



## Pelatihan Penerapan Model Pendidikan Gerak Pada Guru Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan SMP Negeri 4 Polewali

Muhammad Sadzali<sup>1\*</sup>, Muflih Wahid Hamid<sup>2</sup>, M. Said Zainuddin<sup>4</sup>, Muhammad Ishak<sup>4</sup>, Hasyim<sup>5</sup>

<sup>1\*</sup>Universitas Negeri Makassar, Indonesia, email: [muhammad.sadzali@unm.ac.id](mailto:muhammad.sadzali@unm.ac.id)

<sup>2</sup>Universitas Negeri Makassar, Indonesia, email: [muflihwahidhamid@unm.ac.id](mailto:muflihwahidhamid@unm.ac.id)

<sup>3</sup>Universitas Negeri Makassar, Indonesia, email: [said.zainuddin@unm.ac.id](mailto:said.zainuddin@unm.ac.id)

<sup>4</sup>Universitas Negeri Makassar, Indonesia, email: [m.ishak@unm.ac.id](mailto:m.ishak@unm.ac.id)

<sup>5</sup>Universitas Negeri Makassar, Indonesia, email: [hasyim@unm.ac.id](mailto:hasyim@unm.ac.id)

\*Korepondensi author

### Info Artikel

Diajukan: 09 September 2024

Diterima: 06 Oktober 2024

Diterbitkan: 05 Desember 2024

#### Keyword:

Movement Education Model,  
Teacher, Physical Education.

#### Kata Kunci:

Model Pendidikan Gerak, Guru,  
Pendidikan Jasmani.

### Abstract

Community service activities aim to conduct training on learning the movement education model for physical education, sports and health (PJOK) teachers at SMP Negeri 4 Polewali. The training activities for learning the movement education model use the mentoring method. Participants in this activity are Physical Education and Sports teachers at SMP Negeri 4 Polewali. To solve the problem of the lack of understanding of teachers in the application of effective learning models for improving student learning outcomes, the team provides a solution by providing training in learning the motion education model which is carried out through stages of activities consisting of, socialization stages, training stages, and evaluation stages. The targeted outcomes after the implementation of this activity are that PJOK teachers at SMP Negeri 4 Polewali understand the right learning model given according to student needs, understand the benefits of learning the motion education model, and understand how to implement the motion education model learning.

### Abstrak

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat bertujuan untuk melakukan pelatihan pembelajaran model pendidikan gerak pada guru pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (PJOK) di SMP Negeri 4 Polewali. Kegiatan pelatihan pembelajaran model pendidikan gerak menggunakan metode pendampingan. Peserta dalam kegiatan ini yaitu guru Pendidikan Jasmani dan Olahraga di SMP Negeri 4 Polewali. Untuk menyelesaikan permasalahan mengenai kurangnya pemahaman guru dalam penerapan model pembelajaran yang efektif bagi peningkatan hasil belajar siswa, maka tim memberikan solusi dengan memberikan pelatihan pembelajaran model pendidikan gerak yang dilakukan melalui tahapan kegiatan yang terdiri dari, tahapan sosialisasi, tahapan pelatihan, dan tahapan evaluasi. Adapun luaran yang ditargetkan setelah pelaksanaan kegiatan ini yaitu Guru PJOK di SMP negeri 4 Polewali memahami model pembelajaran yang tepat diberikan sesuai dengan kebutuhan siswa, memahami manfaat pembelajaran model pendidikan gerak, dan memahami cara pelaksanaan pembelajaran model pendidikan gerak.

