat membantu siswa mengurangi

kecemasan, stres, dan kesejahteraan mental secara psikologis. Dengan demikian, pembelajaran olahraga dan permainan memiliki peran penting dalam mempengaruhi psikologi dan semangat belajar siswa. Melalui interaksi sosial, pengembangan keterampilan psikologis, dan pencapaian prestasi, siswa dapat mengalami pertumbuhan pribadi yang positif dan semakin termotivasi untuk belajar dengan gairah yang tinggi (Nisa et al., 2018).

Daftar Pustaka

- Hafidz Gusdiyanto dan Andif Victoria, P. S. M. (2020). *Metodologi Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, Penelitian Tindakan Kelas dalam Pendidikan Olahraga*. 21–22.
- James Tangkudung, A. M. (2017). Mental Training Aspek-aspek Psikologi dalam olahraga. In *Jurnal Penelitian Pendidikan Guru Sekolah Dasar* (Vol. 6, Issue August).
- Nisa, K., Triwoelandari, R., & Kosim, A. M. (2018). Peningkatan Keaktifan Dan Hasil Belajar Penjas Siswa Kelas Vii asmpn 4 Kragilan Menggunakan Model Problem Based Learning. *Jurnal Mitra Pendidikan*, 2(10), 1063–1077.
- Rachman, A., & Agustian, M. (2016). Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Melalui Pengelolaan Kelas di SDN 23 Pagi Palmerah Jakart. *Jurnal Perkotaan*, 8(2), 75–93. <https://doi.org/10.25170/perkotaan.v8i2.277>
- Surur, M., & Gustiawati, R. (2023). Analisis penerapan biomekanika terhadap pencegahan cedera olahraga dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani. *Sriwijaya Journal of Sport*, 2(2), 95–104. <https://doi.org/10.55379/sjs.v2i2.722>
- Yane, S. (2013). PERKEMBANGAN KURIKULUM SMP/MTs MATA PELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI (ANALISIS KURIKULUM 1975-2006). *Jurnal Edukasi*, 11(2), 229–239. <https://journal.ikipgriptk.ac.id/index.php/edukasi/article/view/218>
- Yantoro, Y. (2020). Strategi Pengelolaan Kelas Yang Efektif Dalam Menumbuhkan Sikap Disiplin Siswa. *Jurnal Muara Pendidikan*, 5(1), 586–592. <https://doi.org/10.52060/mp.v5i1.265>