## **PENDAHULUAN**

Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan dalam kurikulum sekolah memainkan peran penting dengan menawarkan siswa kesempatan untuk berpartisipasi aktif dalam beragam pengalaman belajar melalui kegiatan jasmani, olahraga, dan kesehatan yang dipilih dengan cermat dan dilakukan secara terstruktur (Mustafa & Dwiyoogo, 2020). Pemberian kesempatan pendidikan berfungsi sebagai sarana untuk mendorong perkembangan fisik, pematangan psikologis, perolehan keterampilan motorik, pengetahuan dan pemikiran logis, penanaman nilai-nilai (termasuk aspek sikap, mental, emosional, sportivitas, spiritual, dan sosial), serta pembentukan kebiasaan sehat yang mendorong pertumbuhan dan kesejahteraan fisik dan psikologis (Hakim & Mustafa, 2023). Tujuan yang ingin dicapai mencakup pertumbuhan pribadi holistik. Oleh karena itu, pembinaan tidak hanya mencakup ranah fisik, tetapi juga dimensi mental dan spiritual (Rahadian et al., 2021). Lebih tepatnya, tujuan mencakup dimensi fisik, intelektual, emosional, sosial, dan moral. Model pembelajaran adalah lembaga pendidikan yang memfasilitasi interaksi siswa dan perolehan keterampilan belajar (Lestari & Kurnia, 2023).

Hal ini disebabkan karena setiap siswa mempunyai karakteristik yang unik dan pendekatan pembelajaran yang berbeda-beda berdasarkan perkembangan individu dan pengalaman pendidikan masa lalunya (Rodiah et al., 2022). Akibatnya, berbagai model pembelajaran telah dikembangkan untuk memenuhi perbedaan individu ini. Model-model tersebut dapat dipilih atau digabungkan untuk dimanfaatkan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani. Model pembelajaran harus mencakup fasilitasi perolehan informasi, ide, keterampilan, nilai, proses kognitif, dan komunikasi efektif siswa dalam konteks pembelajaran (Mesra, 2023). Sederhananya, guru harus memiliki kemampuan untuk memfasilitasi pembelajaran siswa (Agustyaningrum et al., 2022).

Program Pendidikan Jasmani biasanya memprioritaskan perolehan keterampilan dan pencapaian hasil belajar, daripada berfokus pada bagaimana siswa mengembangkan penguasaan kemampuan dan penampilan gerak tersebut sepanjang proses pembelajaran pendidikan jasmani (Muhtar & Lengkana, 2021). Terjadinya masalah pendidikan jasmani secara inheren terkait dengan manajemen pedagogis yang digunakan oleh guru untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani (DWI, 2022). Para peneliti telah mengamati bahwa siswa, khususnya di di tingkatan Sekolah Menengah Pertama, menunjukkan kecenderungan yang kuat untuk melakukan aktivitas fisik selama pelajaran Pendidikan Jasmani. Namun demikian, suasana di kelas pendidikan jasmani dipengaruhi oleh guru, yang dapat menghambat siswa untuk melakukan aktivitas fisik secara penuh karena banyaknya persyaratan yang diuraikan dalam program

pendidikan (PUTRA & others, 2024). Program pendidikan jasmani yang ada saat ini dirasa kurang memadai dalam menumbuhkan landasan yang komprehensif, sehingga mengakibatkan anak-anak hanya memiliki sedikit kapasitas untuk meningkatkan kapasitas kognitifnya dalam berbagai bentuk pembelajaran gerak, yang mungkin memberikan tantangan di masa depan (Adi, 2019).

Permasalahan yang sering ditemui dalam pengelolaan pembelajaran adalah kurang praktisnya penerapan model pembelajaran oleh guru pendidikan jasmani (Rohi et al., 2022). Meskipun mereka memiliki pengetahuan tentang berbagai model pembelajaran secara umum, mereka kesulitan untuk menggunakan model tersebut secara efektif dalam konteks pembelajaran pendidikan jasmani. Selanjutnya kurikulum merdeka belajar diterapkan untuk menyempurnakan proses pembelajaran dengan mengadopsi pendekatan saintifik (Wyandha et al., 2023). Pendekatan ini bertujuan untuk menumbuhkan kemampuan siswa dalam mengamati, menanya, mengumpulkan data, menalar, dan berkomunikasi. Namun, aspek krusial dari pembelajaran sains terletak pada cara siswa memperoleh pengetahuan, kemampuan, dan sikap (Ariq & Fitrihidajati, 2021). Pembelajaran ilmiah mengakui bahwa proses pembelajaran sama pentingnya dengan konsekuensi akhir.

Model Pendidikan Gerak (Movement Education) memfokuskan kurikulumnya pada pencapaian penguasaan konsep gerak (Utamayasa, 2021). Struktur programnya meliputi pengertian kesadaran tubuh (pemahaman tindakan tubuh), usaha (pola gerak), ruang (lokasi gerak), dan keterhubungan (interaksi antar unsur) (Nugraha et al., 2018). Masing-masing gagasan ini berfungsi sebagai kerangka kerja yang digunakan ketika anak harus melakukan aktivitas fisik, memastikan bahwa gerakan anak selaras dengan konsep keseluruhan. Model pendidikan gerak ini mencakup seluruh aspek gerak, termasuk tujuan dan kegiatan pembelajaran (Parwata, 2021). Ini menggunakan teknik pemecahan masalah, penemuan terpandu, dan berbasis proyek.

Terlihat masih terbatasnya jumlah pengajar PJOK yang memiliki pengetahuan dan pemahaman tentang Model Pendidikan Gerakan, serta penerapan dan kemajuannya dalam pengajaran pendidikan jasmani, olah raga, dan kesehatan pada tingkat sekolah. Konsep pendidikan gerak ini menyarankan suatu kurikulum terpadu yang menginstruksikan siswa tentang korelasi antara gerak yang diperoleh dalam berbagai aktivitas pendidikan jasmani (Suherman, 2018). Kurikulum pendidikan gerak menggabungkan dan memperluas keseluruhan konsep, berfungsi sebagai sarana bagi anak-anak untuk menyelidiki kemampuan kognitif mereka melalui gerak (Irianto, 2019). Pelatihan ini memungkinkan anak berpikir kritis dan meningkatkan kemampuan pemecahan masalah yang difasilitasi oleh guru dalam konteks pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan. Dengan diterapkannya model pendidikan gerak ini maka minat siswa terhadap pendidikan jasmani akan meningkat sehingga akan

meningkatkan pencapaian tujuan pembelajaran pada mata pelajaran tersebut (Yani, 2021). Tim tertarik untuk melaksanakan kegiatan pengabdian mengenai Model Pendidikan Gerak dalam konteks pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olah Raga, dan Kesehatan pada siswa SMP Negeri 4 Polewali Mandar.

## METODE PELAKSANAAN

Kegiatan ini fokus dalam mengintegrasikan model pembelajaran pendidikan gerak sebagai pendekatan pendampingan kepada guru-guru. Pendampingan dan kolaborasi ini menumbuhkan sinergi yang bermanfaat antara perguruan tinggi dan guru PJOK di SMP Negeri 4 Polewali. Tujuannya adalah untuk meningkatkan kemahiran dalam membuat desain awal model pembelajaran dengan menggunakan pendekatan pendidikan gerak (*movement education*). Anggota tim memiliki tanggung jawab dan peran khusus yang berhubungan langsung dengan materi pelatihan, dan dosen selalu siap memberikan dukungan dan bimbingan. Kegiatan pelatihan ini berfungsi sebagai penyedia sumber daya, pemandu, dan sistem pendukung dalam memberikan bantuan teknis pengembangan model pembelajaran pendidikan gerak bagi guru PJOK di SMP negeri 4 Polewali.

Platform internet Zoom dimanfaatkan untuk melakukan upaya sosialisasi yang bertujuan untuk mengembangkan model pembelajaran *movement education* bagi guru Pendidikan Jasmani (PJOK). Setelah pemberian pelatihan, guru diinstruksikan untuk menerapkan hasil pelatihan untuk meningkatkan kemahiran mereka dalam kegiatan teknis melalui pemanfaatan model pembelajaran pendidikan gerak. Penyiapan materi pelatihan meliputi pembuatan makalah dan modul kegiatan pelatihan model pembelajaran pendidikan gerak. Sesi pelatihan ini bertujuan untuk memberikan petunjuk rinci tentang bagaimana memotivasi guru olahraga untuk menciptakan model pembelajaran yang efektif. Pertemuan kedua akan fokus pada keterampilan yang diperlukan untuk melakukan kegiatan seperti mengidentifikasi dan merumuskan suatu topik. Pada pertemuan ketiga, peserta akan mempelajari cara mengembangkan kerangka model pembelajaran berbasis pendidikan gerak, serta cara mengumpulkan, menyusun, dan membuat konsep bahan ajar.

Metode ceramah dipilih untuk memotivasi guru olahraga untuk mengembangkan model pembelajaran dengan pendekatan pendidikan gerak. Selain itu, kegiatan ini juga bertujuan untuk menekankan pentingnya memberikan pengetahuan teknis tentang penerapan model pendidikan gerak untuk meningkatkan penguasaan peserta didik. Metode tanya jawab sangat penting bagi peserta pelatihan, baik dalam memperoleh penjelasan dalam mengkonstruksi model pembelajaran pendidikan gerak maupun dalam mempraktekkannya. Pendekatan ini memungkinkan guru PJOK mendapatkan pengetahuan luas tentang pengembangan model pembelajaran pendidikan gerak

dan memperoleh pengalaman praktis melalui penerapan langsung. Metode Simulasi juga dipilih karena peranannya yang signifikan terhadap peserta pelatihan, khususnya dalam memberikan mereka kesempatan untuk berlatih dan menerapkan informasi pelatihan yang telah mereka peroleh. Tujuannya agar peserta pelatihan memahami secara utuh dan menguasai konten pelatihan yang diterimanya. Mereka harus memiliki pemahaman yang jelas tentang kemampuan teknis mereka dalam menerapkan kegiatan pelatihan pengembangan model pembelajaran berbasis pendidikan gerak.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pelaksanaan program kemitraan ini dilakukan di Pengabdian Universitas Negeri Makassar bertujuan untuk memberikan solusi dari beberapa permasalahan yang telah diidentifikasi pada saat observasi awal. Program ini telah berjalan sesuai dengan rencana sehingga mencapai target yang telah ditentukan. Adapun Hasil yang telah dicapai dalam program ini yaitu :

Pemaparan mengenai penerapan pembelajaran model Pendidikan gerak ini penting mengingat tujuan dari pembelajaran Pendidikan jasmani adalah untuk mencapai hasil belajar secara kognitif, afektif, dan psikomotor. Model Pendidikan gerak ini merupakan salah satu bentuk pembelajaran yang sangat berguna bagi para untuk mendorong peningkatan hasil belajar peserta didik secara efisien khususnya dalam pengembangan kemampuan motorik. Melalui kegiatan ini guru Pendidikan jasmani di SMP Negeri 4 Polewali Mandar semakin memahami dan mendapatkan gambaran dalam menerapkan model Pendidikan gerak dalam proses pembelajaran Pendidikan jasmani di sekolah. Dengan adanya kegiatan ini juga menambah khasanah pengetahuan guru mengenai model pembelajaran yang dapat diterapkan dalam pembelajaran Pendidikan jasmani sesuai dengan kebutuhan peserta didik di lapangan.

Pelaksanaan kegiatan PKM ini dapat berjalan dengan baik karena adanya faktor-faktor pendukung sebagai berikut :

- 1) Antusiasme mitra selaku peserta dalam pelatihan yang sangat tinggi memberikan motivasi tersendiri kepada tim dalam memberikan dan mempersiapkan setiap tahapan kegiatan yang akan dilaksanakan.
- 2) Kesiapan peserta pelatihan dalam mengikuti setiap materi penyusunan modul ajar berbasis kampus merdeka ini, memberikan kemudahan bagi tim dalam mentransfer pengetahuan dan memberikan materi kepada mereka, sehingga pelaksanaan PKM ini dapat berjalan sesuai dengan yang direncanakan.
- 3) Sambutan dari pihak mitra yang sangat baik juga memberikan kemudahan tersendiri bagi tim dalam melaksanakan kegiatan ini, hal

tersebut dapat dilihat dari bantuan pihak mitra dalam menyediakan ruang kelas serta berbagai fasilitas lainnya demi kelancaran kegiatan PKM ini.

Banyak guru yang masih belum familiar dengan model pembelajaran yang dapat diterapkan dalam pendidikan jasmani, yang dapat mempermudah pencapaian hasil belajar peserta didik khususnya dalam aspek motorik. Karena selama ini guru masih menerapkan model pembelajaran konservatif dalam melaksanakan tugasnya sehari-hari. Tanpa mengetahui keterampilan dalam memberikan model pembelajaran yang tepat bagi perkembangan peserta didik, guru dapat menghadapi kesulitan dalam mencapai hasil belajar yang diinginkan.

Meskipun banyak manfaat yang bisa diperoleh dari penerapan model pendidikan gerak ini, tapi pelaksanaan pelatihan untuk guru tidak selalu berjalan mulus. Salah satu tantangan yang sering kali dihadapi adalah keterbatasan waktu. Guru memiliki tanggung jawab yang besar dalam mengajar, mempersiapkan materi, dan mengevaluasi siswa. Jadwal yang padat sering kali membuat mereka sulit menyisihkan waktu untuk mengikuti pelatihan tambahan seperti pelatihan model pendidikan gerak ini.

Selain itu, tingkat literasi digital yang berbeda-beda di kalangan guru juga menjadi kendala. Tidak semua guru merasa nyaman menggunakan teknologi baru, apalagi perangkat lunak yang sebenarnya dapat memudahkan pelaksanaan kegiatan ini. Beberapa guru mungkin merasa cemas atau terbebani oleh gagasan harus belajar menggunakan aplikasi baru yang pada awalnya terlihat rumit seperti penggunaan aplikasi zoom yang digunakan dalam kegiatan sosialisasi ini. Oleh karena itu, dalam pelaksanaan pelatihan, penting untuk memperhatikan perbedaan tingkat literasi digital di kalangan peserta, serta memberikan panduan yang jelas dan mudah dipahami.

Untuk mengatasi tantangan-tantangan tersebut, strategi pelaksanaan pelatihan yang efektif sangat dibutuhkan. Salah satu pendekatan yang bisa diterapkan adalah pembagian pelatihan dalam beberapa sesi yang lebih singkat. Dengan demikian, guru tidak perlu menghabiskan waktu yang lama dalam satu kali pertemuan, dan mereka dapat lebih mudah mengatur jadwal mereka untuk mengikuti pelatihan.

## **KESIMPULAN**

Pelatihan ini berkontribusi pada peningkatan kemampuan pedagogis guru-guru PJOK SMP Negeri 4 kabupaten Polewali Mandar khususnya dalam aspek penguasaan model pembelajaran yang khas dalam PJOK. Hal tersebut tentunya berdampak pada kualitas hasil belajar murid, karena proses pembelajaran tidak monoton dan model pembelajaran yang digunakan sesuai dengan tujuan PJOK yang mana domain psikomotorik menjadi dominan dibanding domain kognitif dan afektif. Peserta didik diharapkan memiliki keterampilan gerak yang mapan, sehingga di jenjang selanjutnya, dalam hal ini



penguasaan cabang olahraga tertentu yang tentunya pola gerak yang lebih kompleks, mereka bisa melakukan dengan baik dan benar. Oleh sebab itu, pelatihan ini kami lakukan dan hasil pelatihan menunjukkan bahwa guru-guru PJOK sangat terbantu untuk meningkatkan kemampuan pedagogisnya melalui pelatihan ini.

Kegiatan sosialisasi model pendidikan gerak ini perlu dilakukan berulang kali untuk memantapkan keterampilan dalam merencanakan pembelajaran yang sesuai dengan kondisi, kebutuhan dan karakteristik peserta didik. Selain itu kegiatan semacam ini juga penting untuk dilaksanakan di wilayah lain untuk memberikan pemahaman secara luas kepada guru mengenai penerapan model pembelajaran yang tepat dan efektif dalam pencapaian hasil belajar peserta didik.

## DAFTAR RUJUKAN

- Adi, S. (2019). *Landasan pengembangan sekolah olahraga*.
- Agustyaningrum, N., Pradanti, P., & others. (2022). Teori Perkembangan Piaget dan Vygotsky: Bagaimana Implikasinya dalam Pembelajaran Matematika Sekolah Dasar? *Jurnal Absis: Jurnal Pendidikan Matematika Dan Matematika*, 5(1), 568–582.
- Ariq, M. I., & Fitrihidajati, H. (2021). Validitas e-lkpd “ekosistem” berbasis saintifik untuk melatih keterampilan berpikir kritis siswa kelas x SMA. *Berkala Ilmiah Pendidikan Biologi (BioEdu)*, 10(3), 562–571.
- DWI, P. (2022). *PERAN GURU PENDIDIKAN JASMANI DALAM PEMBENTUKAN KARAKTER PESERTA DIDIK DI SMP DAN MTS SE-KECAMATAN SIDOMULYO KABUPATEN LAMPUNG SELATAN*.
- Hakim, H. L., & Mustafa, P. S. (2023). *Perkembangan Peserta Didik dalam Pembelajaran*. UIN Mataram Press.
- Irianto, T. (2019). Implementasi Kurikulum 2013 dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Dasar. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 13(1).
- Lestari, D. I., & Kurnia, H. (2023). Implementasi Model Pembelajaran Inovatif Untuk Meningkatkan Kompetensi Profesional Guru Di Era Digital. *JPG: Jurnal Pendidikan Guru*, 4(3), 205–222.
- Mesra, R. (2023). *Strategi Pembelajaran Abad 21*.
- Muhtar, T., & Lengkana, A. S. (2021). *Kesehatan Dalam Pendidikan Jasmani*. CV Salam Insan Mulia.
- Mustafa, P. S., & Dwiyo, W. D. (2020). Kurikulum pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan di Indonesia abad 21. *Jurnal Riset Teknologi Dan Inovasi Pendidikan (JARTIKA)*, 3(2), 422–438.
- Nugraha, L., Mahendra, A., & Herdiyana, I. (2018). Penerapan Model Pendidikan Gerak Dalam Pengembangan Pola Gerak Dasar Manipulatif Melalui Kerangka Analisis gerak (Movement Analysis Framework).

*TEGAR: Journal of Teaching Physical Education in Elementary School*, 1(2), 24–32.

- Parwata, I. M. Y. (2021). Pembelajaran gerak dalam pendidikan jasmani dari perspektif merdeka belajar. *Indonesian Journal of Educational Development (IJED)*, 2(2), 219–228.
- PUTRA, C., & others. (2024). *MINAT SISWA TERHADAP PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHARGA DAN KESEHATAN DI KELAS 8 SMP 10 KOTA JAMBI*. UNIVERSITAS JAMBI.
- Rahadian, A., Taufik, M. S., & Si, S. (2021). *Spirit Olympism Dalam Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*. Penerbit Adab.
- Rodiah, S., Ulfiah, U., & Arifin, B. S. (2022). Perilaku Individu dalam Organisasi Pendidikan. *Islamika*, 4(1), 108–118.
- Rohi, I. R., Nafie, A. J., Baun, A., & Masi, P. W. (2022). Potret kompetensi pedagogik guru mengoptimalisasi pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan melalui google classroom. *Jurnal Olahraga Pendidikan Indonesia (JOPI)*, 2(1), 28–41.
- Suherman, A. (2018). *Kurikulum pembelajaran penjas*. UPI Sumedang Press.
- Utamayasa, I. G. D. (2021). *Model-model pembelajaran pendidikan jasmani*. Jakad Media Publishing.
- Wyandha, B., Purnama, E. D., Primaridha, M. R., & Damariswara, R. (2023). Analisis Pembelajaran Kurikulum Merdeka di SDN Plosokidul. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 14(01), 53–66.
- Yani, A. (2021). *Model Project Based Learning untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Pendidikan Jasmani*. Ahlimedia Book.